

注文をつけていた。特に食事の味付けには、塩辛い甘い、肉の焼き方がどうの、極めてうるさく、気に入らないと食べないので、第二の料理を用意する必要があった。何年もたち、味噌汁に文句を言われないうちに、リトマス試験紙を使って味加減をみるようになった。」

援助する側は、「リトマス試験紙まで使うのは奇妙だから、やめたほうがいい」と伝えたい。この判断は正しい、しかし被害者は「自分を否定された」と感じるはずである(加害者との関係の「再演」。第5参照)。この局面でも、被害者のあり方を尊重するコミュニケーションが必要である。この偏った行動も「生き延びるために必要な工夫」として扱う。

いささか高等テクニクではあるが、その対応を以下に紹介する。(以下、Co=カウンセラー、Cl=クライエント。この対話で、CoはClの吐く息・吸う息のリズムに合わせてゆっくりと語る。そのことによりClへの影響力が高まるのである。)

Co「うーん。リトマス試験紙を使うとは、奇妙にも見えるが徹底している。これは、あなたが夫から文句を言われないうちに、苦肉の策でひねり出した工夫なのでしょう」
 Cl「そうですね、ひねり出した工夫です」
 Co「そう、でも同時に、本当は自分の中で『ここまでやるのは変だ』と分ってるはずなのです」
 Cl「ええ、分かっています。でも、そこまでしないと……」

注

- 1) メンタルサービスセンター <http://www5e.biglobe.ne.jp/~m-s-c/>
- 2) 草柳和之『DV加害男性への心理臨床の試み—脱暴力プログラムの新展開』(新水社, 2004) 250頁
- 3) Herman, J. (中井久夫訳)『心的外傷と回復(増補版)』(みすず書房, 1999)

Co「そーうなのです。自分を守りながら、そんな厄介な彼と暮らしていくために必要な工夫です。そして、この生活をすることが、もはや限界と分かってくるあなたには、これから新たな人生に必要な決断を幾つもしていくでしょう。そして、味噌汁の味をリトマス試験紙によって確かめる作業は、ちょうどよい時に、その役割を終えるでしょう。役割を終える時まで、リトマス試験紙を使いましょう」
 Cl (ハッと、大きく頷く。)

被害者にこだわりが強い場合、援助者が「そのままですと疲れるから、やめましょう」と伝えなくても、「でも～～」となるか、「はい、そうですね」と言いながら実際には続けることになりがちである。紹介したアプローチは、逆説的である。一見、問題を助長するようでもある。「苦肉の策でひねり出した工夫」との応答は、リフレイミングである。その工夫の意義を認め、大きな範囲で尊重することにより、被害者自ら「この不自然なやり方は、どうなのだろうか?」と問いかけを生んでいく。さらに、未来に「その役割を終える」と語ることが、自分でやめる動きを活性化することになる。あるやり方に加わって行き詰っている場合に有効なアプローチであるが、その妙味を感じていただけると幸いです。

—彼女は、目の前の皿を見ているうちに、『自分自身を取り戻すとは、こういうことだ』と思うと、涙が出てきたという。』——面接サポート期間中にこのような時に立ち会えることは、援助者として幸運である、と、つくづく思う。

第5 DV被害者への援助に伴うパラドックス

奇妙に思われるかもしれないが、援助のために「正しいこと」を伝えることが、実質、援助になっっていない、という現象が存在する。例えば、ある被害者は、夫のDVで離婚した後、仕事先でセクハラにあう、自転車とぶつかってケガする等、災難続きで疲れ切ってしまう「一人で寂しくてたまらない」と語った。そんな折、夢に元夫が現れ「寂しいなら、帰っておいで」という。「元夫の住所は分かるので、一度、様子を見に行きたい。行ってよいか?」と質問してきた。さて、この局面に、援助者はどう対応することが適切であろうか?

「被害者の判断はマズい」と考えるのは正しい。多くの方は「元夫の家を見に行くことがいかに危険か」の理由を説明して、引き留めようとするであろう。しかし、これは被害者の判断力を否定することになる。加害者の姿勢と同一であり（これを加害者との関係の再演と呼ぶ）、奪われてきた主体性を強化できない。援助者の言うことが正しくても、被害者にとって「自分が否定された」と感じ、苦しくなる。これが、被害者への援助に伴うパラドックスである。

これは援助における、根本的で永続する課題である。援助者側に、専門知識・技術・所属機関に対する信用などのパワーがないと、相手を手助けすることができない。援助者が「正しいこと」に固執すると相手を手をコントロールすることになる。

DV被害者は、その判断に誤りがあったとしても、セッションを通じて尊重される体験が必要である。被害者は相手に遠慮し、自分が自由で主体的であることの戸惑いもある。もし被害

者が面接に対してクレームを言ってきたら、それは主体性の回復の側面であり、「それは大切なことだ」と明確に伝え、歓迎し、積極的に取り扱う必要がある。

第6 リフレインミングのすすめ

リフレインミングとは、「事実を変えずに、肯定的な言い回しに変える」技法である。それにより変化のためのエネルギーの積み込みとなる。よくある例であるが、「コップに水が半分入っている」とする。それを「半分しか入っていない」と捉えるか、「半分も入っていない」と捉えるか、によって、明らかに気分が異なる。人の感情の大部分は、考え方（認知）に基づいている。そして、

認知が変化する→感情も変化→行動も変化

という連続的变化を図っていく、そのためにリフレインミングは非常に有益な技法である。

面接では、援助者が何かを提案した時、被害者が混乱したり不満を語ったとしても、「それは必要なことです」「以前より一歩進んでいきます」と、肯定的に伝える、これがリフレインミングの使い方である。「問題・症状もあなたにとって大切」としてしまふのである。決して被害者を否定的に扱わず、変わることに抵抗する動きも活用する。このような手続により「援助に伴うパラドックス」を乗り越えることができる。

第7 問題・症状・認知の歪みを、被害者のサバイバル戦略に読み替える

援助の過程において、被害者の持つ行動習慣・症状など、それらが奇妙で、本人を苦しめているとしても、極限的状況を生き抜く知恵や工夫、健康な精神的メカニズムの現れと見ていくことが必要である。問題を被害者の尊厳の現れとして接していく。以下に例を示す。

「夫は、妻のする家事を事細かくチェックし、

ん棚上げして、苦境にあり、被害者自身のままならない事情や気持ちに、十分耳が傾けられる必要がある。

○言葉や行動によって自己表現する力
「お前の言うことは、ホント分らん」「お前は世の中に通用しない」など、否定メッセージを受け続けていくと、自己表現する力が奪われていく。被害者の言動に矛盾や混乱があったとしても、援助する側は、本当に表現したい内実を察知して、相応しい言葉に表現し直し、被害者の実感と一致するか丁寧に確認する作業が必要となる。少しでも望ましい表現や行動のサイオンが現れた際には、それを肯定的にフィードバックしていく。

○感情を感じる力
加害者の暴言や冷たい態度に晒され、どれほど努力しても事態が良くなるらない、という中で生きていくと、人間は感覚を鈍くしてやり過ごすようになる。苦痛な感情をまともを感じていくと、自分が潰れてしまうので、無感覚になって自身を守ろうとする。援助する側が「自分の感情をしつかり感じましょう」と励ますことは、「感情を感じる事ができないうあなたはダメだ」という否定的前提を含んでいるため要注意である。このような事態を肯定的に扱う面接スキル（リフレイミング）を活用する必要があるが、それについては後述する（第6参照）。

○身体的健康
頭痛・慢性疲労などの不定愁訴、アトピー、うつ病、糖尿病、ガン、婦人科系疾患、心臓疾患など、DVの爪痕は身体にも現れる。一時期「夫原病」という言葉が流行ったが、その大部分はDVであろう。筆者は講演の際に「DVは万病のもと」という表現をよく使う。これらは単なる体の病気ではなく、「身体が悲鳴を上げている」「身体が『もう限界』と伝えてきている」と読み替えて、被害者に十分吟味してもらうように促す必要もある。

○主体性、自由
これは暴力の本質により、必然的に失われる。

○休むこと
「好きな時に休むのは、あたり前」と思っているはいけない。加害者の要求は果てしなく、日常の家事の細かなルールを守るよう言われたり、頼んだ用事を延期したりミスすると機嫌を損ねるため、常に気を張らねばならない。休む、忘れる——これらが許容される権利もあるというべきであろう。

○他者へ手助けを求めることが正当であるという感覚

実際、「お前の言うことなど、誰も信用しないぞ」と言われることもある。「身内のことを語ることは恥」などで相談しにくい、誰かに話しても誤解されたり、役立たない助言を言われて落胆、という経験もする。そして、ますます被害者は口を閉ざすことになる。援助する側は、そのような経験により、沈黙せざるを得なかったことを理解し、共感の言葉を伝える必要がある。「あなたの経験してきたことは、ただならぬことだから、この問題に携わっている専門家に助力を求めてよいのです」など、相談に来所したことの正当性を伝えることにより、自分をよりよい方向にもっていく気力を高めることができる。

○自分の存在に意味があるという感覚
あらゆる人間は、その存在の根底で「自分の存在に意味があるという感覚」により支えられている。慢性的暴力により、その感覚は蝕まれていくが、逆に、回復への作業を着実に積み重ねていくと、遂には「大事な何かを取り戻した」という瞬間が訪れることがある。以下は、その一例である。

「ある女性は、やっとの思いで身勝手極まる暴力夫と離婚し、一人の生活を始めた。ある日、食事をしていて、ふと気づく。「そういえば前の生活では、夫や子どもの前にはメインのおかず一品があった。でも自分の前にはなく、他の人の皿から分けてもらい食べていた。そこに何の疑いもなかった。今、目の前におかず一品がちゃんどある。思い返せば、やっぱりあの食卓の光景からして、何かおかしかったんだ。」

重ねるうちに、自分の中の混乱も次第に整理され、夫のズルイやり口も実感され、いよいよ一縮の生活が耐え難くなり、自分が彼のどちらから家を出るか選択が必要、と思えるようになってきた局面。そして、できれば夫に出て行ってほしいので、それを伝えるための話合いをしなければ、と思う。しかし、2人で話し合うと、彼は話をすり替えたり、不機嫌になって怒鳴ったりで、話合いにならない。さてどうするか、という段階で、「あらゆる選択肢とその結果を話し合う」セッションを迎えたとしよう。被害者は「誰か味方をしてくれる人を入れて、3人で話し合いたい」という。

[No1] 協力者に心当たりがある場合

自分の親、兄弟姉妹、親戚、共通の友人など、誰が適任か、被害者に判断してもらおう。その人物と事前打ち合わせをどうするか、検討する。そして、夫に第三者を交えての話合いの希望を伝える段取りを話し合う。直接話すか、もし、メールか手紙にするならば、文面を考えねばならないが、そのノウハウは次に詳述する。

[No2] 協力者がいない場合

この場合、彼に家を出てほしい思いとその根拠を手紙に書き、彼に渡すことを勧めている。とはいえ、いかに説得力のある手紙を書くか、被害者だけでは困難なことが多い。そこで、手紙に盛り込みたい内容を、被害者に思いつくまま語ってほしい旨を伝え、それらを画用紙に簡条書きにしていく。今までの生活で何がどう苦しかったか/現在、どう限界を感じて別居を思い至ったか/何ゆえに彼に出てほしいか/など、丹念に言い回しを確かめながら、時に表現を修正しつつ書いていく。簡条書きが出そろった時点で、手紙に書く順番を考える。そして最後に、書き始めと終わりの文章を検討する。

また、次回の面接までに、これらの簡条書きした内容を(画用紙を渡す)、然るべき順番にし、文章表現を整え、一応の文面にまとめる宿題を出す。手紙の完成度は問わない。さらに文面を整えて完成させる、という段取りとなる。「それぞれを選択肢を公平に、正確に提示」する姿

勢に努めることが肝心である。そして、「こちらの価値観を押し付けない」ために、画用紙に書いた表現が、本人にとって納得いくか、丁寧に問いかけ、間を取り、その実感を確かめる對話が必要となる。

補足だが、夫を交えての話合いに協力するに至らない親兄弟・親戚などに、完成した文面を送って、賛同の署名を複数もらい、夫にプレッシャーをかける、という工夫も行ったことがある。

第4 DV被害者にとって奪われるもの

ここで、被害者が自分自身を取り戻すために、援助職がいかなる側面に焦点を当てるか、その主要なリストを紹介し、若干の解説を加えたい。DVとは、単に暴言や暴力があり、怯えて暮らす、逃げられない、という状況にとどまらない。日常でありながら極限状況を体験している、と理解すべきであり、決して大袈裟な表現ではない。以下は、そのままDVという「異常な環境に対する正常な反応」であり、被害者が奪われてきたリストであり、これほど多岐に悪影響を及ぼすと理解すべきである。被害者の心理規制についても触れているので、我々が自明としてある社会通念を疑い、被害側に立つ感受性を養っていただきたい。常に目指すは《被害者ファースト》である。

○人間関係が安全であるという感覚

健康なパートナーシップ関係では、最大限の理解や尊重が向けられるが、DVはその正対である。暴力による恐怖に加え、周囲の人間から誤解や無理解が向けられ、人間関係の危険さを嫌というほど味わう。逆に、面接などの援助場面において、人間とともにいることの安全・尊重を体験できるように配慮する必要がある。

○自己肯定感覚、自信、自分は他者から理解されうる存在という感覚

加害者から否定メッセージに晒され続けていたため、被害者には恥・罪悪感が非常に強くなる。援助の場面では、社会の一般通念をいった

② ポジティブな活動をする

慢性的な困難の只中にいると、気力も湧かず、生活に必要な意欲も低下しがちである。少しずつでも、気分が晴れる活動を考え、実行することとを提案する。そして生きている実感を取り戻し、日常の生活機能を改善するよう、工夫していく。

③ 心身の反応に対処する

心身のつらい反応を和らげることを提案する。セルフケアのプランを立て、工夫に対処すれば何とかなる経験を積み重ね、自分の面倒を見ていくよう努める。

④ 役に立つ考え方をする

苦痛を生み出す考え方を特定し、それをより苦痛の少ない考え方に変える。また、袋小路に陥る発想から、可能性を拡大する発想へと転換する手助けをしていく。

⑤ 周囲の人と良い関係を作る

親身になり共感してくれる人物を特定し、それぞれに役回りを考え、協力をお願いしたり、安心できる関係に触れる時間を作っていく。以上はすべて、加害者が被害者をないがしろにする働きかけと正反対であり、自分を活かすための柱であることが理解できるであろう。これらを、相手の人柄や好み、置かれている状況に応じて、丁寧に、粘り強く進めていくことになる。

2 スクリーニング表

さらに、次に紹介する「スクリーニング表」(【図表2】)は、簡便であるが、項目をチェックするだけで、援助に必要な全体像を把握することができるところである。

スクリーニング表を随時活用することにより、現時点で必要度の高い項目を特定し、具体的にどう進めるか、知恵を集めていく。

【図表2】 サイコロジカル・リカバリー・スキル (SPR) スクリーニング表

問題の領域	問題の大きさ, 緊急度
からだの健康	<input type="checkbox"/> 緊急
こころの健康	
安全	<input type="checkbox"/> 大きな問題だが緊急でない
生活必需品	
物質への依存	<input type="checkbox"/> 大きな問題でない
日常生活への支援	
対人関係	<input type="checkbox"/> その他
その他	

第3 被害者への対応の留意点

・支援者が留意すべきこと

被害者への対応の留意点を全て網羅するのは困難だが、重要な点を紹介する。

○「信頼関係を築くための温かさや共感」——これは、通常のケース以上に、ぜひとも必要である。

○被害者が感情的にパニックになっても、一緒にいて耳を傾ける。

○混乱、嘆き、加害者から離れたたくとも離れられない葛藤などが語られた際には、「今の状況ではそれが自然な状況である」ことを伝える(後述第6のリフレイミングを参照)。

○加害者に対する怒り・恨みが次々に語られると、多くの援助者は対応に戸惑いを覚えるであろう。この場合「そのような怒り・恨みは正当なことだ」と認め、伝える必要がある(これも、リフレイミング)。

○周囲から「あなたはその扱いがうまくない」「みんな我慢してる」と言われたことに対して相手から疑問や不満が語られた際には、「一般的にありがちがちな錯覚である」こと、「不満をもつことが自然な感覚である」ことを伝える。

○あらゆる選択肢とその結果を話し合う。それぞれの選択肢を公平に、正確に提示する。こちらの価値観を押し付けない。

上記の具体例を挙げてみよう。セッションを

2 DVの種類と構造

DVには、以下のような暴力が含まれる。

(1)身体的暴力／(2)精神的暴力／(3)物を通じての暴力／(4)子どもを利用しての暴力／(5)性的暴力／(6)社会的暴力／(7)経済的暴力

暴力とは何か？「相手を傷つける行為」との理解では不十分である。暴力の性質を考えるために、以下の手段と目的（意図）というキーワードが有益である。

① 手段——身体的暴力・精神的暴力・性的暴力など

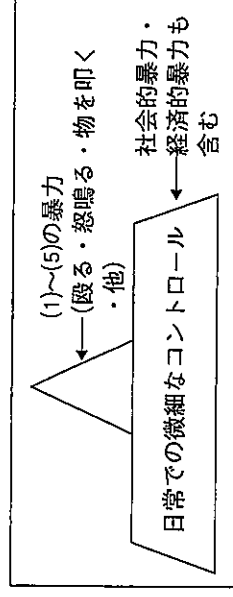
② 目的・意図——何らかの強制力により相手を無力化し、服従させる、言うことをさせる、コントロールする

③ ②が暴力の本質であり、要するに「思う通りにならない」と許さない」姿勢である。

DVでは、日常些細なことで相手を気遣いさせ、服従させる事象が広がっている。例えば、夫は帰宅すると玄関を見渡して物の整い具合をチェックする／料理を一つ一つ論評し、注文を付ける／洗濯物のたたみ方にケチをつける／頼んだ銀行振込が出来ていないと文句を言う等々であるが、これらは単体では暴力とは言えない。

そして思い通りに物事が運ばない時に怒鳴る、物を投げるなど、明確な暴力を駆使する。DVとは、例示したような日常の微細なコントロールの裾野があり（社会的暴力・経済的暴力は、これに含まれる）、その範囲に収まらない時、(1)～(5)の暴力を活用する、という二重構造になっているのである（【図表1】）。このことにより最も小限の暴力で相手を服従させることができ、暴力のコストパフォーマンスが高くなる。被害者は、暴力のない時間も苦しくなる。「こんなこともキチンと出来ない、ダメな妻」と相手のせいにし、それを周囲の人にも納得させ、しかし本当は加害者が仕組んでいる——この「何もかも相手の責任」と仕立てる戦略を《無責任の達人》と呼んでいる²⁾。

【図表1】DVの暴力の二重構造



J. Hermanは、「心的外傷と回復」³⁾の第4章「監禁状態」で次のように述べる。

「人間に自分以外の人間を奴隷化させる方策は驚くほど一つである。人質、政治的囚人、強制収容所の生存者たちの報告は地球上のどこからの報告でも気味の悪いほど同じである。（中略）この同じテクニックが女性が女性を屈従させるために用いられている。（中略）恐怖を起こせるだけでなく、犯人（筆者注＝加害者と読み替えて可）は被害者の自立性の感覚を粉砕しようとかかる。そのためには被害者の身体とその働きを細々と詮索した上でこれを支配すればよい。犯人は被害者が何を食べきか、いつ眠るべきか、いつトイレに行くべきか、どういう服を着るべきか、までいちいち監督し指示する。」

第2 被害者支援の基本的枠組み

1 サイコロジカル・リカバリー・スキルとは 援助するための有効な基本的枠組として、サイコロジカル・リカバリー・スキル (SPR) の5つのスキルを紹介したい。これは、虐待・暴力を受けた被害者の回復を図るための広範なスキルであるが、DV被害者の場合にも有益である。

① 問題解決のスキルを高める

DV被害を受けていると、多様な困難や問題を抱え、混乱しがちである。そのため、問題と目標を明確にし、取り掛かるべき優先順位も整理する。そして、援助者は被害者と協働関係を築き、解決の様々なアイデアを出し、それらを評価し、最も役立ちそうなものを選択できるよう手助けしていく。

『家族と法と裁判』No.46,2023.10(日本加除出版)

効果的なDV被害者支援のために ——被害者ファーストを追求する

メンタルサバイブセンター代表¹⁾・カウンセラー
大東文化大学講師 草柳和之

はじめに

筆者は、心理臨床家としてDV・性暴力・いじめ問題などの領域に力を尽くし、トラウマケアや加害者更生の実践に長年携わってきた。単に個別面接によるDV被害者支援だけでなく、家裁の調停・離婚裁判の際の面接サポートや意見書執筆にも携わってきた。一方1997年、筆者は我が国で初めてDV加害者の更生プログラムの実践と研究に着手した。当時、シェルター活動に携わる人々からは「日本で不可能」とされ、著者や研修会の提供を通じて、その方法論を広く伝えてきた。

2001年、DV防止法（配偶者からの暴力の防止及び被害者の保護等に関する法律）が施行されて以降、医療・福祉・相談などの現場では、DV被害者に対応する機会が増えている。しかしながら、被害者が同じような質問を何度も相談員に尋ねる、被害者の迷いをなかなか行動につなげられない等、対応に苦慮する経験を持つ現場の方も多いと聞く。被害者に限らず、クライエントは物事を改善するために来所するが、変化しないための努力をしがちである。支援者は、「変化しないための努力」も織り込み済みで変化へと導く、効果的な面接スキルが必要である。DVケースでは、被害者の心理規制やトラウマの性質を理解した、特別な配慮が必要である。本稿では、筆者がDV被害者支援の研修を通じて提供してきた、工夫やノウハウの一端をまとめてみた。法曹関係者にとっても、援助の質を上げる

一助となれば幸いである（DV被害者については男性被害者も女性被害者も存在するが、本稿ではDV被害者の大多数を占める女性を前提として記述している。）。

第1 DVという暴力の性質

1 DV問題に向き合うことの困難性

ドメスティック・バイオレンス（DV）とは、親密な関係のカップル間（元も含む）で行使される暴力を指す。現代は「家族は安らぎの場」とすることが幻想であることが、暴かれつつある時代であると言える。多くの家庭は「安心の場」であろう。だが、家庭内で相手をないがしろにし、触法行為まで行われた場合、無法地帯となり、極めて危険な場所となる。また、幸せな親子・夫婦関係を体験してきた人ほど、虐待被害者・DV被害者の語る、壁一つ隔てて《この世の果て》のごとき有様に心を閉ざし、寄り添えなくなると。自身の価値観を脅かされるからである。「そんなに親（夫）を悪く考えなくてもいいんじゃない?」「あなたにも至らないところがある」などの言葉が脳裏に浮かんでくる。悲しいことだが、DV・虐待問題に対するには「どんな目を覆いたくなくなる惨状も、人間世界にはあり得る」という命題を受け入れるチャレンジを伴う。しかし同時に、人間が起こす残酷な仕打ちに目を背けず、我々が互いに尊重され健康に生きられる社会を目指す、極めて人間的な営みでもある。