

被害に遭った子どもへの支援・ 保護者への支援



兵庫県こころのケアセンター

亀岡智美

2022.10.15



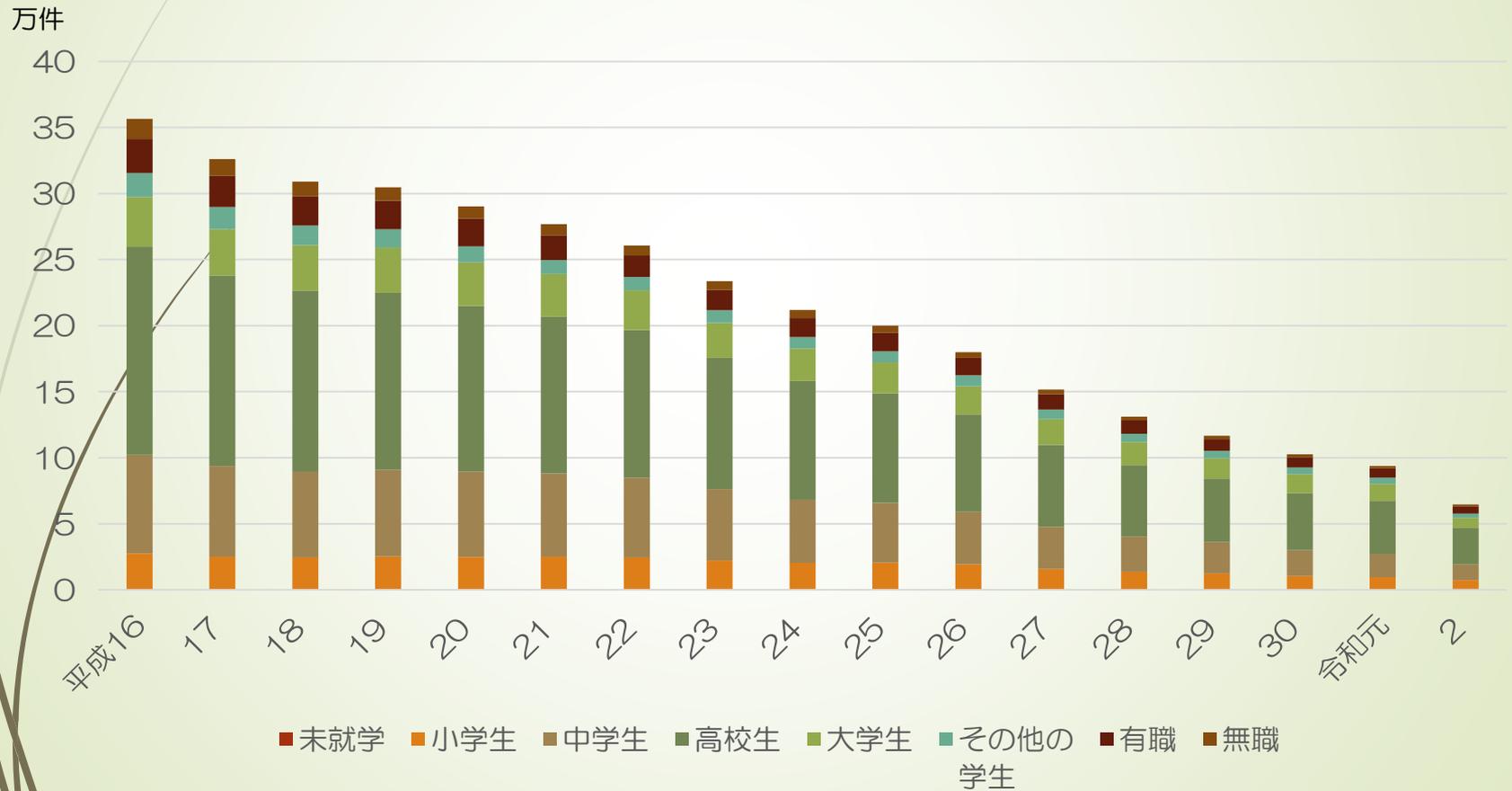


子どもの犯罪被害



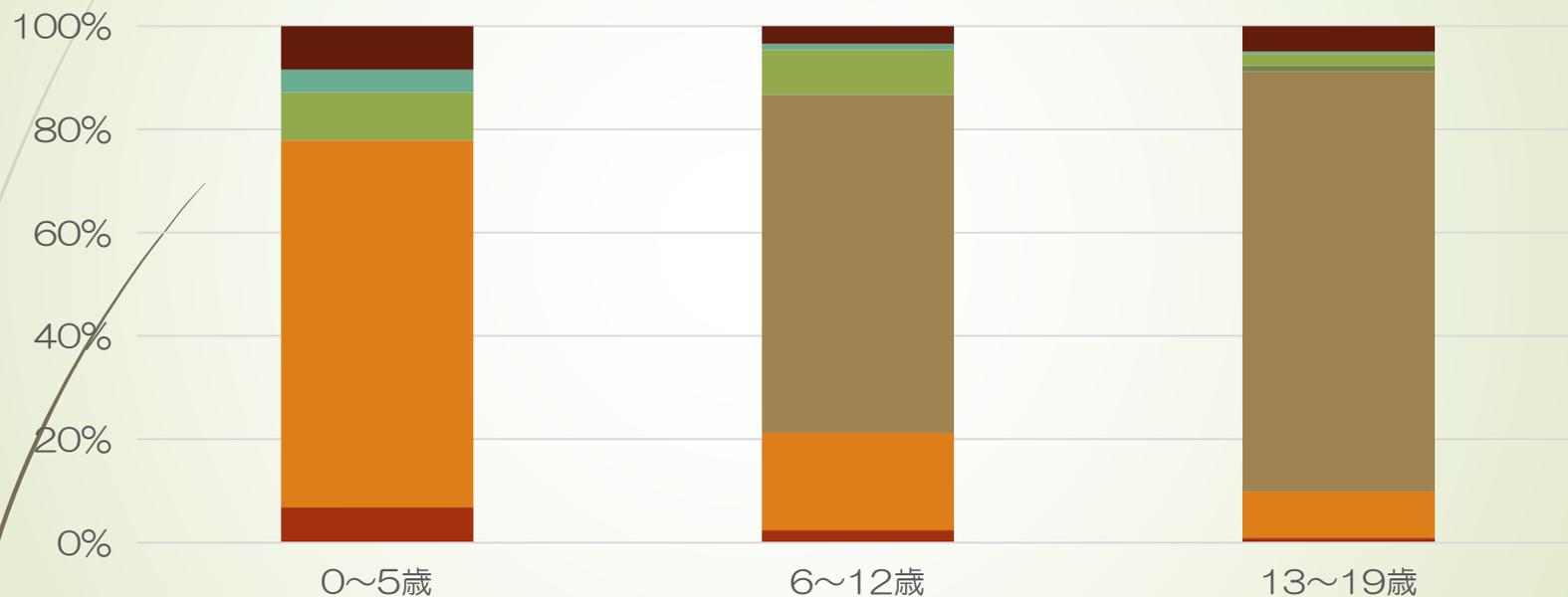
20歳未満の者が主たる被害者となる刑法犯の認知件数

令和3年版子ども・若者白書



年齢別に見た在主義構成割合（令和2年）

令和3年版子ども・若者白書



- 殺人・強盗・放火・強制性交等
- 暴行・傷害等
- 窃盗
- 詐欺・横領等
- 強制わいせつ等
- 逮捕監禁・略取誘拐等
- その他





犯罪被害直後の子どもの状態



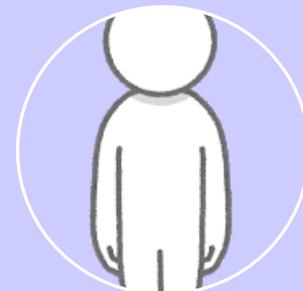
トラウマを受けた直後の正常な反応



闘争
Fight



逃走
Flight



すくみ反応
Freeze



危機状態の時に自然に生じる反応





トラウマとしての犯罪被害



犯罪被害はトラウマになりうる。



トラウマティック・ストレス（心的外傷）とは？

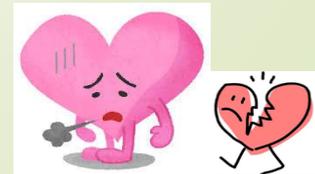
過剰な刺激により、
人間の心がかもっているある種の防護壁(刺激障壁)が
壊れてしまうこと(フロイト)

人間の精神にとっての圧倒的な体験によって、
心的メカニズムに半ば不可逆的な変化を被ってしまうこと(岡野)

トラウマは、出来事（Event）や状況の組み合わせの結果
として生じ、身体的・感情的に有害であるか、
または生命を脅かすものとして体験（Experience）され、
個人の機能的および精神的、身体的、社会的、
感情的またはスピリチュアルな幸福に、
長期的な悪影響（Effect）を与えるものとされている。

SAMHSA, 2014

こころもケガをする

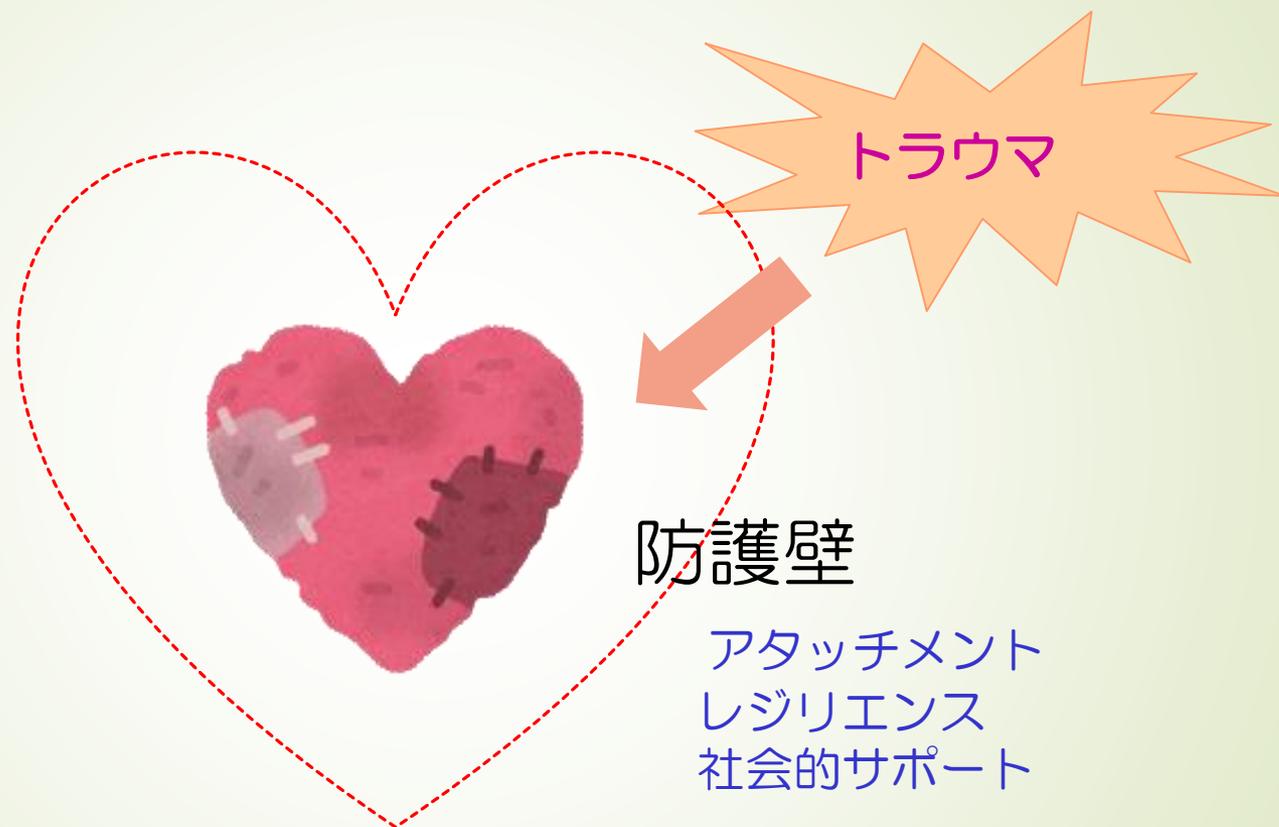


トラウマと回復

飛鳥井望編：心的外傷後ストレス障害 (PTSD), 最新医学社



アタッチメントとトラウマ



子どもたちのこころをトラウマから守る
防護壁を強化することが大切！





トラウマの広範囲な影響を
知っておこう！



無害な状況で起きるトラウマ反応



危機状態であるかのように反応してしまう！



さまざまなリマインダー

Cohen et al, 2012を参考に作成

被害を想起させる人

加害者と似た容貌・似た髪型・似た服装・似た声の人

加害者と同じ癖のある人など

被害を想起させる場所

加害者がいるかもしれない場所や人ごみ、加害者とよく行った場所

被害を想起させる場所（風呂場、布団の中など）

被害を想起させる物

加害者がよく食べていた料理や菓子・よく聞いていた音楽・乗っていた車

加害者が大切にしていたもの、加害者を想起させるにおい（整髪料、たばこ、体臭など）

被害を受けた場所にあったもの（家具など）

被害を想起させるときや状況

誰かに叩かれる・怒鳴られる・注意される

誰かが怒られる・叩かれる・注意されているのを目撃する、他児同士のけんかを目撃

その他の大声や大きな音（怒り声、大きな笑い声、他児の泣き声、食器が割れる音など）

権威者からの指示、行動の制限、衣服の検査

被害を受けた時間や季節、被害を受けた自分の裸の身体を見る入浴時

痛い治療を受ける時、被害のきっかけになった学習場面

急な予定変更、約束のキャンセル

被害を想起させる感情状態

恐怖、孤独感、孤立感、怒り、悲しみ

被害を想起させる考え

自分はバカだ、自分のせいだ、世の中は理不尽だなど



トラウマの中長期的影響

認知

自分が悪い、自分なんか生きていく価値がない、自分は穢れている、私は恥ずかしい存在だ、どうせ頑張っても無理だ、世の中は不公平だ、周りはみんな敵だ、世の中は危険だ・・・

情緒

感情調節の困難、感情認知の困難、ストレスへの過敏性、恥や罪悪感、過剰な心配、絶望感、孤立無援感、自己効力感の欠如

行動

自己コントロール困難、ひきこもり、攻撃性、衝動性のコントロール困難、危険な行動／違法行為、性的な行動化、若年での妊娠、薬物／アルコール乱用

対人関係

アタッチメントの問題、社会的な交流を理解することの困難、友人関係を作ることの困難さ、恋愛関係における問題、虐待やネグレクトの世代間伝達

身体

睡眠障害、食行動の問題、免疫機能不全、循環器系の疾患、短命

脳の発達

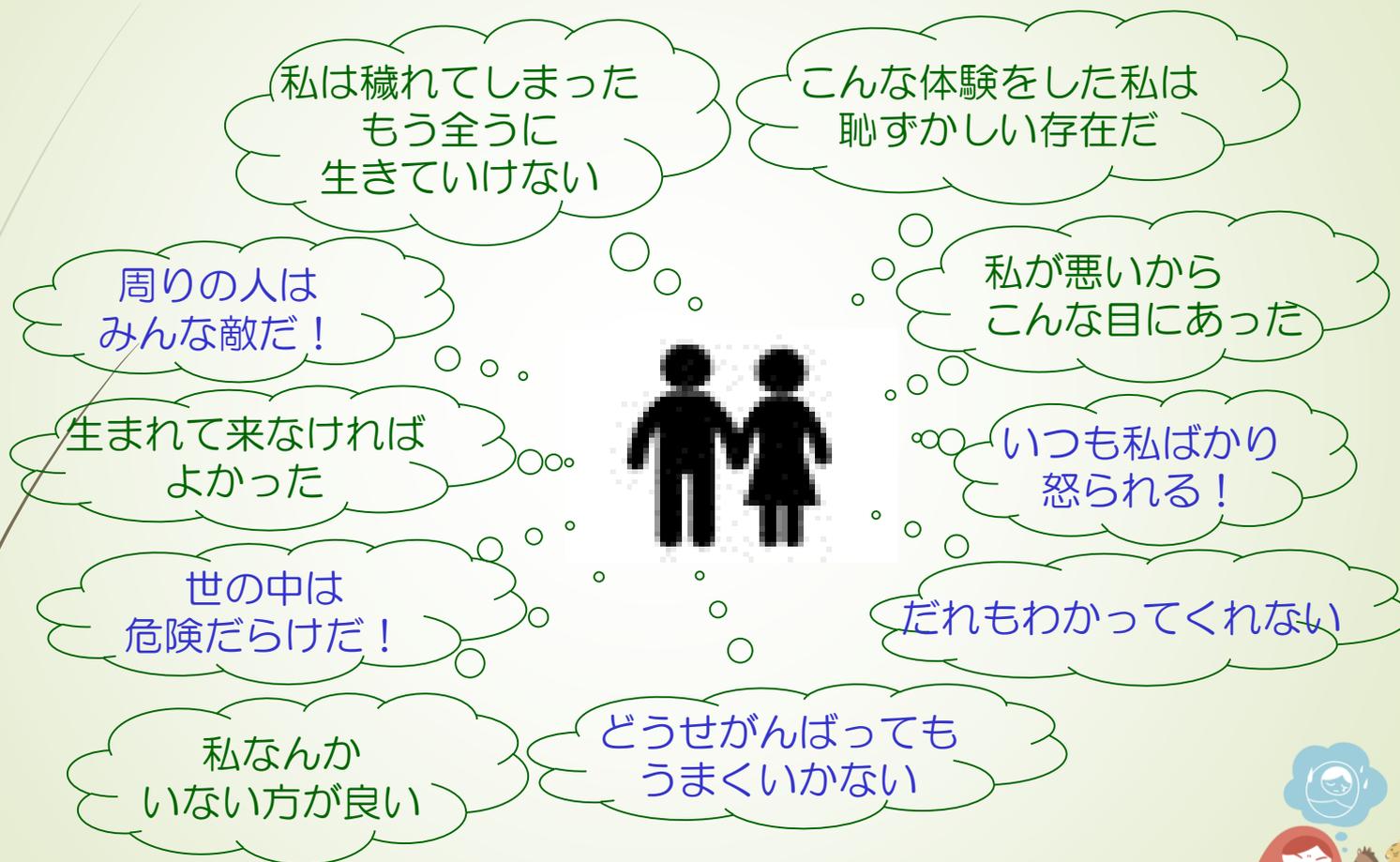
脳のサイズの萎縮、非効率な処理、ストレスに対する反応の低下、遺伝子発現の変化、学習準備性の障害、問題解決が困難、言葉の遅れ、集中困難、学業成績が低い

精神健康

抑うつ、不安、**PTSD**、自殺念慮、摂食障害、物質依存・・・



トラウマによる非機能的な認知



従来の対応方法は、その人の非機能的認知を強化してしまうことがある！=再トラウマ化



アタッチメントとトラウマ

Brisch, KH. *Treating Attachment Disorders: From Theory to Therapy*. 1999

トラウマ

危険・恐怖

愛着（アタッチメント）

乳幼児が特定の養育者との間に形成する情緒的結びつき。
泣く・微笑みかける・
声を出す・しがみつく

探索行動

周囲に関心を向ける。
愛着対象と離れ環境を探索。
行為の主体・自己効力感。

アタッチメント
の充足

アタッチメントは子どもが危機時に助けを求める行動！

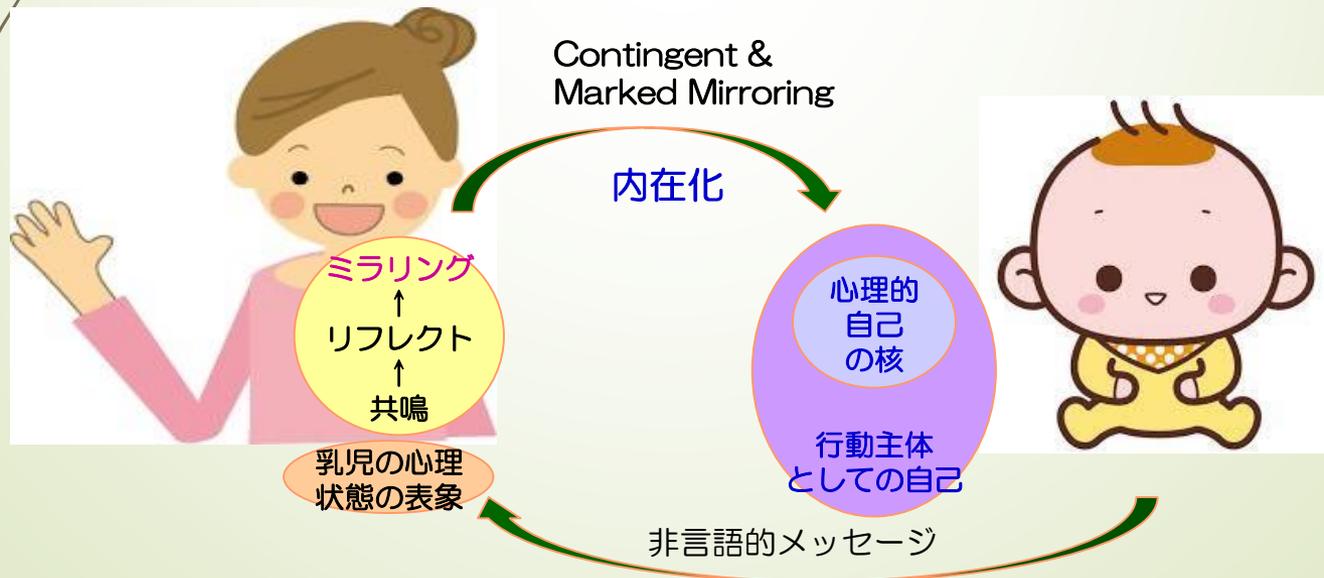


メンタライゼーションの発達とトラウマ

Fonagy P, Bateman A

- ▶ 自分自身や他者の行動を、内的な精神状態と結びつけているものとして、想像力を働かせて捉えること、あるいは解釈すること (Allen et al, 2008)
- ▶ 他者の心を慮り、自己のこころを顧みる行為
- ▶ メンタライジングは他者と自分自身にアタッチメントを形成するために重要な要素。

★危機時には機能停止する。



アタッチメントとトラウマの相乗的悪影響

アタッチメント対象が加害行為をする。

- ・さまざまな虐待など。

アタッチメント対象が機能しない。

- ・母親もDVを受けていて子どもを虐待から守れない。
- ・子どものトラウマで養育者もトラウマを受けてしまうなど。

メンタライゼーションが一時的にストップする。

- ・安定したアタッチメントを有していても機能しなくなることがある。
- ・治療やケアにおいても起こりうる。
「治療におけるトラウマーアタッチメント問題」



保護者をサポートすることが重要



養育者の機能を回復することが
子どもの回復につながる。



養育者の傷つきパターン

- ▶ 養育者も子どもと同じトラウマを直接的に体験した。
- ▶ 子どものトラウマによって養育者が二次的なトラウマに曝された。
- ▶ 養育者が過去に何らかのトラウマを体験していた。



これまでの研究

- ▶ 第二次世界大戦を経験した子どもの感情／行動上の問題は、不安の高い親の子どもほど長く続いた。

Carey-Trefzer CJ, 1949

- ▶ 養育者の情緒反応が強いと、子どもの回復が遅れる。

Cohen and Mannarino, 1996

- ▶ 性的虐待を受けた子どもの養育者の抑うつ度は、子どものPTSD症状に影響する。

Deblinger, 1999

- ▶ 養育者や家族の適応度が低いと、子どものPTSDの罹患率が高く、PTSD症状の数が増加し、問題行動や攻撃性・反社会的行動が増加する傾向がある。

Scheeringa と Zeanah, 2001



養育者の感情や非機能的認知

トラウマ体験をした子どもの養育者の共通課題

- ・ 不適切な自己非難と自責感情
- ・ 不適切な子どもへの非難
- ・ 現実否認
- ・ 過保護、過剰許容
- ・ 加害者への怒り v.s. 不安
- ・ PTSD 症状とうつ など。

【養育者に必要な支援】

- ・ 養育者のさまざまな感情に共感し、その妥当性を保障する。
- ・ 養育者が子どもをサポートしていけるように、勇気づける。



ケアにおけるトラウマ—アタッチメント問題

トラウマとなる出来事を
振り返ることができない。

こわい。
何があったのかははっきり
わからない。

症状の認識がない。

自分はおかしくなった。

自分を責める

自分が悪かったから起きた。
自分なんかいない方がよい。

自分の感情に気づかない。

感情を行動で表す。

周囲からの働きかけを

否定的に受け止める。

世の中は危険だ。
どうせ周囲はわかってくれない。



懲罰、ルール、
反省と約束、説諭



問題行動として表出

不穏興奮、攻撃的態度、
自傷、自殺企図、解離



激励
根拠のない共感
従来の枠組みでの理解

トラウマのせいでメンタライゼーションが機能していない状態！





知っておきたいPTSDという病態



PTSD

Posttraumatic Stress Disorder、PTSD

心的外傷後ストレス障害

つらい病態

受療率が低い

~WMHS~
50%以下



ありふれた
疾患

併存症が多い

PTSDの78%

身体健康問題

うつ病、パニック症

物質使用症、統合失

調症、双極症

境界性パーソナリ

ティ症、慢性疼痛

ADHD、ODD、CD

PTSD生涯有病率 1.3% Kawakami et al, 2014



PTSDの危険因子と保護因子

Brewin et al, 2000, Ozer et al, 2003, 飛鳥井 2016

体験時の要因

トラウマの重篤度

著しい恐怖、生命の危険、悲惨な現場
遺体の目撃、曝露時間など

性的暴行などの対人間暴力・故意の出来事

トラウマ体験時の解離

本人の要因

女性

低い教育・収入

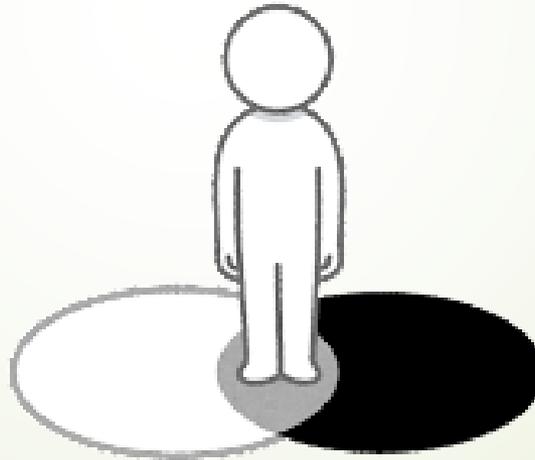
逆境的小児期体験

本人や家族の精神疾

患既往歴

過去のトラウマ曝露

先行する適応状態



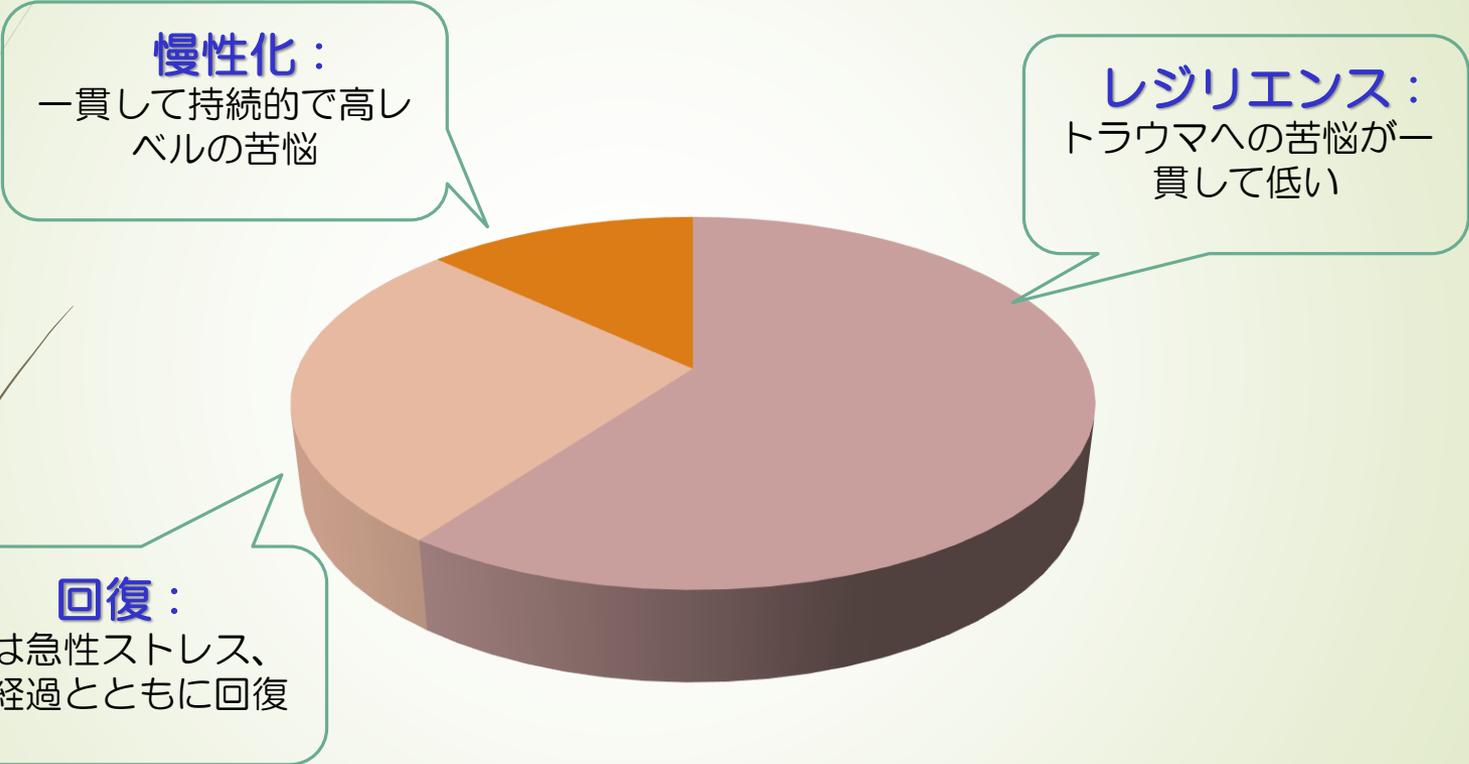
体験後の要因

社会的サポート
生活上のストレス



トラウマを体験した子どもの経過

国際トラウマティック・ストレス学会Practice Guideline 第3版 (2020)

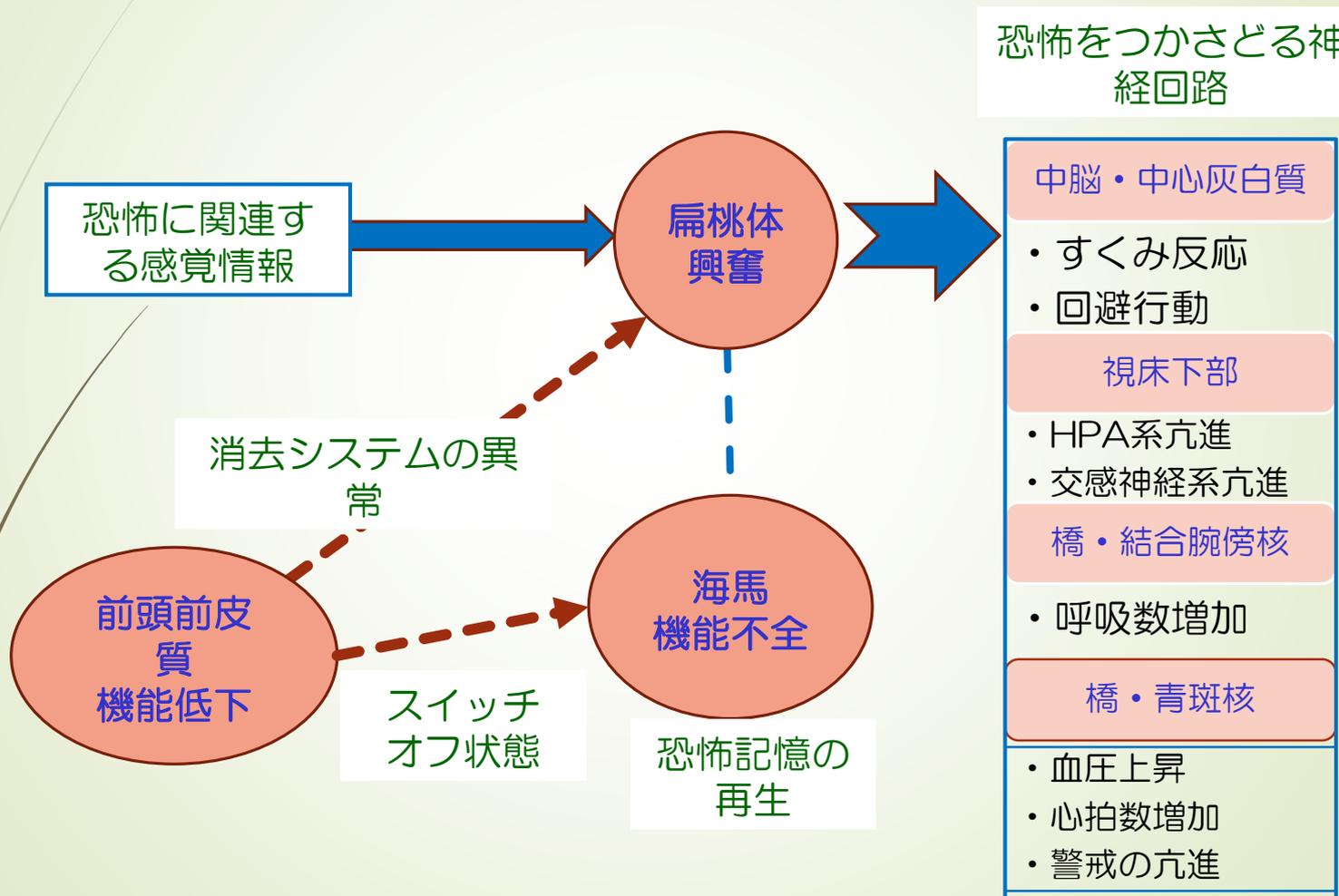


一般にトラウマとなるできごとを経験した子どもの症状レベルは、最初の6カ月で徐々に低減するが、6カ月を超えると自然回復するというエビデンスはほとんどない。



PTSDと脳機能障害

トラウマ症状は純粋に心理学的な問題ではなく身体的な現象である



小児内科48巻, 2016
塩入、2011を参考に亀岡が作成



PTSDの主な症状（DSM-5）

実際に危うく死にそうなできごとや重篤なけがを体験した（1回以上の性的暴行を含む）

1. 直接体験
2. 他の人の同様の体験を目撃
3. 身近な親族や友人が同様の体験をしたと知った、聞いた
4. ト라우マとなるできごとを繰り返し体験する、または、嫌悪を催すような詳細に暴露される

侵入症状

トラウマとなった出来事に関する不快で苦痛な記憶が突然よみがえってきたり、悪夢として反復される。

思い出したときに気持ちが動揺したり、その時と同じような身体反応が出現する。

回避症状

出来事に関して思い出したり考えたりすることを極力避けようとしたり、思い出させる人、物、状況や会話を回避する。

認知と気分の陰性変化

否定的な認知、興味や関心の喪失、周囲との組閣間や孤立感を感じ、陽性の感情（幸福、愛情）が持てなくなる。

覚醒度と反応性の著しい変化

イライラ感、無謀な自己破壊的行動、過剰な警戒心、ちょっとした刺激にもひどくびくっとするような驚愕反応、集中困難、睡眠障害がみられる。

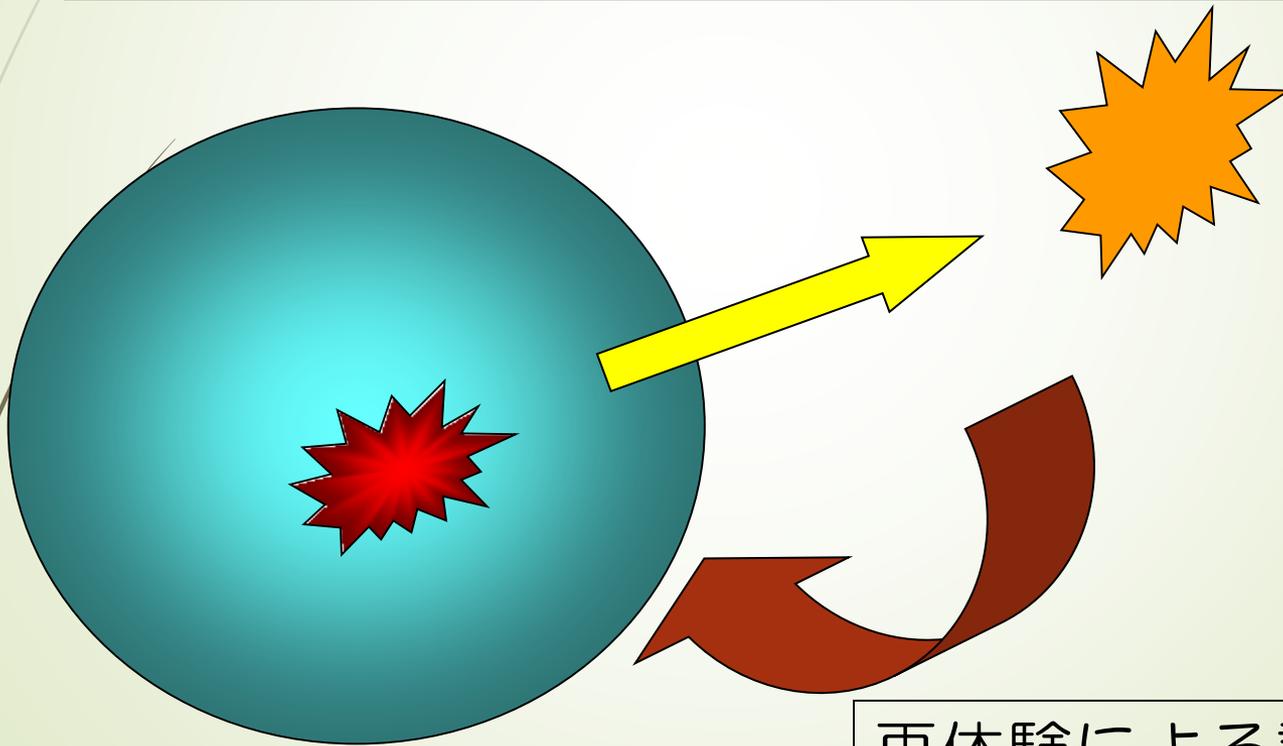
上記の症状が1カ月以上持続し、それにより顕著な苦痛感や、社会生活機能に支障をきたしている場合に診断される。



侵入（再体験）症状 フラッシュバック

過去の記憶が今、ここで再び生じているように感じられる。

苦痛な体験の記憶が、今ここで再び生じている現実として再び体験され、当時と同様の苦痛を感じる

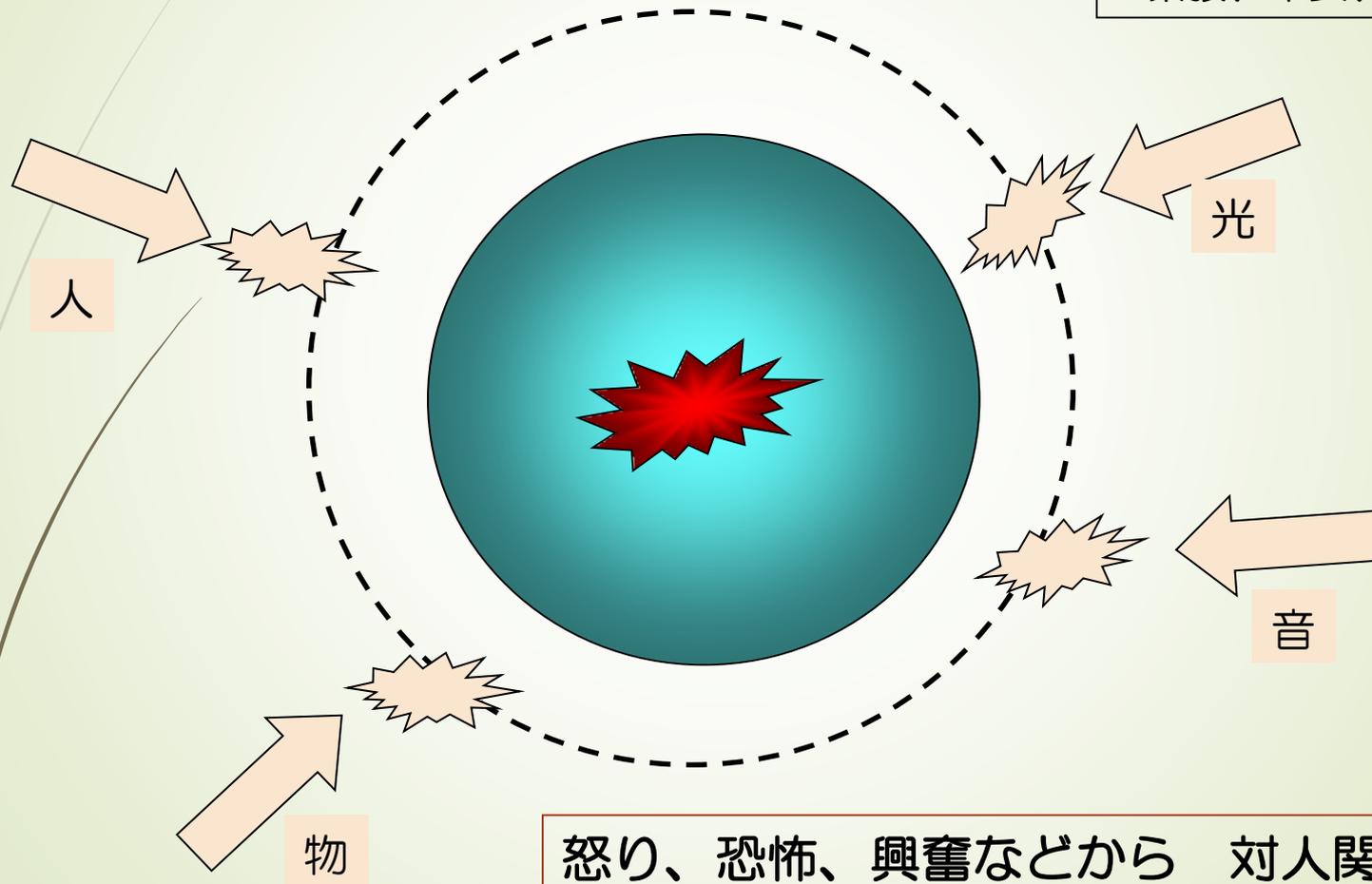


再体験による記憶の強化



過覚醒症状

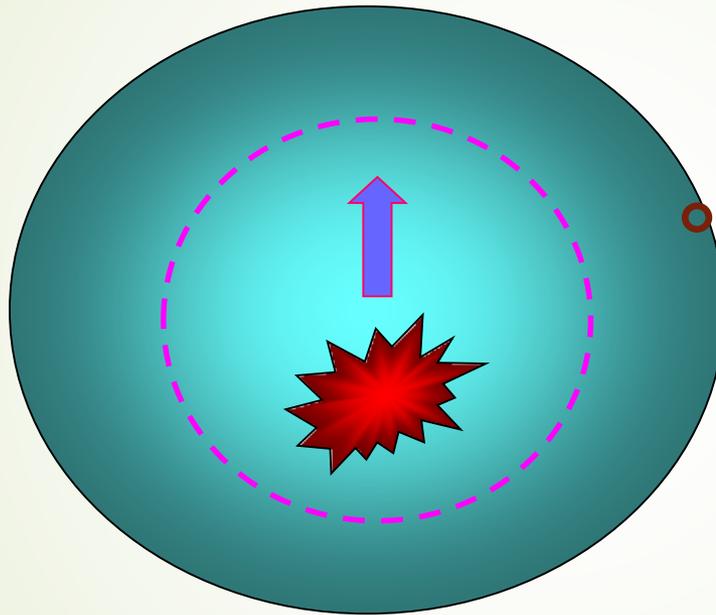
過剰警戒状態
緊張、不安、不眠



怒り、恐怖、興奮などから 対人関係の困難
や危険な行動に発展することも



回避：トラウマ記憶をこころの中に押し込める

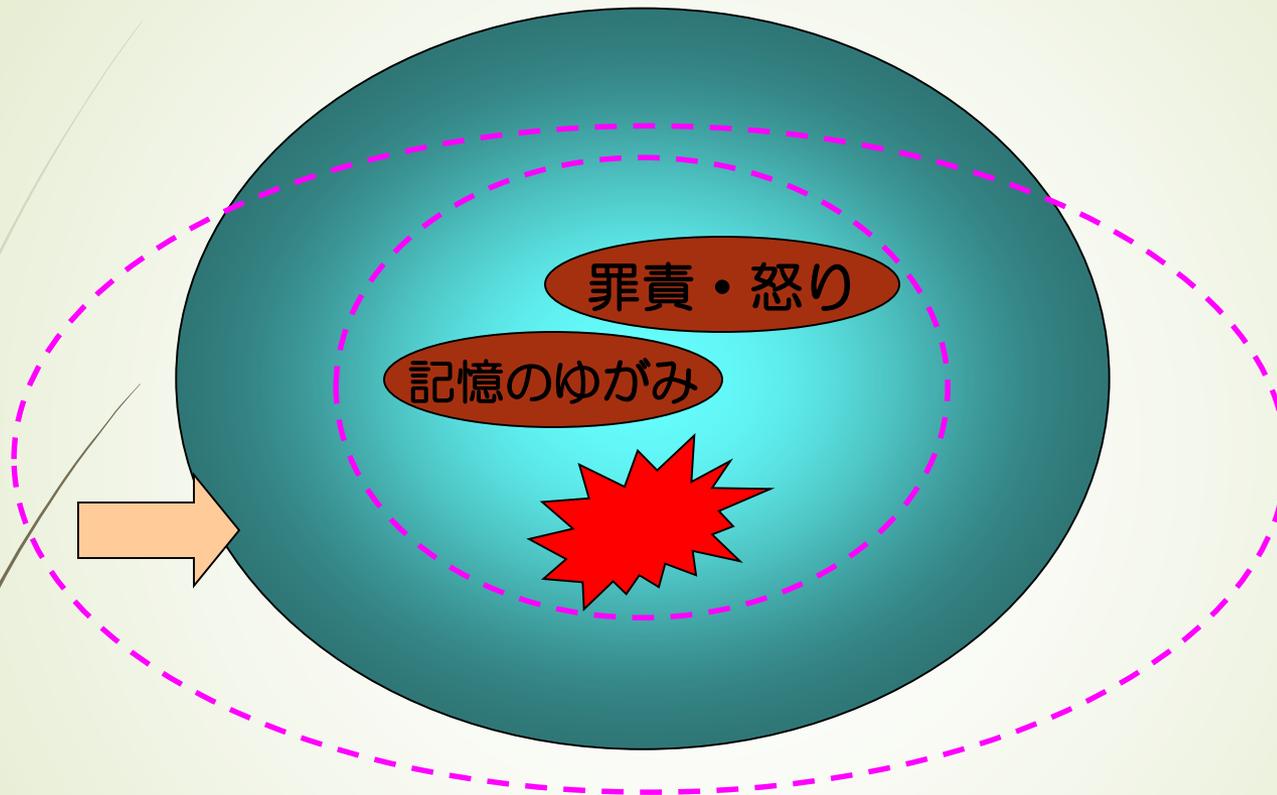


トラウマ記憶の
想起を避ける。
規則を想起させ
る人・モノ・場
所を避ける。

症状を遷延化させる原因になる。



麻痺：記憶の遮断



一見平静であり、心的衝撃を受けていないかのように見える。
認知と感情のゆがみが保存される。
他人との健全な交流が障害される。



児童青年のトラウマ体験とPTSD

～ Alisic et al., 2014 72論文のメタアナリシス～

DSM-IV or 5のA基準を満たす3563人の子ども（2-18歳）

➤ PTSDの発症率 15.9%

非対人トラウマ後 9.7%

対人間トラウマ後 25.2%

➤ 女子は男子に比べてPTSDの発症が有意に多い

男子：11.1% 女子：20.8%

非対人間トラウマ（男子） 8.4%

非対人間トラウマ（女子） 13.3%

対人間トラウマ（男子） 16.8%

対人間トラウマ（女子） 32.9%





トラウマインフォームドケア

Trauma-Informed Care, TIC

見えないトラウマ（心的外傷、こころのケガ）
を「見える化」するケア！





トラウマインフォームドケア

Trauma-Informed Care, TIC

- 1990年代に主に米国で発展してきた概念。わが国の精神科看護、精神医療、教育、児童福祉領域には、2010年代に紹介され始めた。
- 医療・保健・福祉・教育・司法などさまざまな領域で、トラウマについての理解を深め、サービスの多様な局面でトラウマへの癒しを大切にしようとする支援の基本概念。

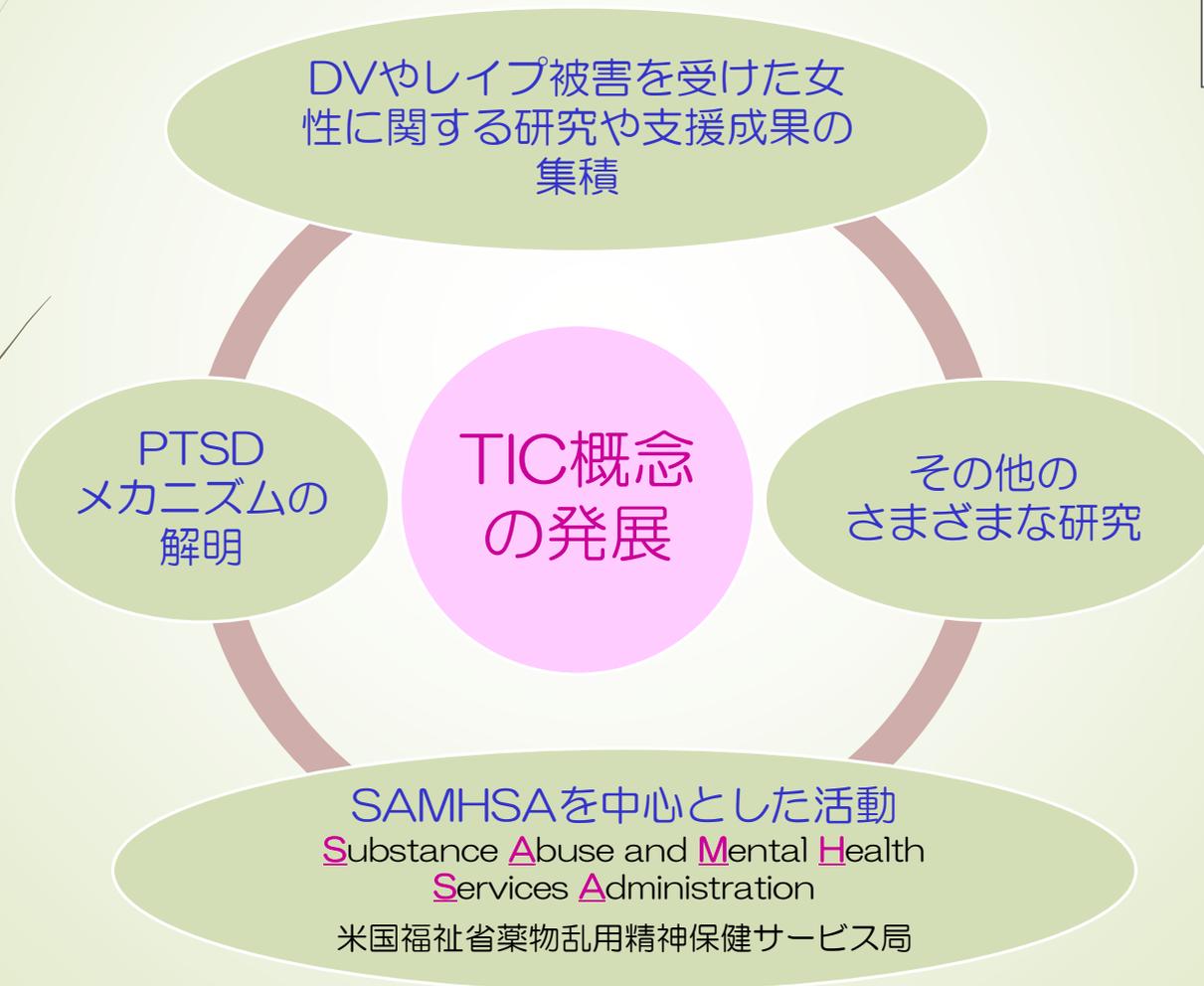
トラウマに配慮した、トラウマにやさしい支援。
- トラウマの影響を理解しそれにしっかりと対応するための、ストレングスを基盤にした枠組み。

それぞれの領域で受け継がれてきたさまざまな支援方法や治療法と並立するものではなく、すべての支援方法や治療法の基盤の部分に、通奏低音のように絶えず流れているべきもの。



TIC発展の背景

亀岡智美ら, 精神神経学雑誌, 120(3), 2018



SAMHSA's
Concept of Trauma
and Guidance for a
Trauma-Informed Approach

Presented by
SAMHSA's Trauma and Justice Strategic Initiative
July 2014

SAMHSAのトラウマ概念と
トラウマインフォームドアプローチのための手引き
SAMHSAのトラウマと被害に関する研究誌
2014.7



SAMHSA
Substance Abuse and Mental Health Services Administration



米国における立法化

Trauma-informed Care for Children and Families Act of 2017

専門委員会の設置、TICの普及と実装を目的。

米国CDCの行動危険因子サーベイランスでACEsに関するデータ収集、新しい介入方法の実証プロジェクト。

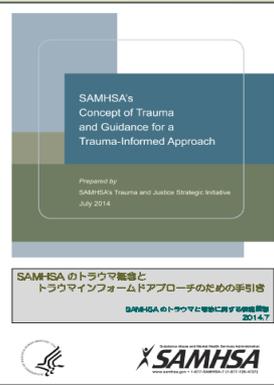
A Resolution recognizing the importance and effectiveness of trauma-informed care

連邦機関において、TICの重要性や有効性を認識し、TICの実践を奨励する。



TICの4つの “R”

SAMHSA's Concept of Trauma and Guidance for a Trauma-Informed Approach, 2014

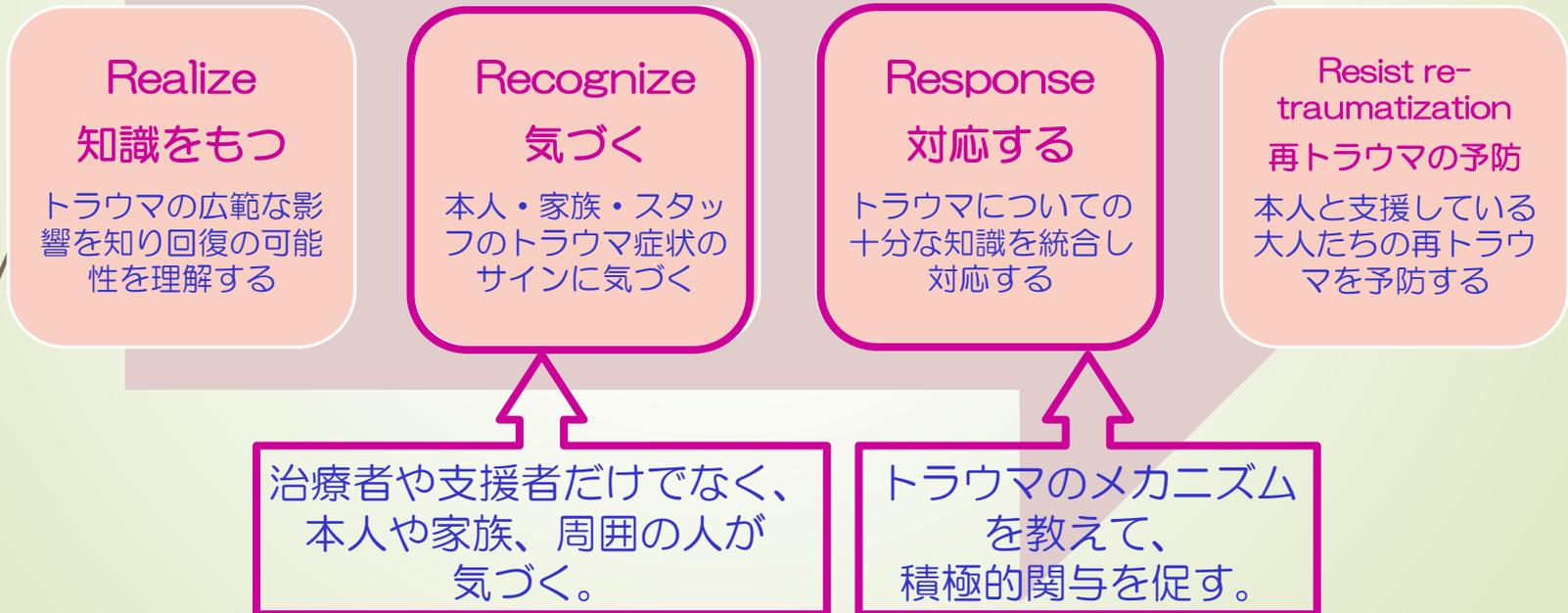


トラウマに関する研修や
トラウマの視点からの
症例検討会を積み重ねる。



TICの4つの “R”

SAMHSA's Concept of Trauma and Guidance for a Trauma-Informed Approach, 2014



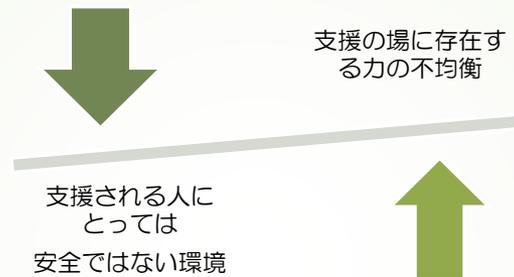
トラウマの影響を知る

- ▶ ト라우マを体験した人は、過酷な環境を生き抜くための戦略を身に着けている。



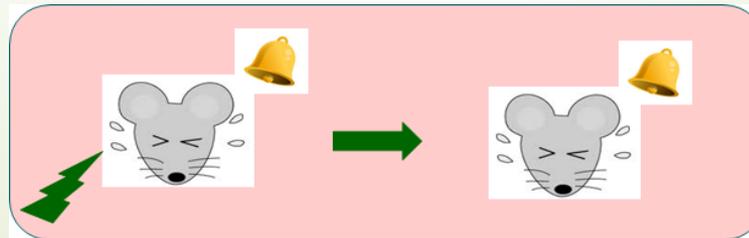
安全な治療環境の構築

- 支援現場に存在しがちな力の不均衡に敏感になる。



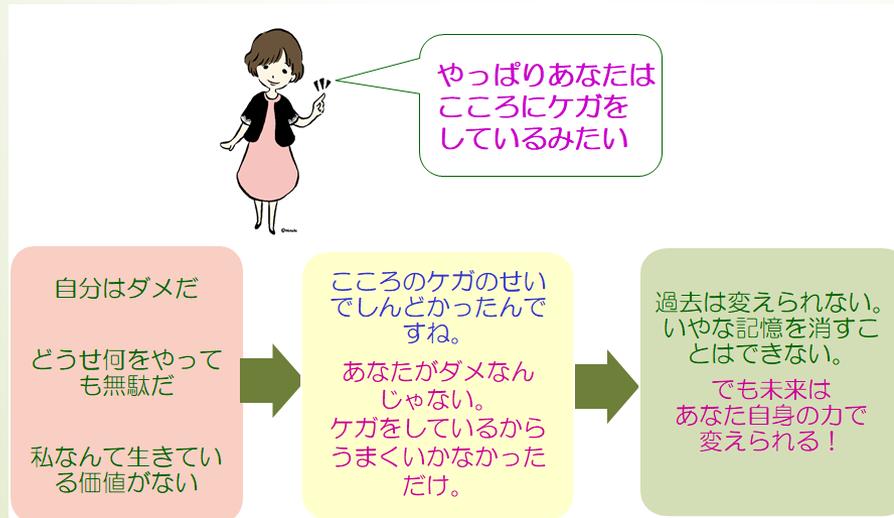
信頼性と透明性
協働と相互性
意見表明権と選択

- 支援現場に存在するさまざまなリマインダーを統制する。

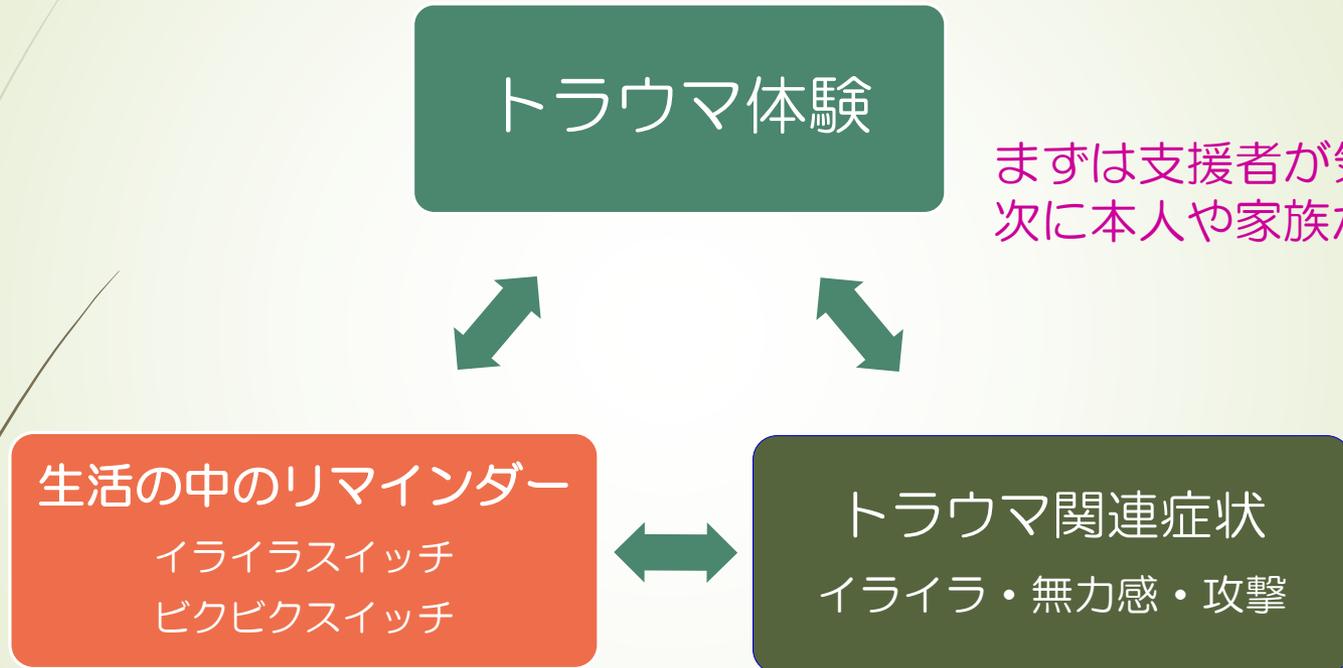


エンパワメントの視点を持つ

- ▶ ト라우マを体験した人は、過酷な状況を一人で生き抜いてきた勇気ある人であるという敬意を払う。
- ▶ 現在認められる症状が、その人のせいではなく、過去のトラウマと関連していることを共有する。
- ▶ その人がこれまで培ってきた対応法を大切にする。



トラウマのメカニズムを共有する ～トラウマの三角形の活用～



本人と支援者が、共通のことばでトラウマを語れるようになる。

CCTC : Children's Crisis Treatment Center



こころのケガの一般的な心理教育

心理教育のためのツール

こころもケガ
することが
あるって
知ってますか？



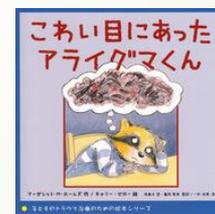
無理やり性的な
行為を強要される
ことを性暴力
といいます。

イラスト：大塚美菜子



<https://www.j-hits.org/document/child/page3.html>

http://csh-lab.com/wp/wp-content/themes/original/commons/pdf/trauma_book01.pdf



子どものトラウマ治療のための絵本シリーズ
誠信書房



疫学的データや利用可能なリソースを提供 ～開示をしない人に対しても～

あなたみたいな
体験をする人は
結構多いんですよ。

一般的に
〇〇のような
体験をした人は、
からだやところに、
さまざまな影響を
受けていることが
多いんですよ。
たとえば・・・

ここでは、
〇〇でお困りの人に、
△△の支援を
行っています。

聴くよりも
伝えよ！



イラスト：大塚美菜子



丁寧な説明を心がける

どうせよくなるない。
わかってもらえない。

何か説明されたけど
頭が真っ白になり
よくわからなかった。

またこわい目にあうかも
ひどいことを言われるかも。
私はどうせ嫌われ者！

私は価値のない人間。
何をしてもムダだ。



対人関係を基盤にした協働

～再トラウマ化を防ぐ～

- ▶ ト라우マやACEsを経験した人は、支援の場で苦痛に感じることがあると、同様の戦略を使って何とかやり過ごそうとすることがある。



攻撃 v.s. 意欲のなさ、治療抵抗のように見える。

ACEsやトラウマ歴を有する人は、
それとは真逆の安全な対人関係の
脈絡において癒されていく。

非暴力

一貫性

予測可能

誰かが恥を感じることはない

誰かが非難されることはない



気持ちに寄り添う～気持ちの大原則～

- ★どんな気持ちでも気持ちである限り害はない。
- ★どんなにひどい気持ちでも、時間が経てば必ずおさまる。
- ★気持ちを無視したり押し殺したりすると、爆発して衝動行為や身体化症状となる。自分の気持ちに気づくことが大切。
- ★気持ちをことばで表現すると、気持ちをコントロールしやすくなる。



自分の気持ちを受け入れてもだいじょうぶ！
無視したり、押さえつけたりしなくてもだいじょうぶ！



誠信書房
子どもの気持ちが楽になる絵本シリーズ



回復への意欲を高めるために

～メンタライゼーションの強化～

Contingent &
Marked Mirroring

内在化



ミラリング

↑
リフレクト

↑
共鳴

本人の行動や
症状の背景にある
心理状態を慮る

©minako

イラスト：大塚美菜子

興奮して暴れて
しまったのは
よほどつらかったのかな？
こわかったのかな？
記憶がよみがえったのかな？
記憶が飛ぶほど
つらかったのかな？

それって心のケガのせいかも。

↓
自分の感情や状態を
受当なものとして
受け入れる



不穏興奮、攻撃的態度、
自傷、自殺企図、解離



本人の積極的関与を目指す

Contingent &
Marked Mirroring

内在化

行動主体
としての自己
↓
治療への
積極的関与

ミラリング
↑
リフレクト
↑
共鳴

本人の行動や
症状の背景にある
心理状態を慮る

言語的メッセージ

- こころのケガについての理解がすすむ。
- 自分の感情への気づきが高まる。
- 世の中全部が危険ではないかも。周囲はわかってくれるかも。

↓
トラウマとなる出来事を振り返ってみる勇氣。



©minako

イラスト 大塚美菜子





組織としての取り組みの重要性





トラウマメガネがない場合に起こりがちなこと

トラウマ反応やPTSD症状への誤った対応

懲罰やルールで「問題行動」をおさえこもうとする
助言指導や説諭、ひたすら支持的に関わる



トラウマ反応やPTSD症状の増悪

強圧的な対応がエスカレート
支援者の無力感・無能感・孤立感が強まる



対応がさらに困難になる

他機関に丸投げする、他機関に怒りを向ける
機関同士の意思疎通不全、なにもしない（支援者の機能不全）

意図せず本人に再トラウマを与えてしまう！支援者もトラウマを受けてしまう！



支援者のストレス

NCTNC, Secondary Traumatic Stress, A Fact Sheet for Child-Serving Professionals

一時的トラウマ

➤ 職務上の直接体験

子ども虐待支援現場での心身の危険

➤ 過去のトラウマ歴

その他

➤ バーンアウト

一生懸命支援するが、経過が好転しない場合に起こりやすい。

➤ 共感疲労

深く共感することに伴う疲労

二次的トラウマ

➤ 二次的トラウマティックストレス

トラウマとなる出来事を間接的に体験することにより引き起こされるPTSD症状。

➤ 代理トラウマ

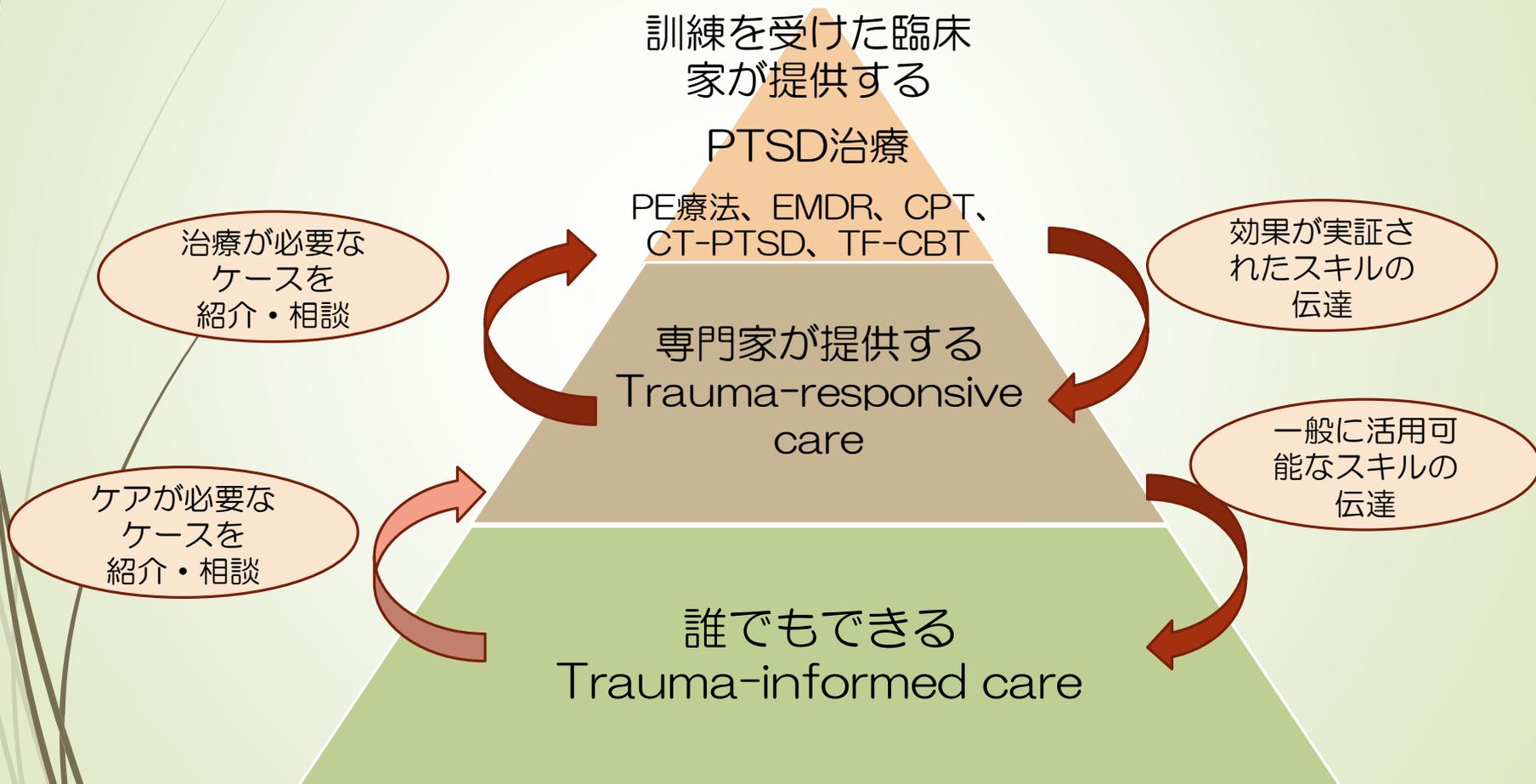
トラウマを負ったクライアントと共感的に関わることで生じるセラピストの内的体験の変化。

TICは支援者自身への気づきを高め、安全感を強化する！



持続可能なTICモデル

エビデンスのある治療プログラムを核にしたモデル



TICの6つの基本原則

1. **安全**：身体的・心理的。子ども・家族・スタッフ。

支援者の対応の一貫性・予測可能性・丁寧さが重要。

2. **信頼性と透明性**：支援方法・目標設定。

本人・家族・支援者が支援システムについて十分説明されている。

3. **ピア・サポート**：

子ども・家族・スタッフ・サバイバーの相互自助。

4. **協働と相互性**：民主的・対等・平等な意思決定

すべての人がTICにおいて何らかの役割を演じる治療的環境が重要。

5. **エンパワメント、意見表明と選択**

本人のコントロール感を強化する。本人や家族の自己決定を尊重する。

6. **文化、歴史、ジェンダーに関する問題**

