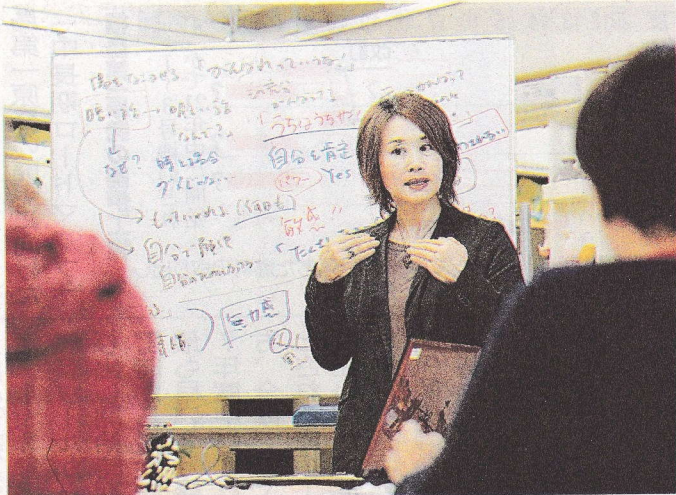


虐待の傷 通わす心

「幼少期から虐待などの被害を受け、対人関係を築けずに苦しんだ大学講師が、同じ悩みを抱える女性向けの心理講座を開いている。ドメスティックバイオレンス(DV)から逃れた母子世帯らを保護する施設で、被害者がいきいきと生活できるように手助けしている。



社会適応に悩む女性向けに心理講座を開く
藤木美奈子さん 大阪市内、遠藤真梨撮影

被害経験の女性、心理講座

講座を開いているのは、関西大と立命館大で非常勤講師を務める藤木美奈子さん(55)。生きづらさを抱える人の心理を大学で教える傍ら、2008年から大阪市内3カ所の施設で約20回の講座を開催してきた。約100人が受講し、今年も開いている。

大阪市西成区出身。貧しい母子家庭で育ち、小学生のときに母の自殺未遂や義父からの性的暴行に苦しんだ。結婚してからは夫に暴力を振るわれたという。離婚後、長年の暴力の影響で人を信頼できず、職場の同僚の何げない言葉が自分を責めているように感じた。人の顔色を気にして嫌なことを断れずストレスがたまり、職を転々とした。生きづらさから脱する手掛かりは自分で見つけた。さまざまな本を読み、役立つ社交術をリポート用紙に

書き留めて持ち歩くようにした。用紙は数百枚にのぼり、自己流の対人スキルを身につけていった。

1995年に被害体験を本に書いたところ、年間100件を超える講演依頼が全国から寄せられるようになった。「自分の経験を踏まえながら被害者が立ち直る方法を探りたい」。03年に大阪市立大大学院入学。対人関係の改善を図るプログラムをつくり、施設で開講するようになった。

講座は数人のグループごとに開く。「つらい思いはわかる」と自身の過去を打ち明け、心を開いてもらう。自分が悪くないのに責任を感じたり、被害妄想的な見方をしたりする人には、悩みを聞きながら、その「ゆがみ」を直していく。

「暴力の連鎖から救われた」。大阪市内の30代の看護師は話す。離婚後も家に来て暴力を振るう元夫を拒めなかった。母も父からの暴力に耐えていたため「我慢が当たり前」という思考

が身につけていた。いじめられていた長女にも、きっぱり断ることの大切さを教え、いじめはなくなった。

藤木さんは講座以外にも食事会など気軽に話せる場を設け、施設を出た後も受講者をフォローしている。今秋には講座の実例をまとめた本を出版する予定だ。

「苦悩の中にいる人や支援者向けに改善のヒントになる内容にしたい」と話す。