



マインドフルネス総合研究所のホームページで地方創生 SDGs 官民連携プラットフォームの会員として、パートナーシップのプログラムを公表し推進しています。

<http://mindfulness.jp/sdgs/mokuji-sdgs.htm>

SUSTAINABLE DEVELOPMENT GOALS



Goal 16. 平和と公正をすべての人に

持続可能な開発に向けて平和で包摂的な社会を推進し、すべての人に司法へのアクセスを提供するとともに、あらゆるレベルにおいて効果的で責任ある包摂的な制度を構築する

内面の成長のスキルをすべての人の SDGs の実現のために

マインドフルネス総合研究所で研究開発しているマインドフルネス SIMT(注1)は、広く深い心の観察、感情の反応のしかたのトレーニングを含むので、人が遂行するすべての営みに関係します。特に、17のゴールとの関係を述べます。

Goal 16. 平和と公正をすべての人に

持続可能な開発に向けて平和で包摂的な社会を推進し、すべての人に司法へのアクセスを提供するとともに、あらゆるレベルにおいて効果的で責任ある包摂的な制度を構築する

ターゲット

- 16.1 あらゆる場所において、すべての形態の**暴力及び暴力に関連する死亡率**を大幅に減少させる。
- 16.2 子どもに対する**虐待、搾取、取引及びあらゆる形態の暴力及び拷問**を撲滅する。
- 16.3 家及び国際的なレベルでの**法の支配**を促進し、すべての人々に司法への平等なアクセスを提供する。
- 16.5 あらゆる形態の**汚職や贈賄**を大幅に減少させる。
- 16.6 あらゆるレベルにおいて、**有効で説明責任のある透明性の高い公共機関**を発展させる。
- 16.7 あらゆるレベルにおいて、**対応的、包摂的、参加型及び代表的な意思決定**を確保する。

---

ターゲット

---

- 16.10** 国内法規及び国際協定に従い、**情報への公共アクセスを確保し、基本的自由を保障する。**
- 16.b** 持続可能な開発のための**非差別的な法規及び政策を推進し、実施する。**
- 

私どもの事業と関係が深いので、パートナーシップで遂行できるのは、上記のターゲットである。

暴力、ハラスメント、虐待、汚職、贈賄など、心の問題でもある。

★虐待された人、DVの苦悩

<https://blog.canpan.info/jitou/archive/3709>

<https://blog.canpan.info/jitou/archive/3710>

<https://blog.canpan.info/jitou/archive/2814>

☆田宮虎彦・虐待を扱った小説

蟹江憲史氏は、目標16についてこういう。

「暴力は個人レベルでも行われている。力の強い者が弱い者へ振るう暴力の典型的なものの一つが、児童虐待であろう。・・・81カ国において、1歳14から歳までの子どもの8割が、家庭で恒常的に、何らかの形態の心理的攻撃や体罰を受けているというから、問題の根は深い。・・・

ユネスコ憲章は、「戦争は人の心の中で生まれるものであるから、人の心の中に平和のとりでを築かなければならない」という。こうした原点に戻り、人の心を見つめることが、目標16を達成する一番のカギとなる気がしてならない。」(A116)(注2)

マインドフルネス SIMT は、感情の起きる時に、その人の独特の基準(本音)があって、相手がそれと違っていると評価して、衝動的な行為を抑制するようにトレーニングする。

SIMT が、暴力を振るう人の変化に貢献するかもしれない。

<https://blog.canpan.info/jitou/archive/2523>

☆暴力をしたくないのにしてしまう人にも自己洞察瞑想療法(SIMT)

<https://sites.google.com/view/mindfulness-simt-fukushima>

☆イライラや怒りの感情のコントロール、そういう人のカウンセリング

☆そして、不安、うつ、被災地のいわき市のカウンセラー、マインドフルネス瞑想療法士®

<http://mindful-therapy.sakura.ne.jp/kouza/2014kouza.htm>

☆マインドフルネス SIMT で支援するカウンセラー育成を行います。

(編集中です)

(注1) SIMT は、自己洞察瞑想療法である。Self Insight Meditation Therapy

参照: 大田健次郎(2013)『うつ・不安障害を治すマインドフルネス』佼成出版社

大田健次郎(2014)『不安、ストレスが消える心の鍛え方  
——マインドフルネス入門』清流出版  
ホームページでの紹介:top > マインドフルネス心理療法 SIMT とは

(注2) 「(Axx)」は、蟹江憲史(2020年)『SDGs(持続可能な開発目標)』のページを示す。