

■■ 特集「エンパワメント」

語りの力学

—セルフ・ナラティブ（自己物語）を通してのエンパワメント—

川 浦 佐知子

(南山大学人文学部心理人間学科)

1960年代、アメリカにおける公民権運動の中から生まれてきたエンパワメントという言葉が、当初頻繁に使われたのはブラック・ムーブメントやフェミニズム運動においてであった。フェミニズム運動の進化の過程では「抑圧からの開放」、「依存から自立へ」などといった、その時代の意識にあった焦点の当て方がなされてきたわけだが、“エンパワメント”もそうした流れの一端を担っている。70年代になって台頭してきたエンパワメントという概念は、今やフェミニズム運動、人種差別撤廃運動に限らず、グローバリゼーションがもたらす“開発”に対抗する運動、障害者の運動、家庭内暴力や児童虐待といった問題への取り組みのなかでも扱われ、社会変革を目指す様々な運動において重要な鍵となっている。日々体験する“現実”を社会の主流（mainstream）に否定されてしまっている人々に、「偏見から解放されよう」、「自立しよう」と呼びかけるのではない新しいアプローチ。エンパワメントの力点は「社会の主流に認められる」ことではないし、「メイン・ストリームに立ち向かう」ことでもない。承認を求めたり、拮抗したりすることで、往々にして人は自分の持つ力や権限を相手に与えてしまうものだが、エンパワメントの考え方は“力”はどこか自分の外にあるのではなく、内にあることを個人に気づかせ、その人らしく生きることを奨励し、そしてそれを可能にする社会変革への動きを生み出す。

“エンパワメント”がフェミニスト運動など、社会運動と深く結びついた概念であることを鑑みると、その根本に個人と社会の新しい関わり方を模索する姿勢とともに、より多くの人々の体験が反映された多様な価値観をもつ社会づくりへと向かう姿勢があることが伺える。個人が自身の体験に新たな意味づけをすること。それと同時にそういった体験が社会的に認知されること。エンパワメントにはこの2つの側面がある。現在では社会的認知を得ているドメスティッ

ク・バイオレンスも、このような当事者による体験の見直しと、第三者による問題の総括的検討と社会的要因の明確化によって、社会問題として取り扱われるようになった。そしてこのように社会問題として認知され、一般の理解が深まることは、実際に家庭内暴力に悩む人たちが自らを自己否定の呪縛から解き、エンパワメントを押し進めるチャンスの増大につながっていく。

本稿ではこうしたエンパワメントの社会的、個人的側面を、個人と社会の循環的関わりを論ずる社会構成主義と、その流れを汲むナラティブ・アプローチを通して検討する。“ナラティブ”は90年代以降、家族療法、精神分析、認知、発達といった社会科学の諸領域で、関係性、社会的文脈のなかでの人間理解を試みる手法として着目されてきた（森岡、2002）。一般に“自己物語”と訳される“セルフ・ナラティブ”には、過去の出来事を振り返って互いに関連付け、プロット（筋）のある物語を作成するという側面と、自己の体験を実際に語ることによってその理解を他者と共有するという側面とがある。体験に意味を与えること、体験を他者と分かち合うこと、個人的体験を“社会”と結びつけることはエンパワメントの重要な要素であるが、セルフ・ナラティブの形成とその語りによってもたらされるものには、こうしたエンパワメントの諸要素につながるものが多くある。本稿では、エンパワメントとナラティブの接点を明確にしつつ、ナラティブ・アプローチならではのエンパワメントへの貢献を考察する。

1. エンパワメントという物語

1) エンパワメントと人権

“Empower”をウェブスター辞典で引くと“to give official authority or legal power to（職務上の権限、もしくは法律上の権限を与える）”ということになる。我々は“権利”、“権限”といった言葉を法律用語としてよく耳にするが、その概念を日常、自分の行為、行動と結びつけて考えることは少ない。しかし、権利、権限という言葉がエンパワメントを理解する上で重要な鍵を握るものであるならば、それらの語を日常レベルに即して理解する必要がある。社会活動家である森田（1998）はエンパワメントに深くかかわる基本的人権を、“自信”、“安心”、“自由”の3つの観点から論じている。森田は“自信”という言葉を通して自分自身の存在を尊重すること、自分が傷つけられたり、蔑められたりすることに対して正当な怒りを持つことを、また“安心”という語に託して、自分、他者を受け入れ、信頼することの重要性を説く。その上で個人には選択の“自由”があり、自分の選択で人生を切り開くことができると感じられることが基本的人権の基礎を成すと主張する。この“自信”、“安心”、“自由”が失われると、人は恐怖や不安感、無力感を感じる状態、行動の選択肢が他にないと感じられるような追い詰められた状態に陥る。こうした力を奪

われた (dis-empowering) 状態はどのようにして引き起こされるのかを考えあわせると、基本的人権は他から与えられるものではなく、誰もが生まれもっているものであり、エンパワメントは何らかの理由で損なわれた基本的人権を取り戻す動きであることが明確に浮かび上がってくる。

それではどのようなときに人権が侵され、エンパワメントが必要とされるのだろうか。人は自分の価値観や世界観が揺るがされ、自身の考え方やものの見方が問われるとき、無力感を感じたり、現実感を失ったり、自己否定に陥りやすい。特に個人の力量を超えた外部からの圧力でそのような状況に陥った場合には、他者からの積極的にサポートを得ることが必要となる。具体的には、障害や病をもつ人に対する恒常的な無理解などが挙げられよう。障害や病をもつことは大変なことであるが、それ自体がその人の人権を損なうことにはならない。人権が損なわれるのは、その人の体験が他者に理解されず、その人の現実が社会に受け入れられないときや、偏見や差別といった冷遇がその人を苦しめるとき。ドメスティック・バイオレンスや児童虐待などの場合には、言葉や行為による暴力によってその人の人権が著しく脅かされることになる。こうしたケースでは、本来ならば“安心”を得るべき最も近い者との関係のなかで“暴力”が起こるだけに、被害者の受ける精神的ダメージは大きい。また「家庭のことはそれぞれの家のやり方があるから」という一般的な認識に阻まれて、被害者の声が他者、地域、コミュニティに届くのに時間がかかり、手遅れになることも少なくない。

ドメスティック・バイオレンス研究の先駆者であるウォーカー (Walker, 1979) は、被害を受けた女性からの詳細な聞き取り調査をもとに、配偶者虐待には“緊張期”、“爆発期”、“ハネムーン期”という虐待のサイクルがあることを見出している。家庭内暴力の初期段階、加害者は常に暴力を振るうわけではなく、爆発期の後には必ず謝罪し、優しく接してくる。そのため多くの女性が一方で不安を感じつつも「この暴力は一時的なものだ」と自分で自分に思い込ませたり、「努力しだいで二人の関係は改善されるのでは」と希望を抱き続けることで、この虐待のサイクルに巻き込まれていく。暴力が頻繁になり、その度合いも増してくると、被害者は他者に相談するようになるが、誰もことの深刻さを理解してくれない。家庭という“内”の世界と外界とが隔たってしまうために、事態の異常性、緊急性を本人が十分に認識できず、被害者は「自分に何か落ち度があるのでは」、「自分が態度を改めれば」などと考え、問題の要因を“自分”に還元してしまうことも多々ある。

社会との接点が見つからず、自己の存在の意味を見失う。あるいは対人関係において自分の存在が貶められる。このように社会との関わりや、対人関係の中で人権が損なわれることもあれば、自分をとりまく世界の急激な変容によって“自信”、“安心”、“自由”が奪われるケースもある。具体的には全く異なる文化圏で生活することになった移民、災害、戦禍などによって故郷を追わ

れることになった難民、グローバリゼーションに伴って先進諸国の社会、経済システムが急速に導入され、それまでの伝統的世界観、価値観、生活習慣の存続の危機を体験している地域民らのケースが挙げられよう。体験に意味を与えてくれていた世界観が覆され、培われていた人間関係、土地との関係も損なわれる。新しく出会うシステムは自分の存在を認めないばかりでなく、偏見、差別をもって自分を排除しようとする。このような状況下では、人は自身の体験を語る言葉、声を失い、社会に自分の居場所を見つけることができなくなってしまう。

権力、暴力、抑圧、支配といった外部からの否定的な力によって自身の存在が無価値なもの、劣ったものを感じられることが続くと、「自分は駄目な人間なのだ」という自己否定の念が引き起こされてしまう。そしていつしか外部からの否定的な声が鵜呑みされ、自分で自分を苦しめる内的抑圧が起こる。先に挙げた例だけでなく、ジェンダー、セクシュアリティ、年齢、職業、階層、人種、宗教などといった、我々のアイデンティティに関わる諸領域にこうした“抑圧”の構図が見られることを考えると、エンパワメントは全ての人にかかわる問題だといえよう。

2) エンパワメントの諸相

人はどのようにこうした外的抑圧、内的抑圧から脱し、損なわれたセルフ・エスティームを回復してエンパワメントへと至るのだろうか。森田はエンパワメントとはセルフ・エスティーム (self esteem, 自己尊重) を支える“信頼”、“共感”、“援助”、“技法”、“経験”、“知識”といった諸要素を活性化させることに他ならないと主張する。“技法”、“経験”、“知識”といった内的リソースを活性化させるためには、他者、地域、社会との関わりによって育まれる“信頼”、“共感”、“援助”が不可欠といえよう。別な言い方をすれば、エンパワメントを可能にするためには“関わり”が不可欠であり、個人の努力や内省のみではその達成は難しいということになる。抑圧の体験が本人によって語られ、それが共感をもって他者に理解される。このような“リアリティの共有”がエンパワメントの基礎となり、セルフ・エスティームを養う土壌となる。そうした意味において、エンパワメントにおける“他者との関わり”は非常に重要である。しかし、エンパワメントはインター・パーソナルなスペースで完了するのか、というとそうではない。エンパワメントは“社会”がどのように自分の価値観、自己概念、考え方、行為に影響を与えてきたのかに目を向けることなしに完結しない。それまで体験してきた外的抑圧の要因を見極め、その上で自己と社会とのあらたな関わり方の在り様を模索することが、エンパワメントというストーリーには期待されている。

エンパワメントの具体的展開としては様々なケースが考えられるが、受容的“関係”の中で“個人”の体験がこれまでとは違った視点から理解され、その

理解が“社会”と結びついたときに人は自分の持つ力に再びアクセスできるのではないだろうか。実際フェミニズム運動では「個人的体験は政治的体験である (Personal is political)」という提言がなされてきた。深刻な自己否定を引き起こすような体験は、往々にして何らかの社会的要因をもつ。それを考慮せず、あくまで“個人”の領域でのみ問題の理解を図ろうとするならば、他に似たようなケースが多くあるにもかかわらず、その体験は特殊な孤立した出来事として認識され続けることになり、体験した当人は自分を責めたり、恥じたりすることに終始することになってしまう。エンパワメントは問題の根が社会的なものであること、社会的に形成された力関係に由来していることに気づくときに始まるといっても過言ではないだろう。

2. “個”と“社会”をつなぐセルフ・ナラティブ

1) “個”の主観世界と“社会”のリアリティ

エンパワメントが必要とされるとき、それは個人のリアリティと社会のリアリティがうまく噛み合わず、両者の間に重大な齟齬が生じているときといえよう。社会構成主義の視点から見ると、個人の主観世界は社会という客観現実と循環関係にある。個人の主観世界には常に客観世界が影響、介入しており、それなしに主観世界は成立しえない。また、客観世界は個々人の主観世界を通して支えられ、それなしには成立しない、ということになる(野口、2002)。

バーガーとルックマン (Berger & Luckmann, 1966) はこの“個人”と“社会”の循環的関わりを“外在化”、“客体化”、“内在化”という用語を用いて説明している。“外在化 (externalization)”は、一見動かしがたく見える社会のしくみが、実は個々人の主観世界の共有化、顕在化によって構築されていることを示す。このことは諸々の規則、制度をはじめ、社会という機構が、もともと人間によって産みだされたものであることを考えあわせると納得がいく。やがてこのように形成された社会のしくみは、もはや簡単には変えられない客観現実として経験されるようになる。つまり“客体化(objectivation)”がおこる。人間生活の便宜のために作られたルールが、束縛として感じられるのもこの客体化の一例といえる。そしてこのように客体化された現実、個人の内的世界に取り込まれることになる。個人は社会の諸々のルールを“内在化 (internalization)”し、それに則って社会生活を営むことになる。その社会に共通する言語を使ってコミュニケーションし、思考し、そのルールに則って行動するわけだ。こうした本来相互的、循環的関係にある“社会”と“個人”の影響関係が崩れ、個人の主観世界が社会的現実によって一方的に圧迫されるようになるとき、その関係の修復が迫られることとなる。

個人の主観世界と社会という客観世界の相互構築は、“言語”によって可能となる。我々は日常、それとは気づかず“会話”を通して言語が内包している

その社会特有の意味世界の維持、形成、変容に参加している。また逆に、言語が提供する意味秩序によって、個人の体験は一般化、抽象化され、説明可能なものとなる。“個”の主観世界の維持、形成における会話の重要性について野口（2002）は、「ひとり物思いに耽って構築した主観的現実はそれだけでは不安定なものに過ぎない。他者との交流の中で支持されたり、反駁されたり、無視されたりするなかで、客観性と安定性を獲得してゆく」（p.22）と述べている。人権を損なわれ、自信、安心、自由を奪われた状態にある人は、自分の語りから否定、拒絶、無視されることを繰り返し経験し、自分自身の主観的現実には確信を持たずにいる。フーコー（Foucault, 1980）は言説そのものの中に組み込まれている権力構造に目を向け、言説の使用がそうした権力構造の維持につながっていると分析しているが、個人がエンパワメントの様々なプロセスを経ていく過程では、言説に内包されるパワー・ダイナミクスに阻まれ、自分の体験を自分の思うように語れないということも多々ある。このようなケースは法的手続きなど、個人の体験を社会の制度とすり合わせなければならないときに多く起こることが察せられる。

2) “語り” がつなぐ自己と社会

個人が自分の言葉で体験を語り、そしてそれが他者に聴かれ、理解されるということは主観世界を確立するうえで重要な意味を成すわけだが、それではこの“語る”という行為にエンパワメントを促進するどのような要素が含まれているのだろうか。

人は自分の体験を語る時、起きた出来事を時系列に沿って報告するのではなく、自分の感想、所感を交えながら起承転結のある“物語”として語る。そしてその体験が自分にとって重要なものであれば、それはそれまでの経験の蓄積、体系化によって創りあげられたセルフ・ナラティブ（自己物語）へと吸収されることになる。セルフ・ナラティブは個人がどのような体験、経過を経て、現在に至っているのかを自身、及び他者に説明するものであるが、エピソード化された個々の体験は、セルフ・ナラティブにおけるその位置づけによって意味づけされる。ブルナー（Bruner, 1990）はこうした自己理解、自己形成のあり方を「物語としての自己」という言葉で表現している。ブルナーの考えに則って考えるならば、人は新たな体験の積み重ねを通して常に自己の物語を創作、編集し続け、その作業を通して自己の一貫性を問う、ということになる。そしてこの一連のプロセスには、聞き手という他者の存在が欠かせない。「ある経験を語る言葉が相手に理解され、相手の語る言葉が自分にとって理解可能であるという事実が、世界のありように関して理解を共有していることを裏書する。そして世界は私が理解しているように存在するのだと信ずることができるようになる」（p.21）と野口が述べるように、受容的、対話的交流において自己の物語を語る時、語り手は聞き手の存在を通して物語の社会的妥当性を

図るとともに、自己と社会の接点を探ることになる。

受容的、対話的交流の重要性は心理療法において以前から謳われているが、そうした臨床の場も含めて一般に、受容的、対話的環境で自己の体験を語る時、語り手の内にどのようなダイナミズムが起こるのだろうか。語り手が物語として自らの体験を語る時、“見る自分（主我）”と“見られる自分（客我）”、“語り手としての自分”と“登場人物としての自分”、“現在の自分”と“過去の自分”との間に対話が起こる。過去の体験を解釈する主体も自分なら、解釈される客体も自分。そういう“自分”が物語全体を束ねるナレーターを務めつつ、登場人物としても登場する。また語りの中では、出来事が起きたまさにそのときの自分の実感を語りつつ、振り返ってみての感想を付け加えるということも起こる。

多重な自己意識が働いて自己物語は形成されるわけだが、そのために必要な内的スペースは、受容的、対話的交流によって支えられる。人は予め用意しておいた物語を他者に話すわけではない。同じ出来事、体験を語る場合でも相手によって、またそのときの自分の心境、状況によって物語は変容する。人は語るという行為そのものを通して自己の物語を創出するわけだが、言葉に象徴される秩序世界を共有してくれる他者の臨在によってこそ、自分の体験した出来事を選び、繋ぎ合わせ、自分にとってより納得のいく物語の筋立てを模索することが可能になる。

3) ナラティブがもたらす“変容”

セルフ・ナラティブが固定したものでない証拠に、事故、大病、災害、戦争など自分の視点、価値観を変えてしまうほどの出来事に遭遇した場合、自己物語は大きく全く変容する。ベン・アニ (Ben-Ani, 1995) はそうした転機体験 (turning-point experience) によってそれまでの自己一貫性が失われると、物語の書き換えが起こると述べる。転機体験が起こると、それを新しいエピソードとして既存の自己物語に追加するだけでは済まず、プロットそのものが再考されることになる。転機の体験を核に、これまでの人生を振り返ってエピソードが選択、配置しなおされ、新しい自己の物語が生み出されるわけだ。

ポーキングホーン (Polkinghorne, 1988) は、個人が過去を振り返って自己物語の詳細を書き直し、より満足のいく自己一貫性を構築しようとするとき、ナラティブの質的向上が起こると述べる。ナラティブの質的向上は個人の置かれている現況をより納得いく形で弁明することを可能にするのみならず、将来の方向性、展望をより明確にする。ポーキングホーンはナラティブにおいて、オーガスティンやハイデガーが唱える“現在の3つの概念”—現在における過去の理解（記憶）、現時点における現在状況の理解（意識の方向性）、現在理解している将来（期待）—が縊り合わされ、統合されていると述べる。人は語るという行為を通して、“過去”、“現在”、“未来”の整合性を確認するという

作業を行う。こうした点において、ナラティブは過去の出来事、行動を説明するだけでなく、現在、そして将来の行動をも左右する“行動指針”として機能する (Sarbin, 1986)。このようなナラティブの特性を考え合わせると、エンパワメントは抑圧、支配、暴力を受けた人々が書き直す自己物語の新しいプロットであるとともに、将来の方向性を指し示すものであるという見方ができる。

以上ナラティブの特徴を検討しつつ、セルフ・ナラティブの形成とその語りに内包されるエンパワメントの要素について述べてきたが、それらをまとめると次の3点に要約される。まず第一に、セルフ・ナラティブの形成とそれを通しての自己理解は、個人が物事に対する自分なりの見解、視座を確立することを助け、エンパワメントに必要な主観世界の確立と安定をもたらす。セルフ・ナラティブは我々が体験に先立って持つ視座であり、体験に意味を与える価値観の枠組みであり、体験から得られたものが吸収され、統合される場である。この一連のナラティブの機能が円環的に働くとき、人はアイデンティティの礎となる自己一貫性を感じることができ、第二に、物語ることで個人はその主観世界を他者と共有することができ、そうすることで自分自身を縛ってきた内的抑圧を解くきっかけを得る。また、受容的交流の中で他者と同じ意味世界の共有している事実を確認することで、自身の内的リアリティと社会的、客観現実との接点を見出す。第三に繰り返し語る、あるいは語りなおすという作業を通して、自分にとって重要な体験の意味が模索され続け、それを通して自己物語の変化、および自己変容をもたらされる。人は自らの体験を物語として語ることで、個人的過失の物語を社会的抑圧の物語へと、そしてさらにエンパワメントの物語へと変容させる機会を得るのである。

3. セルフ・ナラティブによるエンパワメント

1) 体験の諸相とその統合

エンパワメントは“個人”、“関係”、“社会”という異なるレベルを巻き込んで展開する。もしドメスティック・バイオレンスに脅かされる個人が、自身のセルフ・エスティームの脆さの原因を性格、あるいは生い立ちや幼少期の親子関係に見出そうとするならば、その探求は“個人”、“関係”のレベルに留まることになる。この場合、セルフ・エスティームに影響を与えてきたであろう性差別やジェンダー・ヒエラルキーといった、抑圧の“社会的”構造への洞察は得られない。また一方、社会的抑圧という視点のみに頼って体験の理解を試みるならば、被害者としての自己が前面に押し出され、人生において様々な決断、選択を行ってきた主体的行為者としての自己は背景に押しやられることになる。レベルを特定して体験を検討する上記のような方法は、ある種の自己理解をもたらすものの、エンパワメントへと個人を導くアプローチとしての有効性に欠ける。

心理療法では問題の原因を何に求めるのか、そしてそれをどう修正していくのかによって、“個人”、“関係”、“社会”の3つのレベルのうち、どのレベルで体験を扱うのが決定される。それは例えば“セルフ・エスティーム”を鍵とした個人のレベルでの原因究明であったり、“家族間のダイナミクス”に変化をもたらそうとする対人関係レベルでのアプローチであったり、“家父長制”に問題の根を見る社会的レベルでの検討であったりする。野口(2002)は“個人”、“関係”、“社会”の「3つのレベルを常に同時に成り立つ現象としてとらえること、この点にこそ、社会構築主義、および、ナラティブ・セラピーの真髓がある」(p.31)と述べ、いずれかひとつのレベルを強調しないその姿勢が、ナラティブ的アプローチが従来の治療理論と際立って異なる点であると主張する。しかし、ナラティブが可能にするのは“個人”、“関係”、“社会”という3つのレベルの共存だけではない。多角的視点から体験を検証し、エピソードを有機的に繋いで自己の物語を語ることで、我々は“個人”、“関係”、“社会”といった体験の諸相がどのように関わりあっているのかを明確にし、それをもとに自己統合していくのである。次のセクションでは“個人”、“関係”、“社会”といったレベルでの自己理解がどのように繋ぎ合わされ、エンパワメントへと導かれるのか、実際に語られたセルフ・ナラティブを用いて検討する。

2) アンの物語

アンは60代前半のアフリカ系アメリカ人。数年前、“エコロジカル・セルフ”という概念を核に、女性が自然とどのように関わり、その関係にどのような意味を見出しているのかを研究するために実施したインタビュー(川浦、2003)で彼女が語った物語を要約すると、次のようになる。

アンの祖父母はアメリカ南部出身であるが、父母の代に南部での厳しい人種差別とそれに基づく暴力を逃れるため北部へ移り住む。アン自身はニューヨークで生まれ育ち、幼少時の自然体験の記憶はほとんどない。彼女のナラティブの核となるのは、“闇への恐怖”が自然との関わりを妨げてきたことに気づき、その恐怖の源を祖先の南部での暴力体験に見出しているエピソードである。夜、森の中でおこなわれたリンチによる親類の死。白人による夜襲から子ども達を守るため、夜も警戒を怠らずに過ごした祖母。そうした暴力に怒りを募らせた父や男兄弟とは反対に、恐怖をその身に染み込ませながら生きた母そして自分。キャンプなど一度もしたことがない彼女だが、ビジョン・クエストのワークショップに参加することで闇の恐怖に立ち向かい、代々の女性が受け継いだ恐怖の連鎖を断ち切ろうとする。祖母から幾度となく聞かされた「森へ行くな」、「夜出歩くな」という教訓に、家族の安全を守ろうとするその世代の知恵を感じそれに感謝しつつも、そうした教訓がこれまでの自分の生き方を縛ってきたとアンは語る。

当初アンは、自分が森や林など自然環境に身を置くことに抵抗を感じるのは、個人的好みの問題、あるいは性格的なもの、と考えていた。アンは子供たちにとって自然と触れ合うことは大切であると感じ、彼らを夏休みの森林キャンプに送り出すということはしていたが、自分自身は同じことをする気にはならなかったという。現にインタビューの中で「都会の喧騒の方が安心する。静かなのはダメ。田舎に家を買って静かに過ごそうなんていう夢を持ったことは、これまで一度だってないわ」と語っている。年齢を重ねるにつれ、自然に触れることの必要性を直感的に感ずるものの、自然の中に身を置くことに対する抵抗感は依然変わらなかった。しかし、ライティング・ワークショップなど様々な自己啓発ワークショップを受けるうち、自然に慣れ親しめない自分の在り様は単に“個人的理由”によるものでなく、ある“社会的要因”が関係していることを悟る。アンは自分の自然との関わり方が、南部で人種差別による激しい暴力に晒された祖先の体験と深く結びついていることを理解するようになる。そうした新しい理解を得たことについて、彼女は次のように表現している。

キャンプしたり、アウトドアで過ごすことをしない自分のことを、それまで気にしていたんです。私は怖がりの猫みただった。でも私の祖先は“野生 (the wilderness)”を恐れる理由があった、ということに気づいたの。南部で親戚がリンチで殺されているし…。(それに気づいたことで) 私はすごく自由になれた。私個人を超えたものが影響していたんだと分かって、なにかとても開放されたんです。私の生き方をこれまで左右してきたものが何だったのか、その正体が分かって自由になれたんです。

それまで個人的レベルでのみ理解、解釈されていた体験が異なる視点を得て、社会的レベルにおいて見直されたことで、アンの意識に変化が起こったといえよう。自分を束縛してきたものが何であったのか、その正体が明確になったことで、彼女は新しい行動の仕方、選択肢を得る。アンは自然との関わりのみならず、自分の行動一般を縛ってきた過去からの呪縛を解き、それまで「危険だから」、「リスクが高いから」と自分に許してこなかった様々なことに挑戦するようになった。人種差別という外的抑圧が長年に渡って完全に自己のうちに取り込まれ、内的抑圧として彼女の生き方を制限してきたわけだが、「私個人の問題」と思っていたものの根に「社会的問題」が横たわっていることに気づいたことで、アンは内的抑圧から自由となり、自身の力をとりもどすことができた。そういった意味において、より深い自己理解や行動変容をもたらした彼女の物語は、エンパワメントの物語であるといえよう。

3) “語り”がもたらすエンパワメント

アンのナラティブのテーマは“闇の恐怖からの開放”であり、プロットの形成においてビジョン・クエストのエピソードは転機体験（turning-point experience）として描かれている。アンは体験を語るまさにそのプロセスにおいて語りながら気づき、その気づきをもとに様々な過去の体験のエピソードを想起し、それを縦横無尽に結びつけながら新たな“自然”を軸としたセルフ・ナラティブを創出している。想起されたエピソードには育児体験、美術館でのモネの絵画の鑑賞、トルコ、インド、アイルランドへの旅、孫との“死”について会話などがあり、それまで“自然体験”として意識されていなかった体験が新たな気づきを得て“自然”と結びつけられ、それまでにはない意味が与えられている。語り手であるアン自身、多種多様なエピソードが次々と語られ、繋ぎ合わされたことについて驚いていた。2度目の面接の際、「自分の物語を語るという体験はあなたにとってどんなものでしたか」という問いに対して、「あなたがくれたインタビュー・テープのコピーを聴きなおしてびっくりしたわ。まるで自分の知らない自分に出会ったみたいな気分だった」と答えている。

テープを聴き、自分自身の物語の聞き手になることで、「自分自身が持つ知恵だとか、行動の仕方だとか、どんなふうには体験を束ねて織物に仕上げているのかとか、どんな点が今後の課題なのかとか、そんなことがとてもよく見えた」とアンは述べている。「（語ることで）私的な“考え”でなくなるのよ。私自身が顕微鏡下で観察したり、検討したりすることができる客観的なものになる。スピリチュアリティについて考えるときに似ている。見ている誰かがいる。その観察者が自分で、自分自身のプロセスを見ている、そんな感じ」というアンの表現からは、語りによって創生された物語が何らかの形でもう一度本人によって咀嚼されることで、語り手自身が自分についてのより深い洞察を得られることが伺える。

“語る”ことによって初めてもたらされる理解がある、と気づいたアンは、自分でテープ・レコーダーを用意し、ひとりレコーダーに向かって語ってみたという。その結果について彼女は、「全然違った。思いもかけないようなことは何も出てこなかった。（誰か他の人との）エネルギーの交換があって、それが新しい考えの想起を助けたり、新しい情報が生まれる媒体になるのだと思う」と語っている。聞き手という他者の臨在を得、その反応を頼りに、語り手は自分の語りの信憑性を確認しつつ、物語を紡ぎ出すことができる。一方聞き手は語られる言葉を支える意味秩序を共有することで、語り手の主観世界と社会的、客観的現実を繋ぐ。テープ・レコーダーにはそれができない。上記のアンの体験に基づいた発言は、聞き手と語り手がつくる“関係”という場においてこそ、エンパワメントを可能にするセルフ・ナラティブの創作が可能になることを裏付けるものといえよう。

以上、セルフ・ナラティブとエンパワメントの接点について論じてきた。ナラティブというアプローチならではのエンパワメントへの貢献としては、1) “個人”、“関係”、“社会”という3つのレベル間を自由に行き来して語ることで、体験、自己についての知見が深められる、2) 新たに得られた自己理解によって、個人の意識に深く入り込んでいる社会的抑圧に気づき、それからの解放が可能になる、3) 語りを通して築かれる自己構築や、体験の意味を吟味するプロセスにおいて、自己の“主観”が養われる、4) 聞き手との共感的交流によって、自身の主観世界をより現実味をもって感じられる、5) 自己物語の修正、書き直しによって新たな行動指針が形成されることで、行動変容が可能になる、といった点が挙げられる。

エンパワメントという概念の起源である社会運動は、社会の「本来あるべき姿」を描き、個人に過去を振り返るレンズと将来へ向けてのヴィジョンを提供する。ナラティブ的視点から見ると、社会運動は個人に行動指針を与え、自己物語のプロットを提供する、という言い方ができるだろう。そういった社会運動の啓蒙性が個人にとって助けになる一方、もし画一的なプロットが押し付けられるのであれば、ジェンダー、人種、階層、宗教、歴史など様々な要素が複雑に絡み合って成り立っている個人の体験を平板なものにしてしまう危険性もある。“個人”に力点をおくエンパワメントという考え方が社会運動のなかで台頭してきた背景には、個人の実感を歪めたり、損なったりすることのない社会変容への道を探ろうとする姿勢があるように思われる。

与えられた物語に自分の体験を当てはめても、エンパワメントには結びつかない。真のエンパワメントのためには、アンのように自分の物語を編み出し、世の中、社会における自分の居場所を見出さなければならない。現在では実に多種多様な領域、分野、レベルでエンパワメントの考え方が応用、実践されている事実を考え合わせると、個人の多様な価値観、生き方がその表現を求めていることが伺える。また一方、エンパワメントの普及は社会変容の必要性の高まりを予兆させる。エンパワメントという考えが必要とされるということは、現在の社会の在り様と個人の実感にギャップが広がっているという証拠といえよう。個人によって体験される、“社会”という客観的現実が描き直されるためには、それまで語られなかった自己物語が共感的スペースにおいて語られていくことが必要であろう。

〔引用参考文献〕

森岡正芳 (2002) 「自己の物語」 梶田叡一編 『自己意識研究の現在』

ナカニシヤ出版 pp.29-44.

森田ゆり (1998) 『エンパワメントと人権—こころの力のみなもとへ』

解放出版社

野口祐二、小森康永、野村直樹編著 (2002) 『ナラティブ・セラピーの世界』

日本評論社

- Ben-Ani, A. T. (1995) "It's the telling that makes difference." In *Interpreting Experiences; the narrative study of lives, vol.3*, ed. R. Josselson & A. Lieblich, pp.153-172. Thousand Oaks, CA: SAGE Publications.
- Berger, P. L. & Luckmann, T. (1966) *The social construction of reality: A treatise in the sociology of knowledge*. NY: Doubleday. (山口節郎訳『日常世界の構成』新曜社, 1977)
- Bruner, J (1990) *Acts of meaning*. Cambridge: Harvard University Press.
- Foucault, M. (1980) *Power/Knowledge*. NY: Pantheon.
- Kawaura, S. (2003) *Pilgrimage to memories —An exploration of the historically situated ecological self through women's narratives*. Kyoto, Japan: Nakanishiya Shuppan.
- Polkinghorne, D. E. (1988) *Narrative knowing and the human sciences*. Albany, NY: State University of New York Press.
- Sarbin, R. T. (1986) "The narrative as a root metaphor for psychology." In *Narrative Psychology: The storied nature of human conduct*, ed. T. R. Sarbin, pp.3-21. New York: Praeger Publishers.
- Walker, E. L. (1979) *Battered woman*. NY: Harpercollins. (斎藤学監訳・穂積由利子訳『バタードウーマン—虐待される妻たち』金剛出版, 1997)