

- Berkman, L. F., & Syme, S. L. (1979). Social networks, host resistance, and mortality: A nine-year follow-up study of Alameda County residents. *American Journal of Epidemiology*, *109*, 186-204.
- Cheng, S., & Chen, A. C. M. (2006). Relationship with others and life satisfaction in later life: Do gender and widowhood make a difference? *Journals of Gerontology: Psychological Sciences*, *61B*(1), P46-P53.
- Coughlin, J. F., & Lau, J. (2006). Cathedral builders wanted: Constructing a new vision of technology for old age. *Public Policy and Aging Report*, *16*(1), 4-8.
- Fiori, K. J., Antonucci, R. C., & Cortina, K. S. (2006). Social network typologies and mental health among older adults. *Journals of Gerontology: Psychological Sciences*, *61B*(1), P25-P32.
- Fujita, T., & Hatano, S. (1990). Correlates of self-rated health and mortality over two years among the elderly at home. *Social Gerontology*, *31*, 43-51.
- Grand, A., Grosclaude, P., Bocquet, H., Pous, J., & Albaredes, J. L. (1990). Disability, psychosocial factors and mortality among the elderly in a rural French population. *Journal of Clinical Epidemiology*, *43*(8), 773-782.
- Haga, H. (1988). Longitudinal study of activities of daily living in community elderly residents. *Japanese Journal of Health and Human Ecology*, *54*(5), 217-233.
- Hanson, B. S., Isaacson, S.-O., & Janzon, L. et al. (1989). Social network and social support influence in elderly men. The prospective population study of "Men born in 1914," Malmö, Sweden. *American Journal of Epidemiology*, *130*, 100-111.
- Hibbard, J. H., & Pope, C. R. (1993). The quality of social roles of predictors of morbidity and mortality. *Social Science and Medicine*, *36*(3), 217-225.
- House, J. S., Robbins, C., & Metzner, H. (1982). The association of social activities and relationships with mortality: Prospective evidence from the Tecumseh Community Health Study. *American Journal of Epidemiology*, *116*, 123-140.
- Jylha, M., & Aro, S. (1989). Social ties and survival among the elderly in Tampere, Finland. *International Journal of Epidemiology*, *18*, 158-164.
- Kempen, G. I. J. M., Ranchor, A. V. van Sonderen, E., van Jaarsveld, C. H. M., & Sanderman, R. (2006). Risk and protective factors of different functional trajectories in older persons: Are these the same? *Journals of Gerontology: Psychological Sciences*, *61B*(2), P95-P101.
- Martinson, M., & Minkler, M. (2006). Civic engagement and older adults: A critical perspective. *The Gerontologist*, *46*(3), 318-324.
- McAuley, E., Elavsky, S. E., Motl, R. W., Konopack, J. F., Hu, L., & Marquez, D. X. (2005). Physical activity, self-efficacy, and self-esteem: Longitudinal relationships in older adults. *Journals of Gerontology: Psychological Sciences*, *60B*(5), P268-P275.
- Moen, P. (2001). The gendered life course. In R. H. Binstock (Ed.), *Handbook of Aging and the Social Sciences*, 5th Ed., (pp. 179-196). San Diego, CA: Academic Press.
- Reitzes, D. C., & Mutran, E. J. (2006). Self and health: Factors that encourage self-esteem and functional health. *Journals of Gerontology: Social Sciences*, *61B*(1), S44-S51.
- Sugisawa, H., Liang, J., & Liu, X. (1994). Social networks, social support, and mortality among older people in Japan. *Journals of Gerontology: Social Sciences*, *49*(1), S3-S13.
- Wallston, B. A., Alagna, S. W., DeVellis, B. M., & DeVellis, R. F. (1983). Social support with many aspects of health and illness. *Health Psychology*, *2*, 367-391.

- Wong, S. T., Yoo, G. J., & Stewart, A. L. (2006). The changing meaning of family support among older Chinese and Korean immigrants. *Journals of Gerontology: Social Sciences, 61B*(1), S4-S9.
- Yasuda, N., & Ohara, H. (1989). Associations of health practices and social aspects of life with mortality among elderly people in a Japanese rural area. *Japanese Journal of Hygiene, 44*, 1031-1042.

Direct reprint requests to:

Mary E. McCall, Ph.D.
Psychology Department
Saint Mary's College of California
1928 St. Mary's Road
Moraga, CA 94575
e-mail: mmccall@stmarys-ca.edu

コミュニティ・エンパワメント

—当事者主体のシステムづくり—

安 梅 勅 江*

Key words : エンパワメント, 当事者主体, コミュニティ, 参加, チームワーク

要旨：当事者主体の支援推進には、コミュニティ・エンパワメントが欠かせない。コミュニティ・エンパワメントを専門職の実践技術として展開するにはどうしたらいいのか？ここでは当事者の力を引き出すコミュニケーション、当事者参加型チームワーク、ネットワークの組織化などの根本にある考え方を整理する。エンパワメントとは、「元気にすること」、「力を引き出すこと」、そして「共感すること」である。セルフ・エンパワメント、ピア・エンパワメント、コミュニティ・エンパワメントの3つのエンパワメント技術が活用できる。特に専門職には、現在の仕組みや社会資源では十分に対応できない時に、社会システム自体を変えていくコミュニティ・エンパワメントの役割が強く求められている。子育て・子育て支援は、まさにもっとも当事者主体のチームワークが求められる領域のひとつである。コミュニティ・エンパワメント技術の今後の活用を、大いに期待するものである。

I. はじめに

当事者主体の支援を推進するキーワードとして、コミュニティ・エンパワメントが注目されている。血縁や地縁が希薄化する現代社会において、他者と共に、支え支えられて、その中に自分らしさや充実感を見出す動きが拡大しつつある。生活の豊かさや、ひとりよがりの自己実現を超えて、いわば「共感に基づく自己実現」を分かち合う仲間と場所が見直されている。

コミュニティ・エンパワメントは、当事者ひと

りひとりの思いを活かしながら、まさに「共感に基づく自己実現」を育む仲間と場所、すなわちコミュニティを作り上げる技法である。

ものごとを感じたり生み出したりする「勢い」をメンバー同士で「共有」し、「増幅」するのがコミュニティ・エンパワメントである。その結果、すばらしいアイデアや方法を創出する可能性をも秘めている。意味のある時間を過ごしたり、新しい価値を生み出すかわりなど「価値を生む協働」にメンバーが心地よさを感じる条件を整えることで、より大きなパワーを発揮する。

Tokie ANME: Community Empowerment: Self-actualization through Empathy

*筑波大学大学院人間総合科学研究科 [〒305-8571 つくば市天王台 1-1-1]

これは、従来の会社や地域組織などのあり方を再検討する視点として活用されている。

一方、「共感に基づく自己実現」を生むコミュニティには、もっとも有益で、実用性のある「知恵」が蓄積していく。なぜなら、知恵は関心を持つ多様な人のかかわりの中で磨かれるものだからである。そして、このかかわり自体が、さらにコミュニティを活性化していく。コミュニティ・エンパワメントは、ひとりひとりの持つ知識と技術、暗黙知と形式知、アイデアなどを結びつけ、「知恵」を体系化することにつながる。いわば「知恵を束ねる技術」がコミュニティ・エンパワメントである。

コミュニティ・エンパワメント技術の習得は、専門職にとって極めて意義深い。当事者とコミュニティを積極的に巻き込み、本来的に持っている力を引き出し、自ら解決を導く技術は、「当事者主体」をうたうヒューマン・サービスにとって本質的なものである。

本稿は、コミュニティ・エンパワメントを専門職のひとつの技術として展開するための考え方と方法を、わかりやすく紹介する。

II. コミュニティ・エンパワメントとは

エンパワメントとは、当事者にも分かりやすい言葉で表現すれば「元気にすること」、「力を引き出すこと」、そして「共感すること」である。当事者が、自らの力を発見し、新鮮な気持ちでものごとに出会い、驚きを感じる「体験し知ることへの情熱」の発展型ともいえる。仲間の力を感じつつ、好奇心や共感のエネルギーがつながり、互いにやり取りする仕組みがエンパワメントである。

Solomonによるエンパワメントの定義(1976)では、「エンパワメントは、偏見対象となる集団のメンバーが否定的な評価を受けパワーを喪った状態から回復することを目指し、当事者やそ

の環境に対する活動に専門職がかかわっていく過程である。」としている。つまり、当初はなにかしらの差別をうける対象のパワーを失った状態からの脱出を意味していた。

またConger & Kanungo (1988)は、エンパワメントには「関係」と「動機付け」の2つの捉え方のあることを指摘している。同じ「力をつける」という意味でも、社会学的なパワーとしての「関係」と、心理学的なパワーとしての「動機付け」の視点があるとしたものである。

「権限委譲」や「パワー共有」という立場は「関係パワー」、人間の内部にある力とした考え方は「動機付けパワー」であり、自らの心のエネルギーを高める後者の重要性を強調した。「自分のやっていることは社会に対して意味があるという確信」、「自分は自分の人生をうまくコントロールしているという感覚をもつ」という「できる to enable」という思いである。

本来のエンパワメントは、当事者が自らの力を to enable と信じ、よりよい方向に向かって自発的に取り組むことを目指す、「やればできる」と思うことである。

これを自己効力、有能感と捉えることもできる。自己効力 self-efficacy は、Bandura (1977)により、さまざまな恐怖症 phobia に悩む client の行動をいかに変化させるかという問題意識から発したものである。昨今では保健、医療、福祉、教育など幅広い分野で活用されている。人間の認知に注目し、「将来どうなりたのか」という認知能力によって行動が左右されるとした理論である。すなわち、行動を起こしたりためらったり、維持したり中断したりに影響するのが self-efficacy である。

Bandura はこの認知能力には「結果期待」と「効力期待」があり、self-efficacy はこのうち効力期待を意味するとしている。「結果期待」とは、ある行動がある結果を生み出すという個人の評価

のこと、「効力期待」は個人がある結果を生み出すのに必要な行動をうまくとることができるかどうかの確信の度合いのことである。つまり「自分はやればできるという本人の確信」をたかめることがエンパワメントにつながる。

一方、ZimmermanとRappaport (1988)は、「個人が自分の生き方を主体的に生き、コミュニティでの生活に民主的な参加を獲得するプロセス」と定義づけている。

エンパワメントの原則は下記の8点である(安梅, 2005a)。

- 1) 目標を当事者が選択する。
- 2) 主導権と決定権を当事者が持つ。
- 3) 問題点と解決策を当事者が考える。
- 4) 新たな学びと、より力をつける機会として当事者が失敗や成功を分析する。
- 5) 行動変容のために内的な強化因子を当事者と専門職の両方で発見し、それを増強する。
- 6) 問題解決の過程に当事者の参加を促し、個人の責任を高める。
- 7) 問題解決の過程を支えるネットワークと資源を充実させる。
- 8) 当事者のウェルビーイングに対する意欲を高める。

一方、コミュニティの概念に関しては、社会学や心理学などでこれまでに膨大な蓄積がある。ここでは、昨今の時代背景を受けて、リアルかバーチャルかを区別することなく、新しい視点でのコミュニティを次のように定義する。

「コミュニティとは、目的、関心、価値、感情などを共有する社会的な空間に参加意識を持ち、主体的に相互作用を行っている場または集団である。」

どんな組織や地域にも「人々がともに何かを構築するための単位」があり、それは、「あるテーマに関する関心や問題、熱意などを共有し、そ

の分野の知識や技能を、持続的な相互交流を通じて深めていく人々の集団」である。これが「コミュニティ」のひとつの側面である。

III. エンパワメント実現への8指標

エンパワメントを実現するためには、8つの指標(eight values for empowerment)を満たすことが求められる(安梅, 2007a)。これらは評価指標として活用することができる。

1) 共感性 empathy

メンバー間、あるいはメンバーのプログラムへの共感性はどの程度か？

あるのかなのか、あるなら限定的なものなのか発展的なものなのか？

2) 自己実現性 self-actualization

メンバーひとりひとりが、どの程度自己実現できていると感じているか？

3) 当事者性 Inter sectoral

メンバーひとりひとりが、人ごとではなく、自分のこととしてかかわっているか？

4) 参加性 participation

メンバーひとりひとりが、どの程度参加していると感じているか？

5) 平等性 equity

参加者が、プログラムの内容やフィードバックを平等であると感じているか？

6) 戦略の多様性 multi strategy

ワンパターンではなく、さまざまな戦略を複合的に組み合わせてプログラムを遂行しているか？

7) さまざまな状況への適用性 contextualism

参加者や環境が変化しても、プログラムは対応できるか？

8) 継続性 sustainability

プログラムには、安定した継続の見通しがあるか？

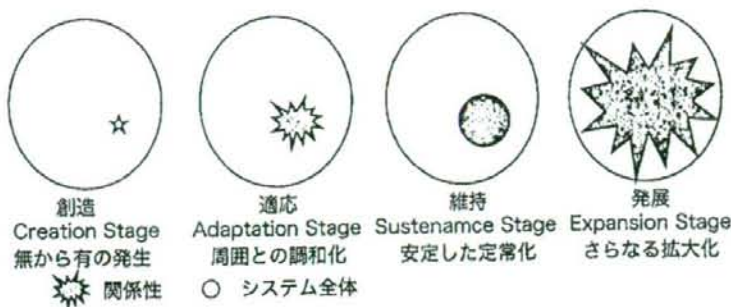


図1 エンパワメントの段階(CASEモデル)

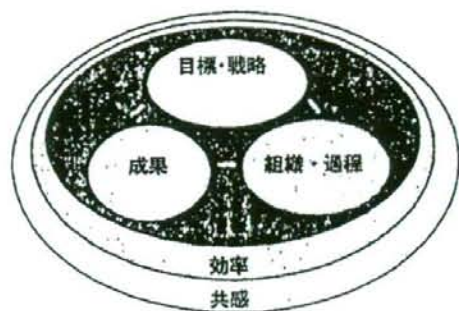


図2 エンパワメントの機能

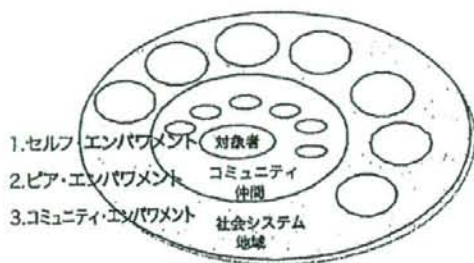


図3 エンパワメントを基盤とした専門職の役割

IV. エンパワメント技術モデルの考え方

コミュニティ・エンパワメントにおける専門職の重要な役割のひとつは、継続的な根拠の提供である。根拠に基づくエンパワメントを実現するには、対象の発展段階別に、必要となる機能を確実に押さえた遂行が有効である。

「エンパワメント技術モデル」は、エンパワメントに必要な技術を、段階別・機能別に明示できるように図式化したものである。対象のフェーズを「段階」として、また手順を踏まえて把握する必要のあるポイントを「機能」として整理している(安梅, 2006)。

1. エンパワメントの段階

エンパワメントの発展段階は、「創造」、「適応」、「維持」、「発展」の4段階として捉える(図1)。

2. エンパワメントの機能

エンパワメントの機能は、「目標・戦略」、「過程・組織」、「成果」、「情報」、「効率」の5機能と、その基盤となる当事者の「共感」をもたらず機能に分けられる。

循環する「目標・戦略」「過程・組織」「成果」機能を、「情報」「効率」「共感」機能で包み込む形となる(図2)。

V. コミュニティ・エンパワメントの方法

エンパワメントには、3つの種類がある。

当事者自身が課題解決の力をつけるセルフ・エンパワメント、仲間や団体を巻き込むピア・エンパワメント、地域・組織や社会システムの変革につながるコミュニティ・エンパワメントである。

専門職には、セルフ・エンパワメント、ピア・エンパワメントはもとより、特に現在の仕組み



図4 エンパワメント技術モデルに基づく目標・戦略設計

や社会資源では十分に対応できない時に、社会システム自体を変えていくコミュニティ・エンパワメントの役割(Anme, 2000)が強く求められている(図3)。

当事者のニーズや意向を反映しエンパワメント戦略をたてる際には、「エンパワメント技術モデルに基づく目標・戦略設計」(図4)の活用が有効である(安梅, 2007b)。戦略とは、目標を実現するための論理的な手順を定めることである。

このモデルの特徴は、目標と戦略がどのようにプロジェクトを成功させるかの「筋道と根拠」を明示できる点である。プロジェクトが成功するかどうかの可否 whether に加えて、方法 how, 根拠 why を論理的に明確にする。

これは、以下の6つのステップに沿って順に整理するものである。

第1ステップ もたらしたい成果は？

当事者は何を求めているのか、どんな夢を持っているのか、どうなって欲しいと期待しているのか、それを成果として記述する。

第2ステップ 現状の問題点あるいは課題は？

「問題や課題」を明らかにする。この場合の問題や課題とは、当事者が意識化しているものにとどまらない。サポーターや専門職などが気付

き、将来的に予測しているが、当事者には意識されていない問題や課題を含む。

第3ステップ その背景は？

第2ステップであげられた「問題や課題」について、その「背景」となる要因を記述する。そのコミュニティ自体がかかえている背景に加えて、社会全体にかかわる背景を含めて記述する。

第4ステップ 問題点や課題、コミュニティの背景要因に影響を与える要因は？

「問題や課題」はもとより、「背景」に影響を与える要因を整理する。問題や課題に直接的に影響する要因、背景に影響することで間接的に問題や課題に影響する要因を記述する。

第5ステップ 影響を与える要因を変化させる戦略は？

影響を与えている要因を変化させる戦略を立てる。「変化させられる要因」に焦点をあて、できるだけ数多くの戦略をあげる。また「変化させることが難しい要因」については、放置しておいていいのか、側面から別の方法で間接的な変化を起こすよう試みるのが望ましいのかなどを検討する。「変化させられるのか、させられないのか、させられなくても何らかの手を打つ必要があるのか」を見抜く洞察が求められる。

第6ステップ 戦略の根拠は？

戦略の根拠となる理論や既存研究をあげ、その戦略が適切で効果的であることを示す。

これらの6つのステップの完成後、将来にわたり論理的な流れに沿って戦略を実現するために、「目標、成果、影響要因が十分に定義されているか」、「目標が妥当で実現可能であるか」をメンバー間できちんと確認しておく。すなわち、その目標と戦略が効果をあげる根拠をはっきりさせておくことよい。

VI. コミュニティ・エンパワメントのコツ

コミュニティ・エンパワメントには、効果的に展開するためのコツがある。数多くのコミュニティ・エンパワメント実践からコツを整理すると(安梅, 2006)、下記の7点になる。

1. 目的を明確に：価値に焦点をあてる

当事者が何を求めているのか、そのニーズにしたがって「目的を明確に」設定する。そのニーズは当事者の価値を反映している。価値とは、目指す状態を実現するプロセスにおいて、守る必要のある基準や方針などである。一人ひとりの価値を束ねて、基本的な考え方、理念、行動指針、方針などを共有していく。

2. プロセスを味わう：関係性を楽しむ

「プロセスを味わう」とは、参加メンバー同士の関係性やテーマへの取り組みのプロセス自体を楽しみながら味わう、という意味である。エンパワメントのもっとも重要な原則は「ともに楽しむこと」である。そもそもが「共感に基づく自己実現」に大きく依存するからである。

3. 共感のネットワーク化：親近感と刺激感

「共感のネットワーク化」とは、近親感と刺激感の両方の感覚を持ちながら、つながっているという感覚を持つことである。近親感とはリラックスした安心感、刺激感とはピリッとした

緊張感である。コミュニティ・エンパワメントには、硬柔合わせ持つこと、すなわち硬い部分と柔らかい部分、安心感と緊張感との両側面を持つことで、より活性化することが知られている。

4. 心地よさの演出：リズムを作る

エンパワメントの推進には、「変化のリズム」と「秩序化のリズム」のまったく異なる2つのリズムを用いることが有効である。「変化のリズム」は変化を敏感に察知し適応するリズム、「秩序化のリズム」は生み出した適応の方法を秩序化して、より効果的、効率的、拡張的に広げていくリズムである。

5. ゆったり無理なく：柔軟な参加様式

当事者の参加の状態や役割は、時期により変化してかまわないなど、参加の様式には柔軟な幅を持たせることが原則である。また、さまざまな人が、さまざまな時期に、さまざまな状態で参加することができるようにする。

6. その先を見据えて：つねに発展に向かう

どんなコミュニティも、ひとつの状態に留まっていられない存在である。未来に向かって、その先を見据えながら、つねに発展に向かう動きを伴うことで活性化する。硬直化することなく、さまざまなメンバーを柔軟に取り込み、ダイナミックに環境に適応しつつ、より意味のある活動を展開する。

7. 活動の意味づけ：評価の視点

活動の意義を感じるためには、活動の意味づけ、すなわち評価の視点が必要となる。それは、携わっていることの「有効性」すなわち「価値」を明らかにすることである。コミュニティや関係性にどのような意味があるのか、その目標、活動結果、影響力、コストはどの程度なのか、などを知ること、満足感を得たり、次への見通しを得たりできる。

Ⅶ. おわりに

生き生きとした生きる力、「活生力」が失われつつあるのではないか—家庭、保育、学校、職場、地域など、生活のさまざまな場面から懸念の声があがっている。人間にはそもそも、皆とともにありたいという欲求がある。単なる同調ではなく、「自発的な意思による協働」と「共感による自己実現」、すなわち、「共に生み出す参加型の仕組みづくり」が、ますます強く求められている。

共感とは、自分の存在を超えて、他者とともに存在していることを実感する営みである。生きた人間関係を通じて、共感への感性を磨くことが、よりいっそう重要となっている。新たな「共感に基づく活生力の復活」が求められる。

エンパワメントは、本来持っている力を十分に発揮できるようサポートし、活生力を育むものである。社会的な相互作用を活性化し、ひとつのコミュニケーションの道具である。

今や「管理するコミュニティ」を超えて、「自らエンパワーするコミュニティ」への変革に向けた働きかけが、専門職の重要な役割となろう。子育て・子育て支援は、まさにもっとも当事者主体のチームワークが求められる領域のひとつである(安梅, 2005b)。コミュニティ・エンパワメント技術の今後の活用を大いに期待するものである。

文 献

- Anme T (2000): "Retaining and Expanding Empowerment in the Transition to a Community-Oriented Support System: Japan in the 21st Century", In Léonard Heumann, Empowering Frail Elderly People: Opportunities and Impediments in Housing, Health and Support Services Delivery, Greenwood Publications, 65-80
- 安梅勲江 (2005a): エンパワメントのケア科学—当事者主体チームワーク・ケアの技法—, 医歯薬出版
- 安梅勲江 (2005b): 子育て環境と子育て支援—よい長時間保育のみわけかた—, 勁草書房
- 安梅勲江 (2006): コミュニティ・エンパワメントの技法—当事者主体の新しいシステムづくり—, 医歯薬出版
- 安梅勲江 (2007a): 健康長寿エンパワメント—介護予防とヘルスプロモーション技術への活用—, 医歯薬出版
- 安梅勲江 (2007b): 保育パワーアップ講座, 日本小児医事出版
- Bandura A (1977): "Self-efficacy: Toward a unifying theory of behavioral change", Psychological Review 84: 191-215
- Conger JA, Kanungo RN (1988): The Empowerment Process: Integrating Theory and Practice, Academy of Management Review 13: 471-482
- Solomon B (1976): Black empowerment: Social work in oppressed communities, Columbia University Press
- Zimmerman M, Rappaport J (1988): Citizen participation, perceived control and psychological conceptions, American Journal of Community Psychology 16 (5): 725-750