

人権コラム 心、豊かに

◆どちらも必要な「シンパシー」と「エンパシー」

「同情、又は共感」を意味する、シンパシー（sympathy）という言葉聞いたことがある人は多いと思います。では、これに似た言葉で「人の気持ちを思いやること」の意味を持つ、エンパシー（empathy）はどうでしょうか。シンパシーは「他人と感情を共有すること」、エンパシーは「他人と自分を同一視することなく、他人の心情をくむこと」を指しており、このどちらかが欠けてしまうと、人権の尊重は成り立たなくなってしまうようです。

例えば、「共感する力：シンパシー」が欠けると、傷ついた人の心に寄り添うことが難しくなります。また、「心情をくむ力：エンパシー」がなければ、自分の話し方や行動によって他人が傷ついてしまうことがあるという想像が及ばなくなります。

それでは、この二つの力を身につける（育む）にはどうすればよいのでしょうか。「共感する力」は、様々な出来事を通して経験を積むことが一番です。ただ、多くの人々の心に寄り添えるような経験を積むことは簡単ではないことから、人と人との関わりのみに着眼せず、小説や映画などの登場人物に自分を重ねて考える練習を繰り返すと、徐々に共感する力が身につけてくると言われています。

もう一つの「心情をくむ力」は、様々な人権問題についてアンテナを張ることが大切です。どんな人がどんなことで困るのか、また傷ついてしまうのかということを知っておけば、他人の思いを想像することができるようになるはずです。

国際社会が団結して取り組む、SDGsの目標にあるように「誰一人取り残さない」社会の実現には、互いの人権を尊重する、この二つの力が必要不可欠です。