

# 「ハートがたくさんの村づくり

差別のない、人への思いやりを大切にする、明るい南阿蘇村をつくりましょう。

## 人権とはなんですか？

人権とは「すべての人々が生命と自由を確保し、それぞれの幸福を追求する権利」あるいは「人間が人間らしく生きる権利で、生まれながらに持っている権利」であって、だれにとっても大切なもの、日常の思いやりの心によって守られなければならないものです。今回は、「言葉の暴力」についてお伝えします。

### 「モラハラ(モラルハラ スメント)」は人権侵害

言葉の暴力は、肉体への暴力に匹敵するぐらい被害者にとっては苦痛や精神的なダメージを与えます。モラハラで起きる言葉の暴力の怖さは、日常的に繰り返されるのが挙げられます。モラハラ加害者は、じわじわと被害者を苦しめていきます。そして被害者は、ある時を境に精神的に弱っていきます。

はじめは、暴言を相手からの愛情だとか、成長するために必要なことだと本気で思い込んでいた(モラハラをモラハラだと思わない)被害者が、ある日を境に、自分が受けている言動が異常なこと、幻想だと気づいた時を境に精神は崩壊し始めます。「お前は何で、俺を怒らせるよな」とするのだ。「お前がしていることすべてが無駄だ」「お前なんかいない方が世の中のためだ」

このような言葉が日常的に繰り返され、些細な出来事でも激怒し、とにかく被害者に怒りを

ぶつける言動は、時間が経つにつれエスカレートします。

モラハラを毎日受け続けると、思考を停止します。すべてを拒否される恐怖は、された人でないとわからないと思います。生きる価値を見出せなくなります。恐怖心からなのか、人間の本能なのか分かりませんが、モラハラがひどくなるにつれて、思考が完全に停止します。

はじめの頃は、相手に怒られないことを常に考えて行動しているのに、結局怒られてしまい、その内に、自分が考えることが信じられなくなり、ほどなくして思考が完全に停止してしまいます。

単純な言葉の暴力だとモラハラを軽視していると、最終的にはモラハラをきっかけに精神的に病んでしまうことになり、モラハラが自分の身に起きたらすぐに逃げだすことが大切です。精神病を思うとわかりますが、完治するまでに長い期間を要します。一度きりの人生です。被害者の方は自分の人生を大切に守りましょう。逃げたからって

人生がだめになるわけではありません。

モラハラを加害者に何の責任も被らせない曖昧な言葉で終わらせてはなりません。少し言い過ぎただけではと思われるかもしれないませんが、被害を受けている本人にしたら、たかがモラハラくらいで済まされる問題ではありません。

モラハラ被害者は、まだまだマイノリティなのだと思います。モラハラはれっきとした人権侵害なのだ認識することが必要です。

モラハラに巻き込まれてしまうと、健全な仕事や生活にも支障をきたすもの。精神的嫌がらせだと感じたら、距離を置いたり、相手の言動を記録したりして、自分で自分の身を守る行動をとってください。そして何より信頼できる友達、上司、同僚に相談して一人で抱え込まないようにしましょう。

村民みんなで「ハートがたくさんの村」をつくりましょう。