大阪府「女性に対する暴力をなくす運動」府民向けセミナー

ひとりにしない、見過ごさないために～若年層の性暴力・性犯罪の現状と支援～

第二部

性暴力・性犯罪から身を守るために そして支えるために



フェミニストカウンセリング堺　　杉本志津佳
（日本フェミニストカウンセリング学会認定フェミニストカウンラー）

●自己紹介

1990年頃より	民間グループで性暴力被害者支援に関わるようになる
1997年より	フェミニストカウンセリング堺に所属し、フェミニストカウンセラーとして ・自治体の女性相談（大阪府、堺市など） ・大学・団体などのハラスメント相談 ・講座やグループ ・アドヴォケイト活動 …等の活動を行っている

性暴力被害者に必要な支援の全体的なイメージ

時期	当事者の状態・課題など	必要な支援と機関など
被害直後	・ケガ、妊娠、性感染症 ・再被害の恐れ、恐怖 ・何が起こったかわからない、どこに行ったらいいかわからない ・直後のトラウマ反応（不安、恐怖など）＝ASD*	診断、治療 →医療 証拠採取、事情聴取、捜査、逮捕、起訴 →警察 情報提供、心理教育 →あなたが悪いのではない
中期	・心身の後遺症への対応 ・裁判への対応 ・経済的な支援	裁判の打ち合わせ、被害者保護制度→弁護士 裁判にかかる費用
長期	・PTSD、精神症状に対してのケア・治療 ・生活・日常の回復	治療、カウンセリング、自助グループ 生活支援・治療などにかかる費用

同行支援、アドヴォカシー

- 不同意性交、不同意わいせつ
- DV・デートDVの性的暴力
- セクシュアルハラスメント
- ストーカー
- 過去（幼少期、思春期など）の性暴力被害

…など

＊若年層にはなかなか届いていないところもある

●トラウマ反応について

辛い出来事

人
×
出来事
×
環境

危険から身を守るために、
誰にでも起こる生理的反応

ストレス
反応

危険が去っても
もとに戻らない状態

トラウマになる

さまざまな
心身への影響

自然に回復

過去の記憶の一つに
なる

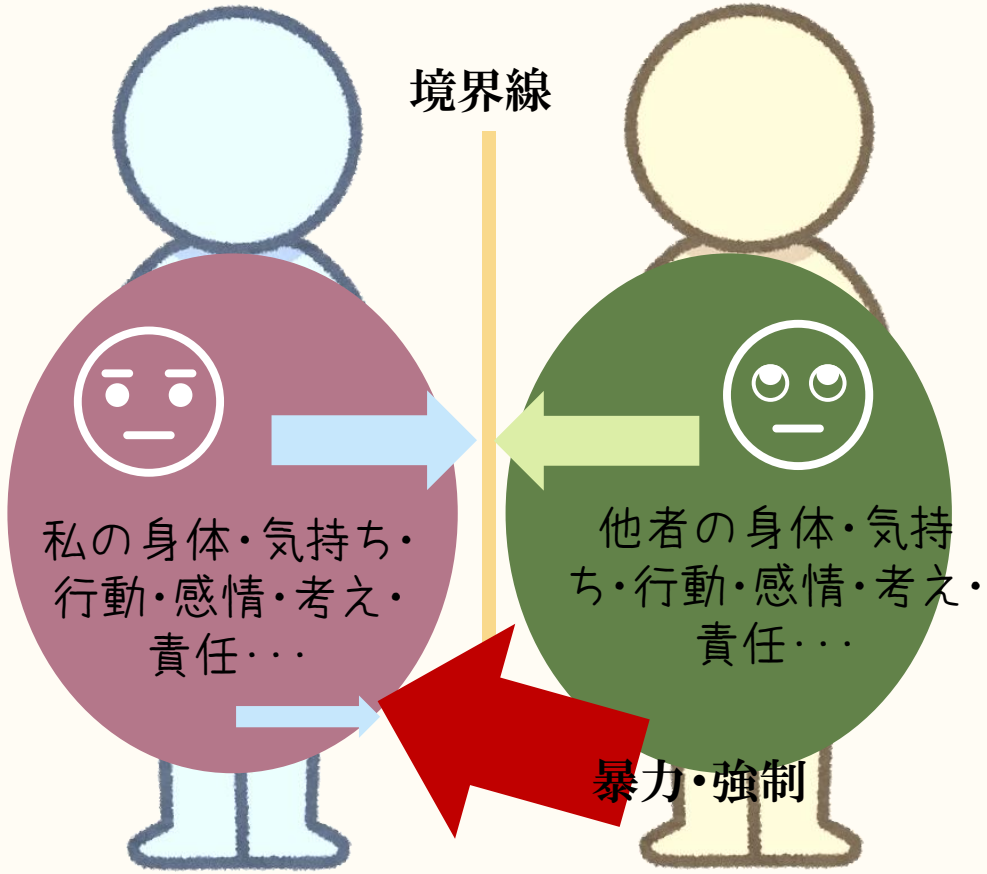
・５F反応…人間が危機・恐怖に直面した時、生存可能性を最も高める反応として脳科学の最新の知見に基づいて検証されている反応。

友好・凍結・闘争・
逃走・迎合



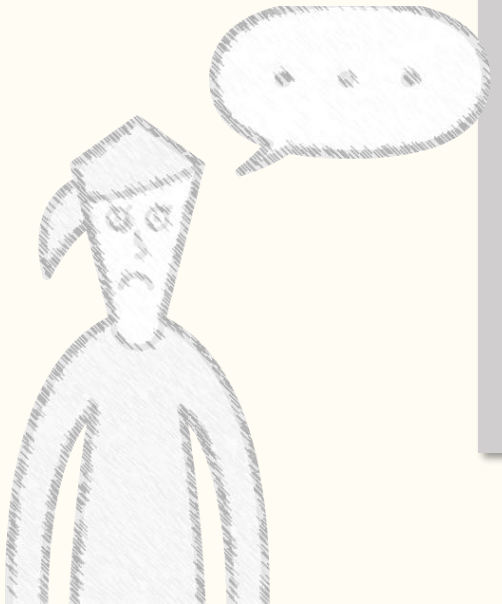
●性暴力被害のトラウマの特徴

①境界線が侵害される



●性暴力被害のトラウマの特徴

②打ち明けにくい、語りにくい



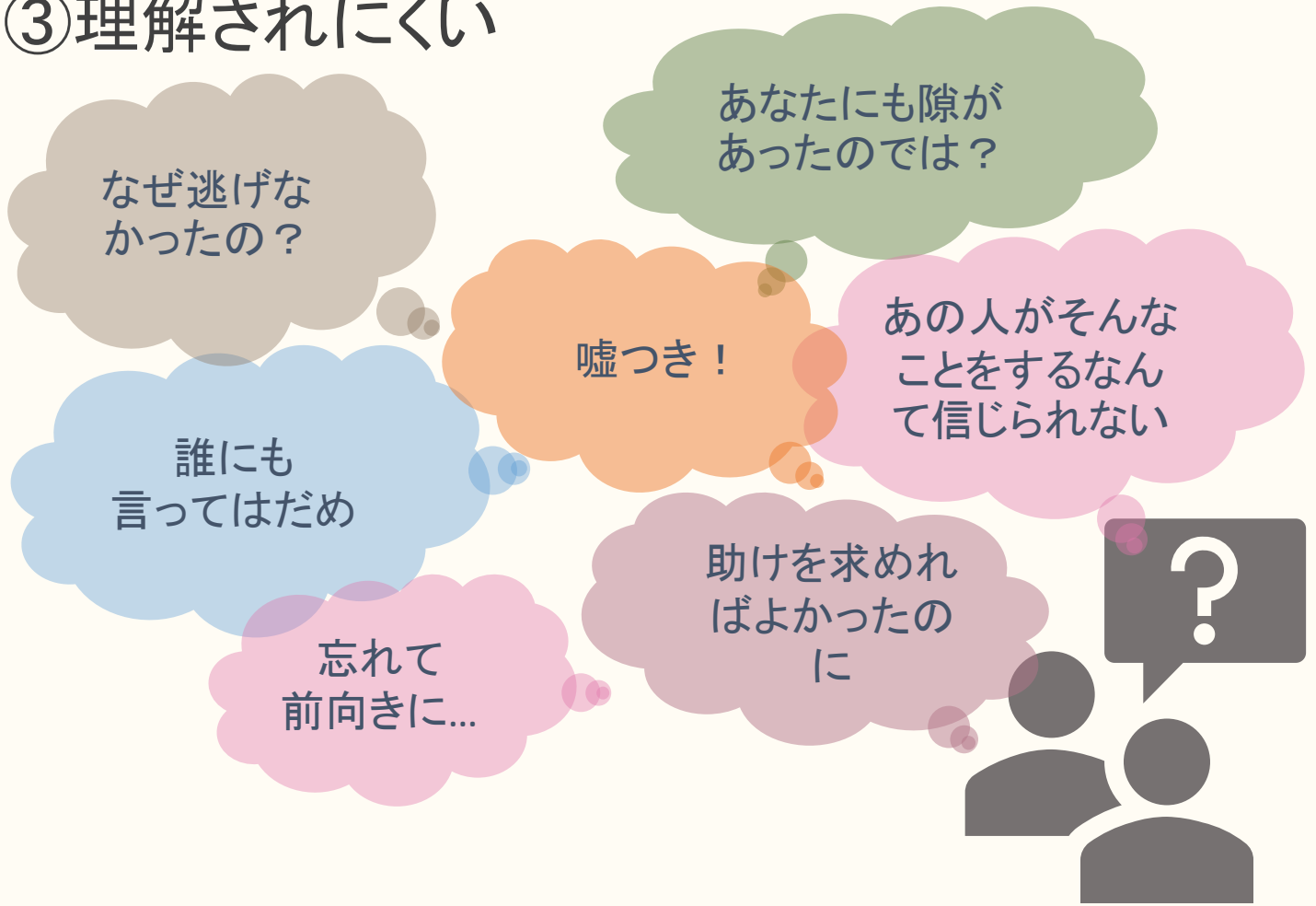
■語られにくいもの（宮地尚子『トラウマ』より）

・内容が重すぎるもの
・私的・親密的な領域のことがら
・セクシュアリティ（性）に関わること
・「あたりまえ」として日常化されていること
・養育者やケア提供者、「お世話になった人」からの被害
・所属集団内での被害
・マイノリティ集団内での被害
・共犯性や加害者性、犯罪性を帯びるもの
・共感を得られない、叱責・非難されると思うもの
・偏見やスティグマがもたらせるようなもの

『トラウマ』宮地　尚子 著　岩波新書

●性暴力被害のトラウマの特徴

③理解されにくい



●その後を生きるということ

①つぎはぎのコーピング

うつ状態、依存症、摂食障害、解離、
性非行（再演行動）、ひきこもり、
自傷行為、衝動的な行動　……など



■「生きる勇気と癒す力」より

自分をいたわる術がほとんどない中で、人は活用できることは全て活用して生き延びようとするのです。サバイバーの多くは自分自身のサバイバル行動に批判的です。生き延びるために取らざるを得なかった行為の中には、否定したいものもあるでしょうが、それ自体は決して恥ではありません。むしろ、生き延びるための手段を知っていた自分をたたえていいのです。

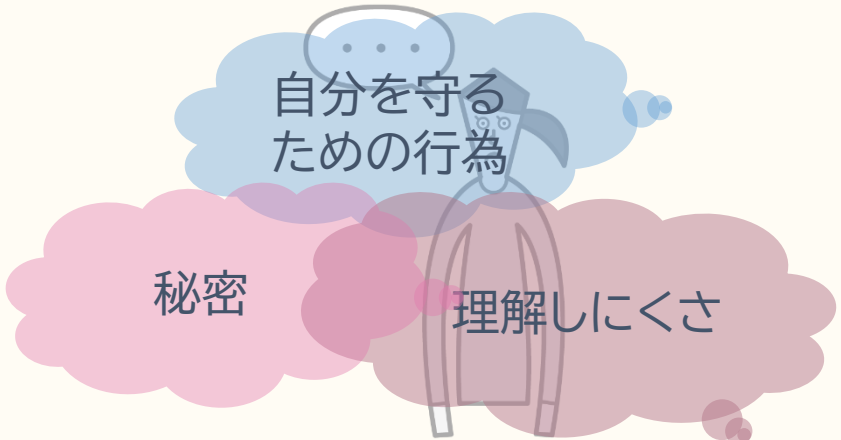
『生きる勇気と癒す力―性暴力の時代を生きる女性のためのガイドブック』(三一書房)
エレン、バス（著）, ローラ、デイビス（著）, 原美奈子（翻訳）, 二見れい子（翻訳）

●その後を生きるということ

②秘密を抱えて生きる

秘密を抱えているということ自体が精神的な負荷や対人関係に影響を与える

①②は生き延びるための手段だが、それによって、他者から理解されにくかったり、親密な関係をつくることを阻まれたりすることも…



●FCのカウンセリング

- 「それは性暴力であって、あなたは悪くない」
- 被害の影響（トラウマ）に関する心理教育
- 外傷ストーリーの再構築
- 社会との再統合に向けたサポート

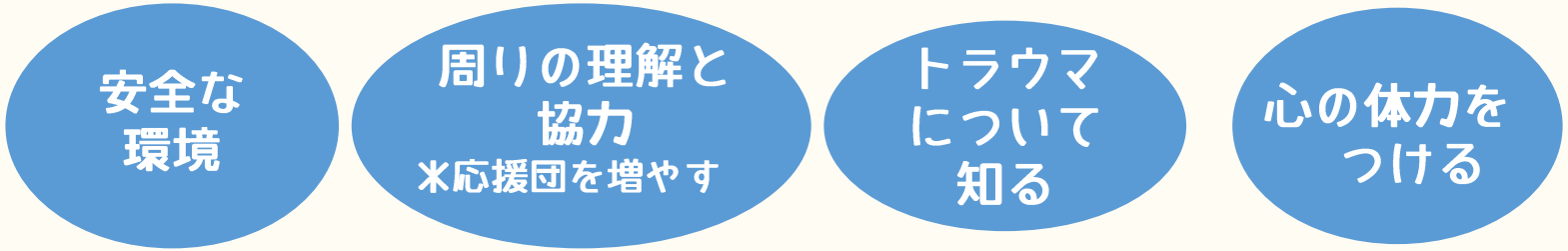
フェミニストカウンセリングが大切にしていること

パーソナルイズポリティカル
ジェンダーの暴力であるという性暴力の認識／法律や制度の問題

シスターフッド
「私だったかもしれない」という地続き感

エンパワーメント
「被害を生きのびた力」「回復する力」を信じる

●回復のためにできること



過去に支配されない「今」を取り戻す

回復の過程はらせん状、時間がかかることもある

2方向からの働きかけ

・トップダウンのアプローチ:「理性脳」への働きかけ
ex.トラウマの影響を理解する、各種心理療法、瞑想

・ボトムアップのアプローチ:身体的な活動を通じ「情動脳」への働きかけ
ex.呼吸法、軽い運動、心地よい体験

【参考】

●周りの人ができること

- 基本的な生活・身体ケアは大切
- 「あなたは悪くない」「理に適った反応・行動だ」と伝え続ける
- 声を聞く。一緒に考える
- 境界線と対等で安全な関係
- 「その人」を支援する
- グループ、コミュニティの力は大きい

【参考】“アクティブ・バイスタンダー” 加害者・被害者以外の遭遇した第三者にできること。

ピルにゃん：HOME/人権＆性/“アクティブ・バイスタンダー” 加害者・被害者以外の遭遇した第三者にできること。 より：
https://pillnyan.jp/human_rights/88800325/

