

笑いとエンパワーメントーみんなで笑って、みんなで元気に

久田 満 (上智大学総合人間科学部心理学科)

近年、看護や福祉、さらにはビジネスなどの領域においても、エンパワメントという言葉が「ある個人が元気を取り戻すこと」として定着しつつある。心理学においても、1980年代から重要概念として頻りに用いられるようになり、様々な測定方法や介入戦略が検討されている。アメリカのコミュニティ心理学者 Zimmerman (2000) のエンパワメント理論によれば、「個人が自分自身の生活全体について統制感 (sense of control) を獲得すること」だけでなく、組織やコミュニティレベルにおいて、その構成員が意思決定に参加できるようになり、重要な政策決定に影響を及ぼし、自分達に必要なサービスを自らの努力で引き出せるようになることもまた、エンパワメントなのである。

コミュニティレベルのエンパワメントを考える場合でも、「笑い」は強力な手法となる。一人で笑って一人で元気になることも悪くはないが、みんなで笑ってみんなで元気になる方が何倍も楽しいし効果的である。効率的でもある。「笑い」は人と人を結びつけ、その絆を伝わってパワーが広がっていく。笑わせられた人だけでなく、笑わせた人にも活力が生まれる。人々の間に笑いが渦巻く時、そのコミュニティは輝いて見える。

ところで、これまで看護の領域でも見過ごされてきた「パワーレス」な一例として「きょうだい児」がある。重い病気や障害をもった子どもの同胞達のことである。「きょうだい児」は、時にがまん強く優し子に見られるが、日常生活の中で様々な制限や負担がつきまとう。そんな子ども達を、たとえ一時でも解放し思いっきり笑ってもらおうと、2000年8月に東京女子医大看護学部の学生サークル「連」が結成され、「第1回きょうだい児のためのサマーキャンプ」が実施された。以来、本年までの間に9回のサマーキャンプが開催され、延べ193名の子ども達(約半数がきょうだい児)と306名の大学生が二泊三日をともに過ごし、はしゃぎ、歌い、踊り、そして笑った。

このサークルの活動を見守ってきた者として過去9年間を振り返ると、たくさん子ども達や学生達の笑顔が甦ってくるが、それと同時に、「なんとかして子ども達を笑わせよう」という学生達の執念にも似た思いやりの気持ちがあったことに改めて気づかされる。学生達の優しさによって子ども達は笑い、エンパワーされ、その子ども達の笑顔によって学生達もまたエンパワーされていく。中学生にもなると、キャンプ中の様々な意思決定に参加し、自分達に必要なサービスを主張できるようになる。「連」は、その規模は小さいが、まさに輝くコミュニティであるといえよう。