

## これが「エンパワメント」～自分を癒す力の発動

森田 ゆり (エンパワメント・センター主宰)

森田ゆりさんは、1997年から「エンパワメント・センター」を設立し、エンパワメントの視点を日々の実践の中で活かしていくための研修などを数多く行っています。

22歳のAさんは、10年前まで続いた親からの体罰と、過干渉による心の後遺症を癒す努力を続けています。Aさんの最大の課題は自分に自信が持てないこと、自分をすぐに責めて無力化してしまうことでした。その日の学習会のセッションでAさんは、子どもの頃、父から殴られたときの気持ちを思い起こしました。そしてそのとき、父に言いたかったのに言えなかったことを言葉にしました。

「わたしは悪い子じゃない！あなたはひどい！怒りにまかせて子どもを殴っていいのかわかるか！」そう言って泣きました。もちろんその場に父はいませんでした。わたしは「そうなんですか。お父さんへの怒りをたくさんもっているんですね。もっと大きな声で怒っていいんですよ」と言いました。

Aさんは、父に対して激しい怒りを抱いていたことに初めて気づきました。父に対して抱いていた怒り、恐怖、悔しさなどの感情は、10年以上もの間ずっと、心の奥底に押し込められてきたのです。悪いのは自分で、いつも正しいお父さんに対して、怒ったりしてはいけないうちの子供だと思っていました。その感情に気がつき、それを言葉にして架空の父親にぶつけたプロセスは、Aさんの内に大きな変化をもたらしました。ずっと悩まされてきた脱力感が急速になくなっていったのです。

またAさんは、こう言いました。「わたしの心の中の奥には、口に出すことを許されなかった怒りや悲しみの感情を、一身に引き受けてきてくれた8歳の子どもが閉じこめられていた。今、その子に長いあいだ気がつかないで、閉じ込めておいてごめんねとあやまりたい」

自分の心の中の小さな子どもと対話を重ねると、自分を嫌い、自分をいつも責めていた心が消えていきました。かわりに、自分がいとおしく思えてきたのです。

エンパワメントとは、このような自分を癒す自己治癒力の発動でもあります。そのとき、自分の気持ちに正直に向き合うことが大切な鍵になります。この夏、子どもたちが本来持っている自己治癒力（レジリエンス：弾力性と呼ぶこともできます）を引き出すことを願って、32人の子どもたちの絵による「気持ちの本」（童話館）を出版しました。「うれしい気持ちを人に伝えようと、それは2倍になり、かなしい気持ちを人に伝えようとそれは半分になる。でも、どうしたら、うまく伝えられるだろうか？」

ところが、この本への厳しい批判が届きました。「この本は危険な本です。そのことを踏まえた上での配本でしょうか。自分の気持ちを大切にしようとのメッセージは、「何を考えようとするか」という考えにつながり、最近の犯罪の低年齢化の要因のひとつになると。自分を大切にすることよりも、自分を反省することを子どもに伝えなければいけないとの批判でした。

この批判には、「気持ち」と「考え」の混同があり、また人の心の複雑な動きや、感情と行動との関連への理解がなく、ただ単純に「正しい子」「良い子」を作ることが必要だと考えのようです。このような考えを最近よく聞くようになりました。あらためて、子どもたちが本来持つ力に信頼を寄せる「エンパワメント」の姿勢を広めていきたいものです。

「いちばん悲しいときは 気持ちがわかってもらえないとき  
いちばんうれしいときは 気持ちが通じ合えたとき  
いろいろな気持ちがある あなた  
そのままのあなたで いいんだよ  
いろいろな気持ちを大切に  
ぐんぐん大きくしあわせになる」

『気持ちの本』（森田ゆり著 童話館）より

### 人権教育啓発ドラマ

## 「ラブレター」

### テレビ放映のお知らせ

12月25日(木) 午前10時30分から(54分)  
ABCテレビ(6チャンネル)

### 使ってみて! 教材紹介

●ねらい 識字学級で学ぶ内田恵子は、かつて、家が貧しいのも字が読めないのもすべて自分の責任だと思っていた。識字学級に通う草間俊夫と出会った恵子は、識字は文字を学ぶだけではないことを知る。一方、いじめにあって、自尊感情を傷つけられ、自分というものをなくして過ごしてきた田原ことみ。ことみと出会った恵子は「自分を大切にすること」の意味を訴えかけていく。〈「ラブレター」の概要は次のHPでご覧いただけます〉

<http://www.pref.osaka.jp/kyoishinko/chikikyoikushinko/rabureta.html>

●ストーリー 内田恵子(54歳)は、周囲の人たちを明るくする力のある女性である。恵子は、読み書きができないことで差別を受けてきたが、かつて、識字学級に通う草間俊夫(54歳)と出会い、読み書きを学ぶことにより、人間としての尊厳を獲得する強さを学んだ。現在は、ヘルパーをめざし、いきいきと生活を送っている。

ある日、介護実習先の女性の家で、その女性の孫の田原ことみ(16歳)と出会う。ことみはいじめにあい、現在はフリースクールに通っている。恵子は自尊感情を傷つけられた彼女を識字学級に誘う。そこには、結婚などで日本に来た外国人や、いろいろな理由で学校に行けなかった人たちがいた。ことみは人と人がお互いに尊重しあうことの大切さを学んでいく。

そして、ことみは「人は、ありのままの自分を受けとめてくれる人が欲しいのだと思います。ありのままの自分を受けとめてください。私もありのままのあなたを受けとめますから…」と、識字学級と中学生の交流会において、自分自身の思いをこめた「ラブレター」を発表することができた。

<原案：2002年度人権教育啓発映画ストーリー公募作品「生きるって素晴らしい」～私の人生～>

●キャスト 内田恵子…藤田弓子さん/田原ことみ…三倉茉奈さん/草間俊夫…佐川満男さん/出演協力…大阪府民の皆さん

※大阪府視聴覚ライブラリー(大阪府立中央図書館内：06-6745-0170(代表))で、ビデオ(VHS)の貸出しを行っています。

お問合せ●大阪府教育委員会地域教育振興課 TEL06-6941-0351(内線3465)

