

虐待連鎖を断つ

「母親から無視される状況について、皆さんはどう考えますか」。大阪市内のビルの一室、40〜50代の男女5人を前に、虐待を受けた経験のある人を対象にした「自尊感情回復プログラム(SSEP)」を開発した藤木美奈子さんは呼び掛け

た。参加した女性の一人から寄せられたこの悩みに対し、他の受講者からは自分ならどうやって気持ちを楽しめるのか、次々に意見が出た。「本心じゃないかも」「無視する相手がおかしい」。相談した女性は、じっくり考えた後「無視は幼稚な行動。幼い母だなと考えます」と答えた。

子どもの頃に家族から虐待を受けた人は、大人になっても不安感や自己否定感にさいなま

「育ちの傷」と向き合う

れ、対人関係にも問題を抱える場合が多い。中には、自分が受

てしまう人も。こんな人に自尊

感情を取り戻してもらおうのがプログラムの目的だ。

約2カ月間で5回の講習を通

じて、思考の偏りを修正した上で怒りや不安につながる考え方を練習し、対人関係を円滑にする技術について学ぶ。普段の生活でも毎日、楽観的になれる言葉を繰り返し紙に書いたり唱えたりして自分の中に定着させる。藤木さんは「悲観的な考え方を見直すことで、感情と行動をコントロールするのが狙い」と話す。



「自尊感情回復プログラム」について受講者に説明する藤木美奈子さん(大阪府中央区)

被害者の成長後支援

虐待被害者への支援 子ども時代に家族などから虐待を受けると、心的外傷後ストレス障害(PTSD)で突然記憶がよみがえるフラッシュバックや不眠などの症状だけでなく、抑うつ、不安障害など精神疾患リスクが高まり、成長後も影響を受けることがある。これらを治療するためには専門家による心理療法が有効とされ、全国の児童相談所や一時保護所ではさまざまなプログラムが導入されている。

片道4時間かけて通う50代女性、子どもの頃、親に面倒を見てもらえず、結婚した後も夫から暴力を受けた。ありのままの自分が分からず悩み、精神科や心療内科に通ったが改善しなかったため、短期間で受講できるSSEPを選んだ。

生活支援施設などでSSEPを実施するようになり、今は全国でプログラムを受けられるよう、支援者養成にも力を入れる。藤木さんは「適切な支援で『育ちの傷』から回復してもらい、幸せになってほしい」と話している。

藤木さん自身、義父からの性的虐待を受け、逃げるように18歳で結婚するも、夫からドメスティックバイオレンス(DV)を受け、心身ともに深い傷を負った。夫と別れたが、自分に自信が持てず、人との接し方が分からなかった。本を読みあさり虐待とDVだったと自覚した後、自分を安心させ人間関係がうまくいくよう行動をコントロールする努力を数年続け、自尊感情を回復させた。

「今まで自分を責める癖があったが、物事を客観視できるようになり『私は悪くない』と思えるようになった」と打ち明ける。

■西陛下、即位礼正
天皇、皇后両
皇居・宮殿で
つた「即位礼正
行演習に臨まれ
が即位を宣言す
座(たかみくら
さまが立つ「御
うだい)」の組
し、22日の本番
作業が大詰めを
両陛下は15日
ろ、半蔵門から
つた。沿道に集
窓を開けて笑
た。

宮内庁による
は正殿の儀が
「松の間」で
職員らも参加
の流れや所作な
という。
22日は午後1
儀が行われ、午
即位を祝うパレ
列(おんれつ)
される。
■大嘗祭へ南丹
天皇陛下の皇
重要祭祀(さい)

表現の不自由展 終了

社会プラス

暮らしのできごと もっと詳しく

企画展「表現の不自由展」を
める大村秀章愛知県知事は開幕

国際芸術祭「あいちトリ
エンナーレ2019」が14
日開幕した。相次ぐ抗議を
受けて一時中止した企画展
「表現の不自由展」その後

「写真を焼くのは抵抗があ
ったが、焼いているだけの
作品ではないと分かった」
「少女像は政治的な主張よ
り女性の扱われ方を主張し
ている作品と感じた」と前
向きな感想が相次いだ。ト
リエンナーレ芸術監督の津

の約33000
を当面留保し、
を検証する構
不自由展実
佳さんは「補
題は曖昧にせ
検証していく
最大の検閲だ