

寄稿

性犯罪被害が心身に与える影響について

公益社団法人被害者支援都民センター理事長
公益社団法人全国被害者支援ネットワーク理事

● 飛鳥井 望

ある強姦事件被害者の方が、被害届を受理した警察から紹介され、被害3日後に都民センターに来所されました。被害直後から不眠がちとなり、食欲不振、立ちくらみ、吐き気、頭痛、微熱などの身体ストレス反応が出現し、話している間も、肩を震わせ終始涙を流されていました。それから、被害の様子が映像として頭に蘇ることが続き、事件の記憶に結び付くものは一切遠ざけていました。3週間後から出勤を再開しましたが、仕事でも事件のことが頭をよぎってしまい、仕事が手に付きませんでした。男性が後ろを通ただけで体が強張ってしまいました。読書や音楽を聴くことにも集中できず、友人と会う気にもなれませんでした。このような心身の変化は、深刻な性被害によるトラウマ反応としてよく見られるもので、1ヶ月以上も長引けば PTSD と診断されることとなります。

急性期のトラウマ反応だけでなく、性犯罪被害者のほとんどに、長期の精神健康に悪影響をもたらす爪痕のような否定的認知が存在しています。羞恥心に加えて、なぜ被害を防げなかったのか、自分にも落ち度があったのではないかという無力感と自責感、自分はもう汚れてしまったという汚れ感など、自分自身への見方が否定的になると、自尊感情は低下し、自分に自信がもてず、対人関係にも支障が出てしまいます。そしてこのような否定的認知は、加害者が罰せられ事件としては解決した後でも、しばしば被害者を長く苦しめ、何年経っても、本当の意味での精神的回復に至らないことがあります。それに対して被害者支援は何ができるでしょうか。通常の相談・カウンセリングや公判支援等はもちろん重要ですが、もう一步踏み込んだ専門的な精神援助が被害者の精神回復、ひいては生活の回復に大きな力となることができます。

都民センターは東京都の「総合相談窓口」の役割を担っており、平成28年度相談・支援実施状況では、年間合計6,220件のうち、性被害が2,891件と最も多くを占めていました。性被害者のうち、適切な精神的ケアを受けることができる人は残念ながらごく一部にすぎません。そこで都民センターでは、「総合相談窓口」における専門的な精神的支援として、PTSD に対する有効性が高いため認知行動療法プログラムとして知られる PE 療法を平成20年度か

飛鳥井 望 ● 精神科専門医・指導医、医学博士
公益財団法人東京都医学総合研究所 特別客員研究員
医療法人社団 青山会青木病院 院長

ら導入し、臨床心理士が提供してきました。PE 療法とは、週1回90分のセッションを8～15週間実施するもので、PTSD に対する医療保険適用も認可されている治療プログラムです。具体的には、トラウマの記憶やトラウマを想起させるため回避している事物や状況に安全下に向き合うことを促す治療技法です。それにより日常生活の中で生じる不安を軽減し、トラウマ体験の記憶に振り回されなくてもすむようになり、さらには回復の妨げとなっている否定的認知（無力感、自責感、孤立無援感、信頼感と安全感の喪失）が修正されます。子どもの性被害者には、子ども向けの PTSD 認知行動療法プログラムも提供しています。

被害者支援センターで PTSD に有効な心理療法プログラムを提供する意義は次のように考えられます。第一に、最も有効性を期待できる治療を無料で提供していることです。第二に、期間が限定的で、PTSD 症状の程度や生活状況、司法手続きの進み具合に合わせて、柔軟な形で治療導入ができることです。第三に、支援と心理療法を同じ機関で提供することで、相談員と臨床心理士が緊密に連携しながら、シームレスな支援が提供できることです。そして第四に、時機を逸せず、なるべく早い段階での症状解決と健全な生活の回復により、PTSD の二次的影響をもたらす雪だるま現象（トラウマによる精神不調から派生した問題が次々と重なることで生活の支障が大きくなってしまうこと）と破綻を防ぐことができます。

現在では、PE 療法の提供は都民センター内ですっかり定着し、これまでの約10年間で、多くの性犯罪被害者の方の精神回復と社会復帰に寄与することができました。このような取組みが、他の地域の被害者支援センターやセンターと緊密に連携した機関にも広まることを願っています。現在全国的に設置が進んでいる性被害者のためのワンストップ支援センターでも、専門的な精神的支援が可能な機関との密接な連携が欠かせないのは勿論です。

発行：公益社団法人全国被害者支援ネットワーク