



加害者への取り組み

メンズサポートルーム

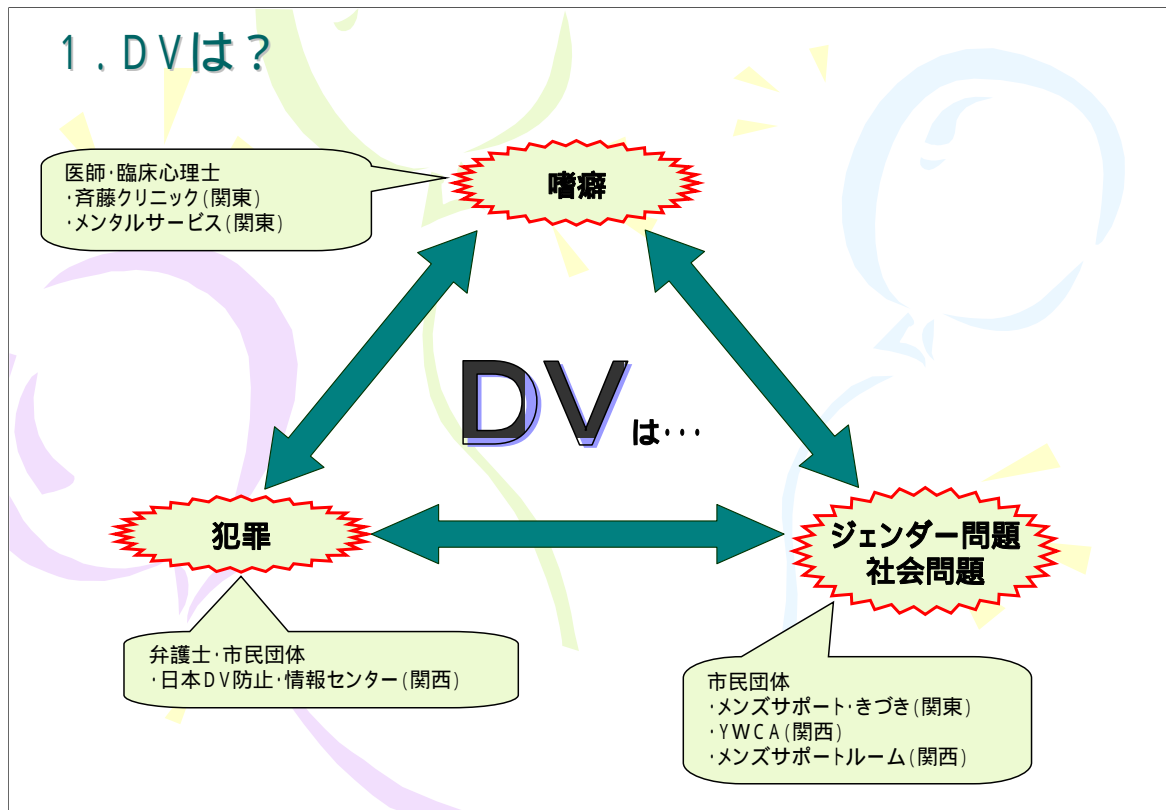
千葉 征慶

みなさん、こんにちは。
ただいまご紹介いただきました、千葉と申します。

「メンズサポートルーム」は関西のボランティア組織で、
グループワーク形式で加害者への取り組みをおこなっております。

本日は、
メンズサポートルームでの取り組みをご紹介いたします。
みなさまの専門性の向上に役立てていただければ、幸いです。
よろしくお願いいたします。

さっそくですが、
DV加害者への取り組みは、
ご存じのように、
DVをどう考えるかによって、
取り組み方、活動のしかたが、かわってまいります。



DVは何であるか。

まず、DVはシヘキ、

「ダメだ」とわかっちゃうのにやめられない病気ととらえる立場があります。

専門医や心理の専門家、関東では斎藤クリニックやメンタルサービスという機関が、それです。

つづいて、DVは犯罪である、罰しなくてはならない、という立場、

これには、司法関係、弁護士を中心にした市民団体、

関西では、日本DV防止・情報センターの活動がそれにあたると思います。

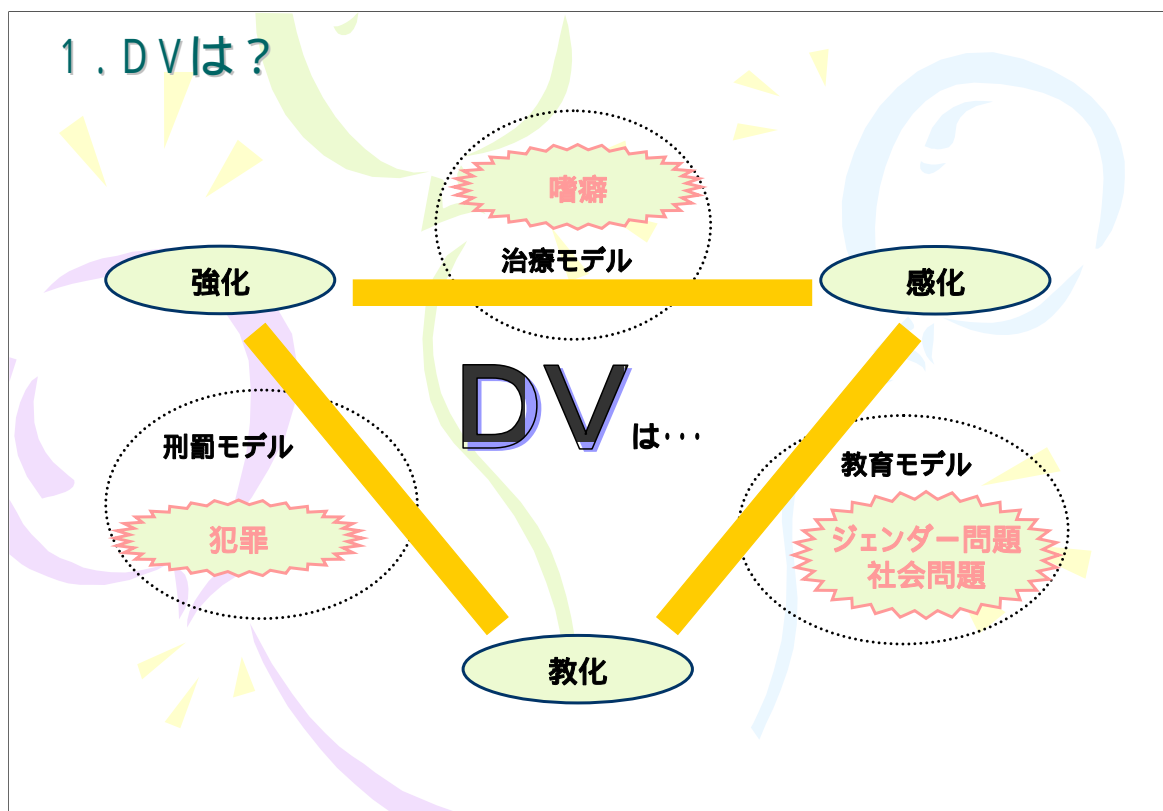
それから、DVはジェンダーがらみの支配とコントロール、という社会問題ととらえる立場もあります。

いくつかの市民団体が関係しており、

フェミニズム運動も大きな働きを担ってきたと思います。

メンズサポートルームは、市民運動として、ここに位置づけられます。

このように、それぞれ立脚点の違う活動が、相互作用しながら取り組んでいます。

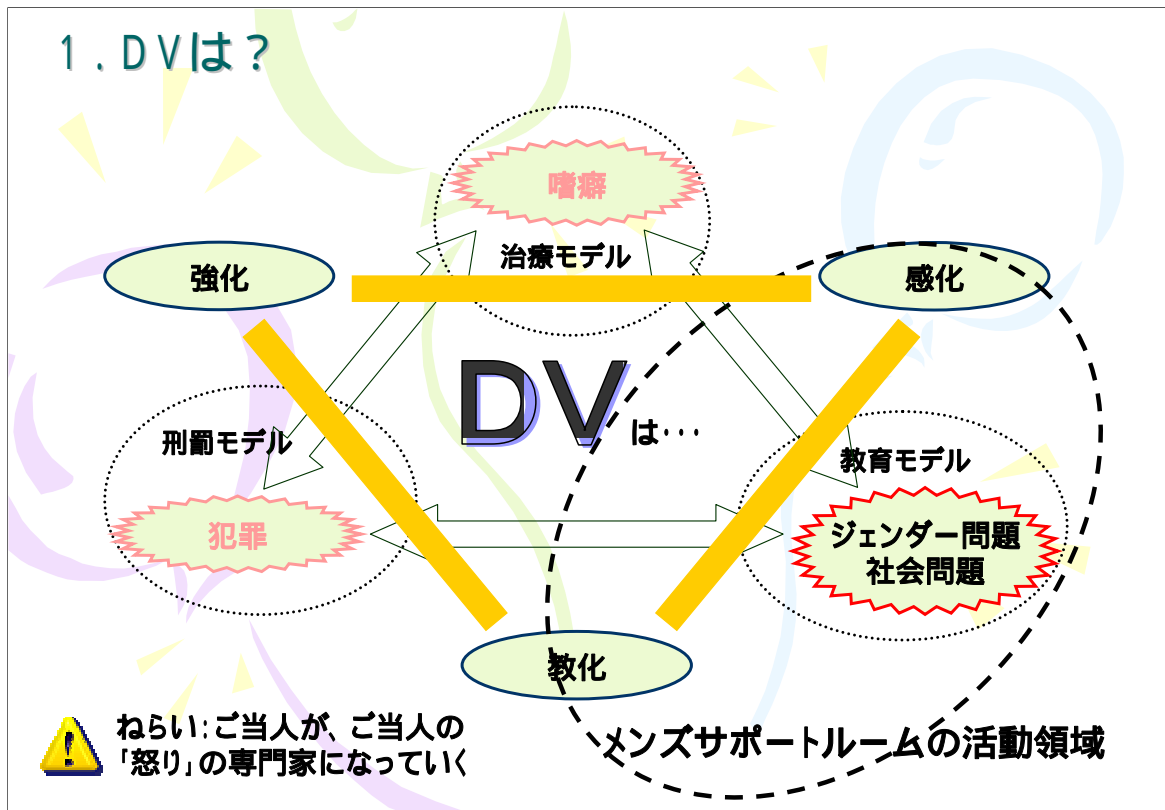


たとえば、病気ととらえる立場や犯罪ととらえる立場では、薬物治療や刑法という何か力の働き、「強さ」みたいなものが働く、強化、の要素があります。

それから司法・矯正あるいは社会問題ととらえる立場では、教育・再教育・啓蒙という、教え導く「教化」の要素があります。

そして、教育とか治療の場面では、先に回復してきた人とか先に歩んでいる人との出会いとか、そうした人々の姿にふれてこころに感じるものが生まれる、感化されるという要素があります。

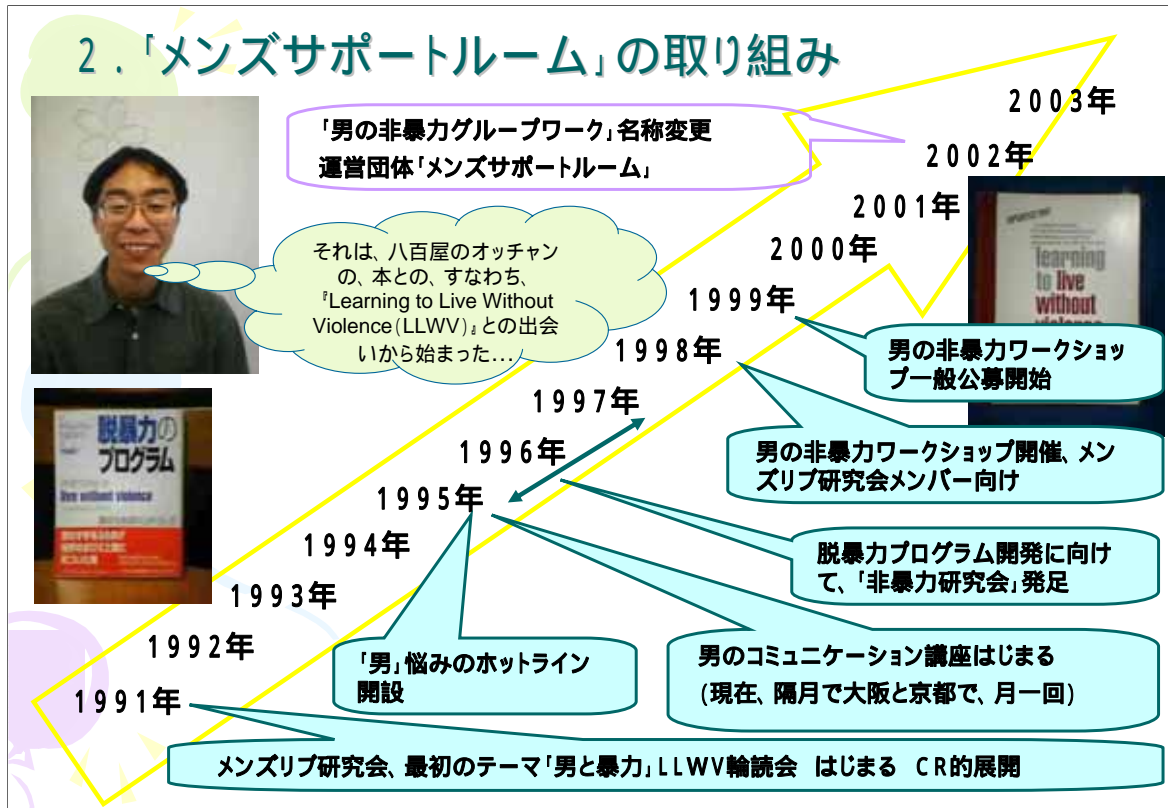
つまり、治療モデル、刑罰モデル、そして教育モデルという3つのモデルのなかに、
 強める強化、
 教える教化、
 自分を変えてみたくなる感化、
 といった、3つの「変化の促し」が、存在すると思います。



メンズサポートルームが活動する領域では、
 暴力をやめたい男たちが集まってきます。
 そして、先に歩んできた男たちと出会い、その姿に感化されたり、
 互いに教えられながら、脱暴力の過程を歩んでいきます。

すなわち、点線で囲まれた部分がメンズサポートルームの活動領域です。
 メンズサポートルームの活動は、
 専門家による活動ではない、という批判もありますが、
 たとえば、怒りの問題は、DV克服の大きな課題ですが、
 こころの専門家に任せる、というのではなく、
 むしろ、ご本人自身が、ご本人の「怒り」の専門家になっていただくのが
 いちばんだ、と私は個人的に、そのように考えております。
 ご自分の怒りの感情の責任は、ご自分でとれるようになる。これが自立した
 人間と考えるからです。

2. 「メンズサポートルーム」の取り組み



こうしたメンズサポートルームの取り組みのきっかけは、1991年にまでさかのぼります。

写真の男性は、安部さんと言いまして、本業は八百屋のオッチャンです。この人と右の本、「脱暴力のプログラム」という日本語版の原本で、アメリカでは、加害者プログラムのテキストとなっている“Learning to Live Without Violence”という本との出会いがきっかけでした。

1991年から大阪でメンズリブ研究会が活動を始めました。最初のテーマが、「男と暴力」ということで、このテキストの輪読会が始まり、それがCR(コンシャスネスレイジング)運動となりました。

この研究会を母体にして、1995年に「男」悩みのホットラインという電話相談が始まりました。同じ頃に、男のコミュニケーション講座もはじまりました。

こうした活動にうらうちされて、脱暴力のプログラム開発に向けて、男たちによる「非暴力研究会」が発足し、はじめはメンズリブのメンバーむけに、そして一般の男性向けにと、プログラムを展開してきました。それが、今日のグループワークへとつながってきたのです。2003年、このテキストの日本語版、「脱暴力のプログラム」が出版されました。

3. 活動の実際(大阪の例)

非暴力グループワーク

スタッフが案内役をつとめる
グループワーク
隔週一回、一セッション二時間、
年3回開催予定

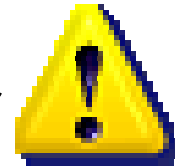


非暴力を語る会

スタッフは開催日をアナウンスする
だけ、自由に語り合う場
毎月一回、一セッション二時間

ねらい:

一年を通じて、いつでも、「非暴力」「脱暴力」の世界
に浸っていただける環境を提供。



現在、メンズサポートルームの活動は、大阪と京都の二個所に活動の拠点をもっています。

大阪での例をご紹介します。

ひとつは、サポートルームのスタッフが、案内役をつとめるグループワークです。
隔週一回、一セッション二時間で、3ヶ月位をひとつながりのワークショップとなるような、
そして年にだいたい三回開催する予定のグループワークです。

もうひとつは、グループワーク終了後に、
グループワーク参加者が集まる、
自助グループ的な集まりの「非暴力を語る会」です。
スタッフは、開催日をアナウンスするだけで、その場は、自由に語り合う場です。

こうした活動は、スタッフの一人の中村正夫さんが朝日新聞社から出した
「男たちの脱暴力」に詳しく紹介されています。
活動のねらいは、一年を通じ、いつでも「脱暴力」「非暴力」の世界に
浸っていただける環境を提供するということです。

4. グループワークのなかみ

ワークと語りを中心に

「体験」「自分の感情・感覚」「自分を語る
こと」を重視。
ワーク ボディワーク・ゲームを含む

自分の気持ちや体験を自由に語るための
しかけ
(例) 後出し負けジャンケン、柳と風、名付
けのワークetc.

BCW ボディ・コンシャス・ワーク

『脱暴力のプログラム』から
4章「自分の怒りに気づいてコントロールする」
タイムアウト法の習得に向けて

夜桜見物 シミュレーションゲーム

「もしパートナーが約束時間に遅れたら…」

では、次に具体的ななかみを少しご紹介したいと思います。

グループワークでは、「体験」や「自分の感情・感覚」「自分を語ること」を重視して、さまざまなゲームやボディワークを盛り込んでいます。

ワークとそれをきっかけにした語りを中心に展開しています。

(ちょっと体験していただきますが)

ふたつワークをご紹介します。ひとつはBCWボディ・コンシャス・ワーク。

これは、脱暴力のプログラムのなかのエクササイズを参考にしています。

怒りの感情と体の変化、体の兆候に敏感になるワークです。(< BCWの体験 >)

ご自分の怒りの程度と体の変化をモニターできるでしょうか。つづいて、もうひとつは、実際にシミュレーションでご自分の怒りや体の具合がどう変化するか体験する、「夜桜見物」というワークです。

大阪には造幣局の通り抜けという桜の名所があります。そして阪急電車の梅田駅、ここは改札口がいっぱいあって、待ち合わせには、色々ハプニングが生じます。

こうした背景を共有できる関西人ならではのワークです。(< 夜桜見物の体験 >)

こうしたワークをやって参加者同士が互いに体験を語り合い、気づきをふかめながら自分の気持ちを言葉で表現する機会を増やしていくのです。

5. 活動の立脚点

(1) 「暴力は男の問題と密着している」 → 当事者性を重視

暴力の問題は、ひとごとではなく、自分のこと、自分自身の問題であるという意識を重視。「自分を変えようとする」意識。

(2) 「暴力は学習された行動」 → 「非暴力も同様に学習可能」

認知 - 行動モデル、心理教育モデル 「タイムアウト法」を習得する。
怒りのコントロール法を学ぶ。
「怒る」のは悪ではなく、怒りに「支配」されることが問題！！。

(3) ストレス対策からのアプローチ

日本DV防止・情報センター編「知っていますかDV～一問一答」から。

ここで、メンズサポートルームの活動の立脚点として、大切な点をいくつか述べたいと思います。

まずひとつは、「暴力は男の問題と密着している」という意識をもって取り組んでいるということです。つまり男の当事者性を重視している、ということです。

暴力の問題は、他人事ではなく、自分自身の問題であるという意識です。

これこそが、「自分を変えよう」という意識の出発点だと思います。

それから、二番目。「暴力とは学習された行動」と考えています。したがって、「非暴力も学習可能である」と考えます。のちほどご紹介いたしますが、特に、「タイムアウト法」を習得して、怒りが暴力にエスカレートすることのないよう、その手だてを身につけることを学びます。

さらには、ストレス対策からのアプローチも大切です。

日本DV防止・情報センターから出されている啓蒙書「知っていますかDV～一問一答」にも、DVがストレスによって生じると書いてあります。また、

一度DVが起こった家庭環境、人間関係は、まさに「地雷原を歩く」ような、ストレスフルな状況にいます。

当事者がストレス状況にいることを踏まえた対策が必要です。

6. 使えるメタファー

ししおどし

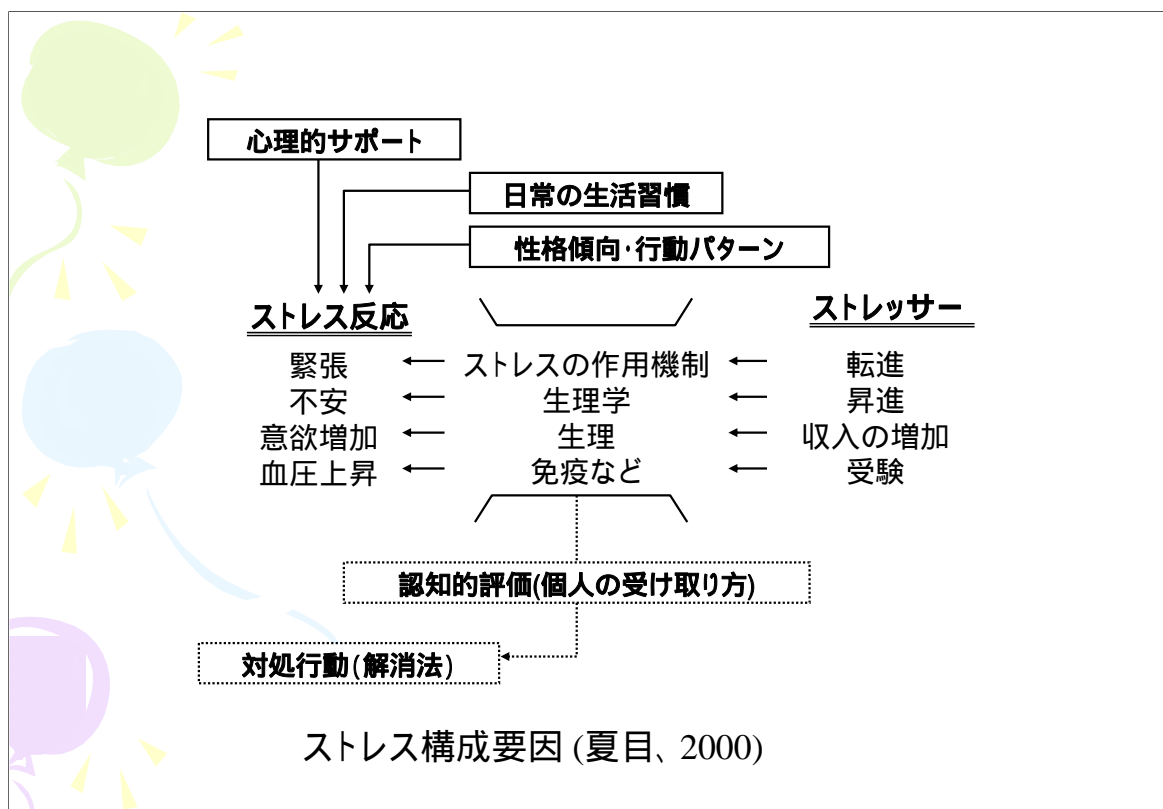
ストレスとジェンダーにまつわる問題でDVが発生する。DV発生を防ぐにはいくつかのポイントがある。日々の「とっさのストレス」において暴力を回避することによって、慢性的なストレス状態を改善していく。それが新しい生きかたにつながる。

そこで、DVがストレス、それもジェンダーにまつわる問題で発生すると仮定して、その場合に、DVの発生と防止を説明するのに使えるメタファー(比喩、たとえ)があります。

ひとつは、「ししおどし」のメタファーです。

DVの発生を防ぐには、いくつかのポイントがある、そういうことを伝えるメタファーです。

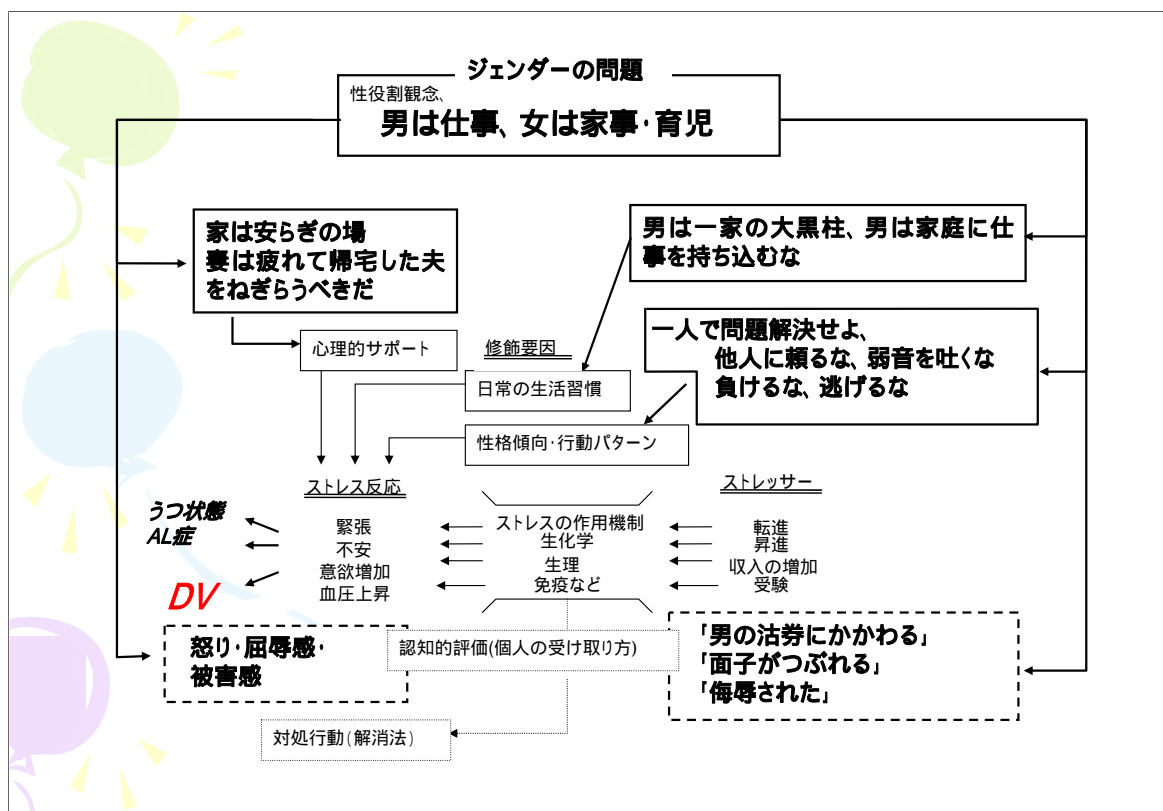
くりかえしになりますが...



皆様よくご存知のように、ストレスとその反応については、ストレス構成要因が色々あります。

ストレッサーとストレス反応、そこに介在する修飾要因。心理サポート、日常の生活習慣や行動パターン、そして認知的評価などです。

このストレス構成要因にジェンダーの問題、つまり性役割意識の影響を加えて考えてみます。

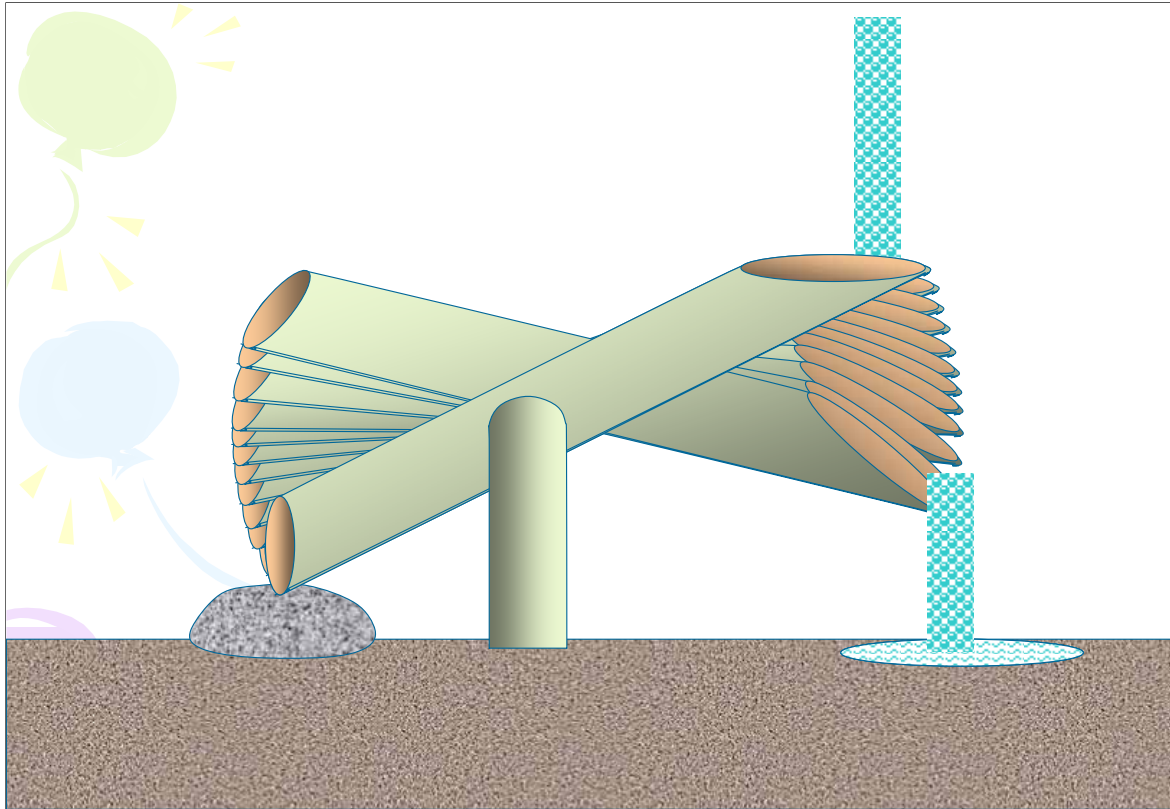


たとえば、「男は仕事、女は家事・育児」というジェンダー意識があります。

これはまず、「家は安らぎの場、妻は疲れて帰宅した夫をねぎらうべきだ」という心理サポートの面に影響します。

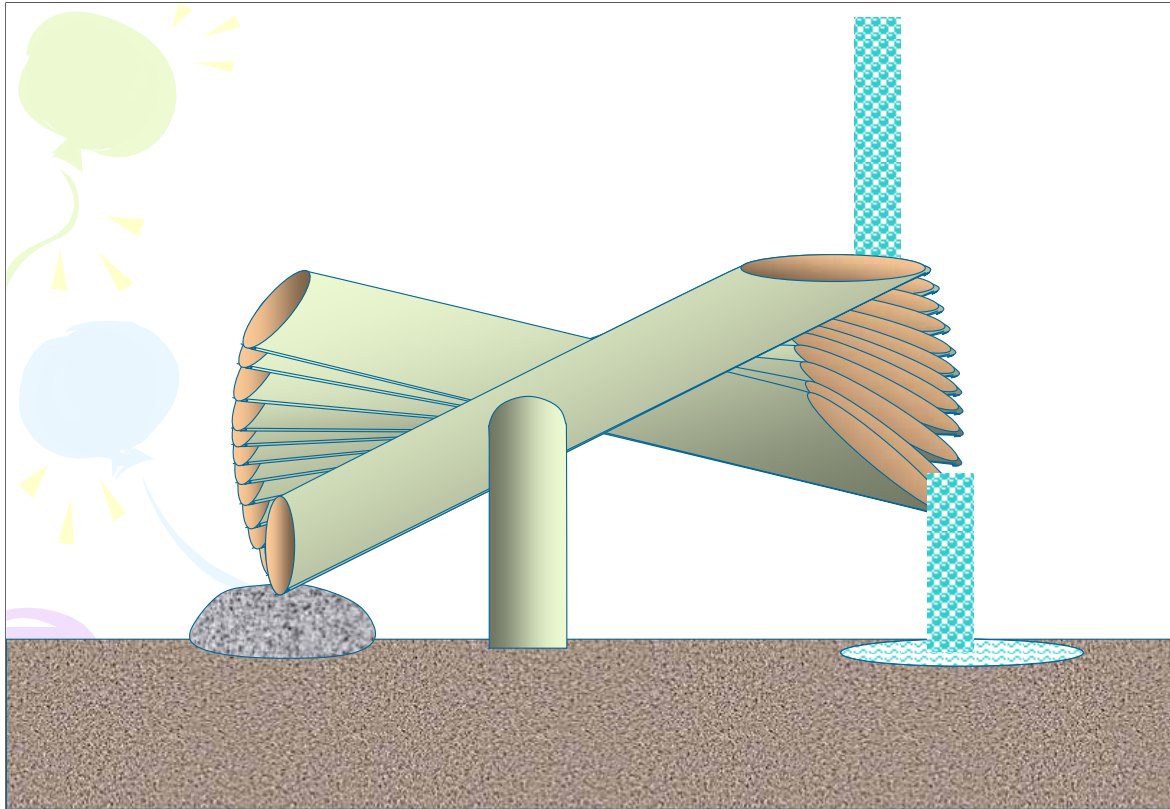
また、職場のストレスをかかえて帰宅した夫には、「男は一家の大黒柱。男は家庭に仕事をもち込むな」という日常生活習慣ができているかも知れません。そして男らしくあるために、「一人で解決せよ、他人に頼るな、弱音を吐くな、負けるな！逃げるな！」という行動パターンでないと意心が悪く、これが逆にプレッシャーとなり「ストレスのもと」にもなります。そして夫の側の、妻に対する期待はずれやアテはずれを「男の沽券にかかわる」とか「面子がつぶれる」「侮辱された」と認知的に評価して怒り、屈辱感、被害感を増幅させ、不適切な対処行動、すなわちDVに至ります。これが、「ジェンダーの問題が、ストレス構成要因のあらゆる面に関係しており、DV加害男性の周りには、男らしさのこだわりやプレッシャーが生じ、ストレスを多く抱え込むことになっていく」という仮説です。

ただ、この仮説ですと、「DVの原因はジェンダー意識だ。ストレスが溜まればDVやむなし」という主張のようにも聞こえますが、そうではなく、ストレスがたまって、DVを回避する手立てを身に付けることができるのです。

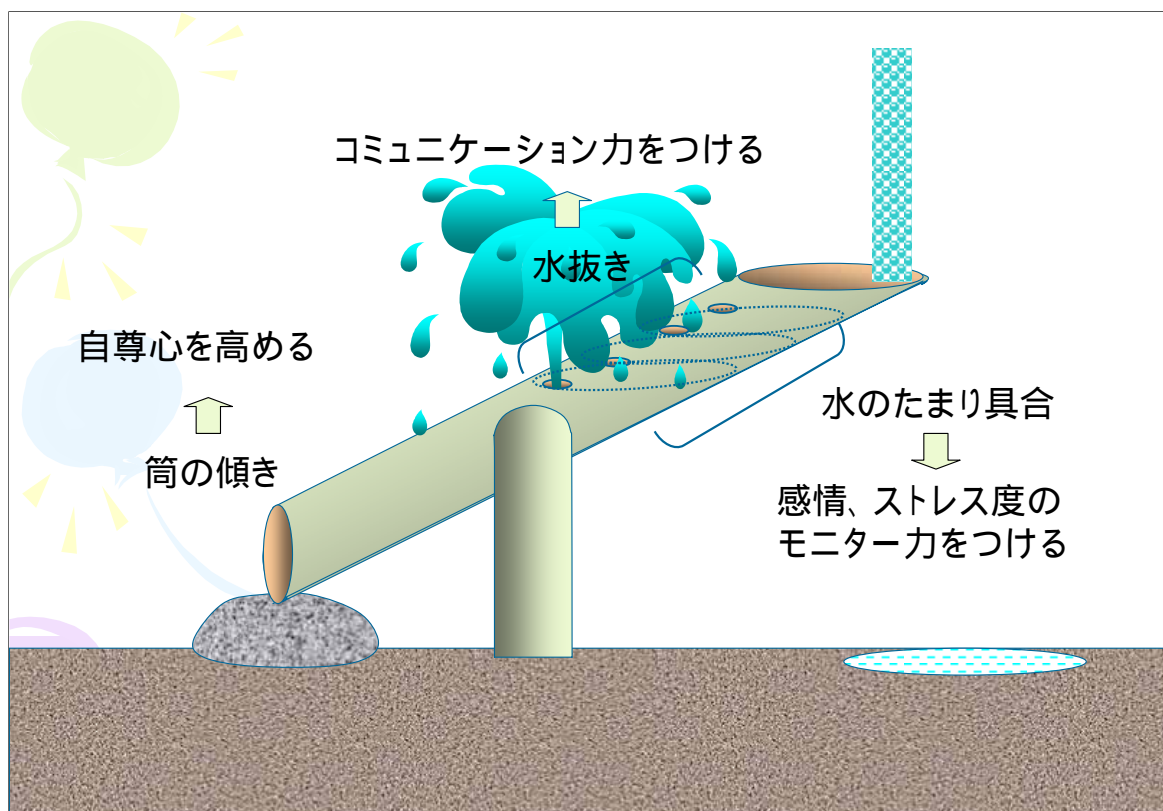


このことを説明するために、「ししおどし」のたとえが使えるのです。

DV加害男性は、ちょうど、水が溜まってある時点でバランスがくずれて、カタンと傾き、一気に水が吐き出され、また元に戻って水を溜めはじめ、その繰り返しをずーっと続ける「ししおどし」みたいになっています。



そこで、「ししおどし」のたとえを用いて、DV発生を回避するための手立てを検討してみます。



ポイントは三つです。まず、水のたまり具合。

すなわち、感情、ストレス度のモニター力をつける、ということ。加害男性の中には、自分の内面に今どんな感情が流れているか、モニターできない人がいるのです。モニターできない感情は表現できません。言い表す言葉さえもっていないために、どんどん心に溜まっていく気持ちがあるのです。

二つ目のポイントは、水を溜め込まない工夫。すなわち、適切なコミュニケーションスキルを身につけることです。社会的に許された方法で、自分の気持ちを言い表すスキルを身につけることです。

そして、三つ目のポイント。

筒の傾きそのものを修正すること。アンバランスな心の状態から、健全な自尊心を取り戻すことです。加害男性は、より適切な方法でコミュニケーションできないために自己嫌悪に陥り、自尊心をなくし、それが認知傾向をゆがんだものにします。



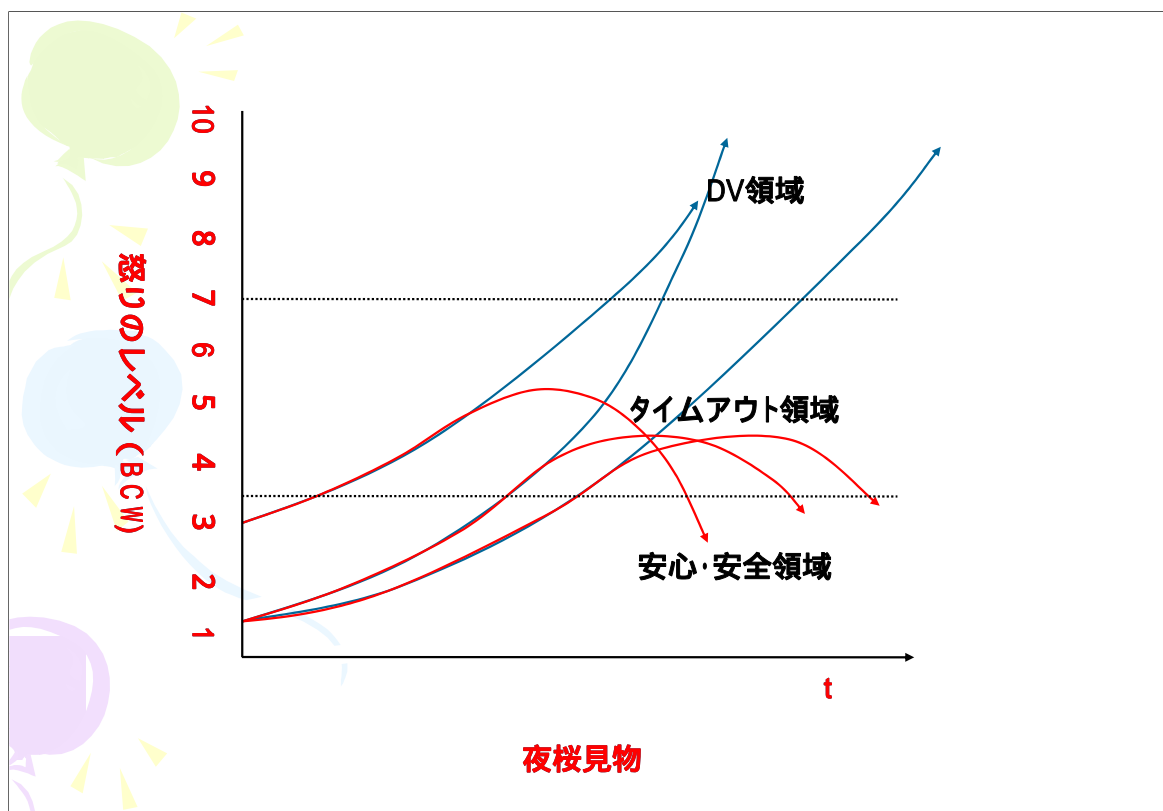
心理教育プログラム

- (1) BCW 怒りと体の変化
- (2) “夜桜見物” タイムアウト法の習得

こうした仮説にもとづいたプログラムの一部が、先ほどご紹介したワーク、BCWと夜桜見物です。

BCWとはボディコンシャスワーク、ご自分の怒りの程度と体や言動の変化を、自らの言葉で表現し合うワークです。

夜桜見物とは、シミュレーションワークで、一連の相手とのやり取りの中で、感情がどのように変化するのか、どこで怒りが爆発しそうになるか体験しながら、タイムアウト法を身につけることを学びます。



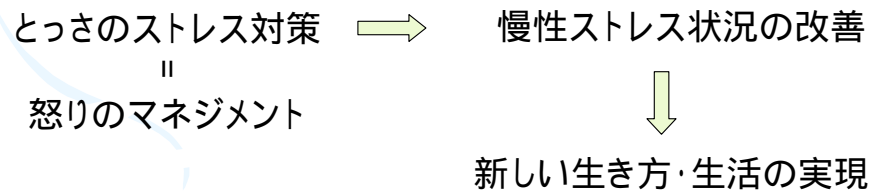
タイムアウト法は、怒りが増幅していくとき、その場から離れ、自分の感情を言葉で表現する行動を、習得する方法です。

つまり、ジェンダーとストレスの理論にもとづく心理教育プログラムでは、たとえば、縦軸の「ボディコンシャスワーク」を通じて、怒りの感情についてモニターできるようにします。さらに、その怒りの対処法を学ぶために、横軸の「夜桜見物」というシミュレーションを通じて、次々と発生するストレスフルな状況の中で、怒りがエスカレートしてDVになっていくのを回避する手立て、すなわちタイムアウト法という新しい生活習慣を学びます。

心理教育プログラム

(1) BCW 怒りと体の変化

(2) “夜桜見物” タイムアウト法の習得



こうして怒りから暴力に至る、とっさのストレスに対処することを学習することで、ひいてはDV行動によって、慢性的なストレス状態に陥っている生活全体にクサビを打ち込み、徐々に生き方全体、生活全体を変えていくことをめざします。

お手元のレジメに、タイムアウト法の説明、
暴力を回避するための、まず、その瞬間の暴力を回避するてだて、
中・長期的な取り組みに関するアドバイスなどを添付しておりますので、ご覧ください。

タイムアウト法については、ぜひお目を通していただきたいと思います。

6. 使えるメタファー

ししおどし

ストレスとジェンダーにまつわる問題でDVが発生する。DV発生を防ぐにはいくつかのポイントがある。日々の「とっさのストレス」において暴力を回避することによって、慢性的なストレス状態を改善していく。それが新しい生きかたにつながる。



ウルトラマン

2分30秒で「カラータイマー点滅」！！

プラスのメタファー

自分の対応能力、時間の限界を伝えるサインを自覚している。

マイナスのメタファー

点滅していても、無理して、怪獣をシトメようとする。

V. E. フランクル

極限状況を生き残った、一人の男の生きかた。「いつかこの過酷なサバイバルの記録を、人々に伝えていく」という使命感。その目的意識が、ストレス状況に耐える力となった。

使えるメタファーとして「ししおどし」をご紹介しました。

DV発生を防ぐにはいくつかのポイントがある。日々「とっさのストレス」において、暴力を回避する手だてをとることによって、慢性的なストレス状態を改善していく。それが新しい生きかたにつながる、ということです。

そのほかにも、使えるメタファーがあります。冗談かと思われるかもしれませんが、「ウルトラマン」のメタファーです。

ウルトラマンの胸の「カラータイマーの点滅」です。これは、自分の能力の限界に気づく、という意味で、怒りのモニター力のメタファーになります。ただ、実際の番組ですと、タイマーが点滅していても、無理して怪獣をシトメようとする。「何がなんでも今ここで決着をつけようとする傾向」はDV克服では、マイナスのメタファーです。それからもうひとつ、ご存じの方も多いかと思いますが、

V・フランクルという男の生きざま、かれは、「人間は、おのれの犯した罪に苦悩しようとも、その苦悩に意味を見出しうる存在である」と言っていますが、ナチの強制収容所という極限状況を生き残った、一人の男の生きかた、「いつかこの過酷なサバイバルの記録を、人々に伝えていく」という使命感、その目的意識が、ストレス状況に耐える力になった。これも、DV加害から回復しようとする、いわば、生き延び、生還しようとする男たちにとって使えるメタファーだと思います。

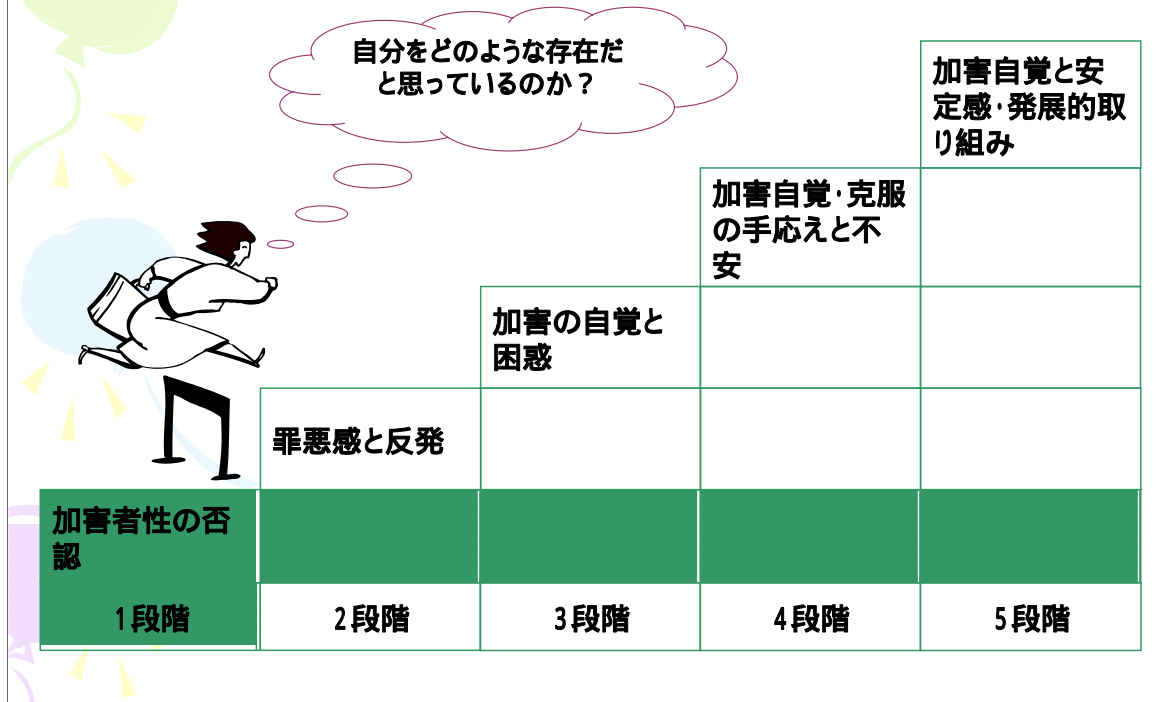


このアプローチへの批判とその弱点への対策

- (批判1)
暴力による「支配とコントロール」についての視点がぼやけているのではないか
- 女性を恐れ、弱みを握られまいと画策する男性(サムソン=デリラ=コンプレックス)という視点から補足
- (批判2)
ストレスがかかっても誰もが暴力をふるう、というものでもない。その個別性はどう説明するのか。
- 「刺激と反応のあいだには間がある。間には、私たちの自由すなわち、どう反応するかを決める力がつまっている。反応には私たちの成長と幸せが託されている」(フランクル)ので、個人の罪を犯す自由とその責任を取る個人が確認できる。

ご存知のように、このアプローチにも弱点というか批判もございます。
主な批判は、二つです。(スライドを読む。)

7. 脱暴力への過程～加害男性の自己意識



では、DV加害から生還する、回復するというのは、どういう展開になるのか。

脱暴力の過程を、加害男性の自己意識、

「自分をどのような存在だと思っているのか...」という自己意識の変化から検討したいと思います。

この変化の過程には、五つの段階があると思います。

レジメにも書きましたが、

加害者性の否認、

罪悪感と反発、

加害の自覚と困惑、

加害の自覚・克服の手応え、それと不安、

加害の自覚と、安定感そして発展的取り組み、

といった五段階です。

7. 脱暴力への過程～加害男性の自己意識

DV加害者性を認めない。むしろ自らを「被害者」だと思ふ。
“悪いことをしている”のは相手だと批判する。

加害者性の否認

1段階

ひとつひとつ見てまいりましょう。
一段階、加害者性の否認。

DV加害者性を認めない。むしろ自らを「被害者」だと思ふ。
“悪いことをしている”のは相手だと批判する。

この段階の人が、自発的にグループワークに参加することは、まずありません。
この段階では、まず、被害者のエンパワメントが必要だと思ひます。
DVに対してNO！という力をつけること、そして、
DVの犯罪化と申しましょうか、犯罪として扱われるようになることが、
第一段階から二段階に動く環境を作ります。

また、DVを克服しつつある男たちの姿にふれることも、影響を与えと思ひます。

7. 脱暴力への過程～加害男性の自己意識

“自分は悪いことをしている”という意識はあっても言い訳をする。
DV加害を指摘されると反論。
黙って“そうです”と指摘を聞き入れられない。

罪悪感と反発

2段階

続いて、第二段階。罪悪感と反発。

“自分は悪いことをしている”という意識はあっても、言い訳する。
DV加害を指摘されると反論。
黙って“そうです”と指摘を聞き入れられない。

おつれあいに別居されたり、離婚話をつきつけられて、それがきっかけで、
グループワークに参加した男性や、カウンセラーに勧められて参加した男性には、
この段階からスタートの人もいます。

参加するものの、しぶしぶだったり、怒りを抱きつつ参加するという場面があります。

こうした新しい参加者に対して、これまで受講されてきた古参の参加者、リピーターの男性は、「昔の自分の姿を見ているようだ」という感想をもたれるようです。

7. 脱暴力への過程～加害男性の自己意識

“悪い”と認め反論せず、“そうです”という。
しかしDVをやめる手立てがない。途方にくれている。
「何も出来ない自分」を思い知る。

加害の自覚と
困惑

3段階

第三段階。加害の自覚と困惑。

“悪い”と認め反論せず、“そうです”という。
しかしDVをやめる手だてがない。途方にくれている。
「何もできない自分」を思い知る。

暴力を振るって活動的であるように見えますが、
暴力をやめることについて、まったく無力である自分、
そこに行き当たります。
ここからが、脱暴力の正念場です。

7. 脱暴力への過程～加害男性の自己意識

“悪い”と認める。
加害者である自覚がある。
DVをやめる手立てを見つける。
DV克服の手応えを感じる。
しかし、“またなるのではないか？”というヒヤヒヤ感も同居。

加害自覚・克服
の手応えと不安

4段階

続いて第四段階になります。

“悪い”と認める。

加害者である自覚がある。

DVをやめる手だてを見つける。

DV克服の手応えを感じる。

しかし、またなるのではないか、というヒヤヒヤ感も同居している。

加害自覚・克服の手応えと不安、

これが第四段階の特徴です。

7. 脱暴力への過程～加害男性の自己意識



“悪いこと”と認める。

加害者であったことを自覚している。

DVを避ける手立てを取り続け、克服出来た実感や安心感がある。

この段階は発展的で、加害者性の自覚にもとづき一層「克服した状態」を保とうとする。

カミングアウトによって、自他に向かって“DVは悪いことだ”と言う。

加害自覚と安定感・発展的取り組み

5段階

第五段階になると、加害者の自己意識は、こんな具合になると考えます。

加害自覚と安定感・発展的取り組み、です。

“悪いこと”と認める。

加害者であったことを自覚している。

DVを避ける手だてを取り続け、克服できた実感や安心感がある。

この段階は発展的で、加害者性の自覚にもとづき一層「克服した状態」を保とうとする。

カミングアウトによって、自他に向かって“DVは悪いことだ”と言う。

いかがでしょうか。罪を犯した人間として、自らと向き合い、自分を変えようとして生きていくとき、人はこのような過程をへて変化していきます。

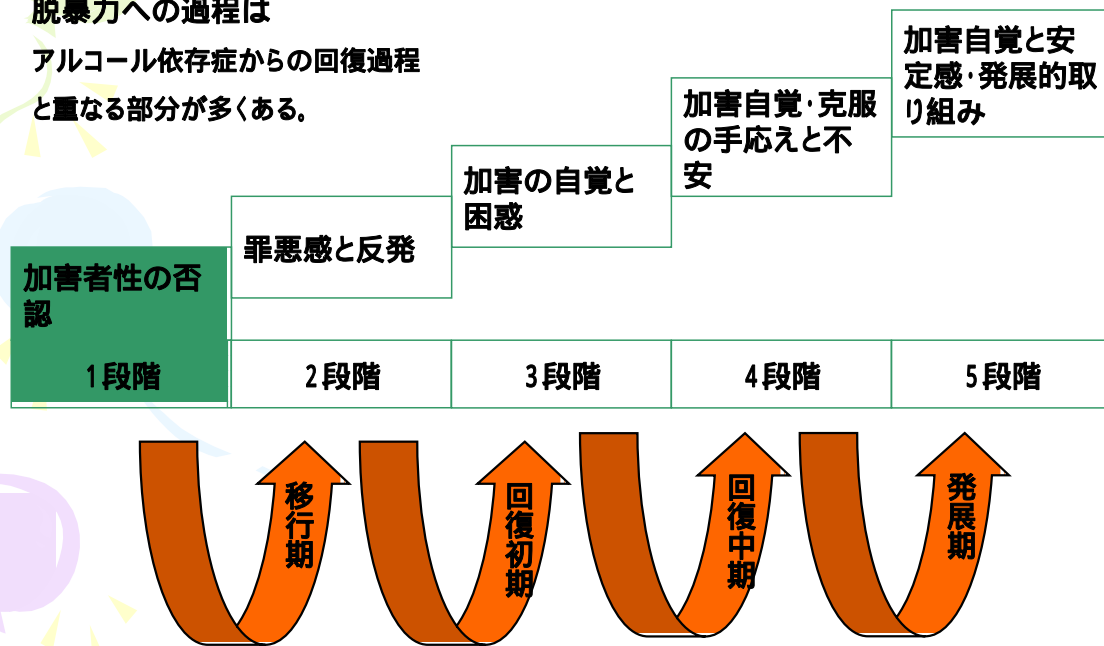
さて、こうした変化のプロセスは、

アルコール症からの回復のプロセスに似ているかも知れないと、お気づきになられる方も少なくないと思いますが、どうでしょう。

ステップアップのために～

脱暴力への過程は

アルコール依存症からの回復過程
と重なる部分が多くある。



アルコール症からの回復過程には、
移行期、回復初期、回復中期、そして発展期がある、とされています。

これは、神戸の元町という中華街のなかに開業なされておられる、
宗クリニックという、
アルコール症の治療でも第一線で活躍なされておられる、
そのクリニックで体験したことです。
アルコール症の自助グループが開かれる
ミーティングルームで、
たまたま目にしたポスターから教えられたことがらです。

ステップアップのために～

「元町・宋クリニック」でみつけた“ポスター”から

移行期

飲んで 死ぬか！やめて生きるか！

飲んで 死ぬか、やめて生きるか…

酒のせいでこうなったことは、誰に言われなくてもわかっています。

けれど、酒なしの生活なんて考えられないのです。

酒が切れると猛烈に苦しく、なんとしても飲む算段をして、また失敗するのです。

ポスターには、こう書かれてありました。

(スライドを読む)

移行期、飲んで死ぬか、やめて生きるか…。

酒のせいでこうなったことは…、

ステップアップのために～

「元町・宋クリニック」でみつけた“ポスター”から

・移行期

周囲からみれば同じ事の繰り返しに見えるこの時期が、酒への敗北を認める回復の大切なプロセスです。

そして診断を受け、しらふの生活が始まるのです。

< 移行期 > の課題

- ・酒のために起きた問題に直面する。
- ・周囲からの介入(本人に対し断酒をすすめられる)
- ・酒に対する敗北をみとめる。
- ・専門治療に出会う。
- ・診断を受け、治療が始まる。

(続けてスライドを読む)

「周囲からみれば同じことの繰り返しの...

< 移行期の課題 >

...診断を受け、治療が始まる。

.....

どうでしょう。お酒の問題ですが、暴力、DVの問題にも通じる内容のような印象がしませんか。

そこで、アルコール関連の用語を、DV関連の用語に置き換えてみます。

ステップアップのために～

「元町・宋クリニック」でみつけた“ポスター”から

酒を暴力に置き換えてみると…

飲んで

暴力で

酒

DV

酒がきれると

口で負けそうになると

なんとしても飲む

なんとしても勝つ

「しらふ」

「脱暴力」

断酒

脱暴力

こんな具合です。

たとえば、

「飲んで」を「暴力で」に、

「酒」を「DV」に、

「酒がきれると」を「口で負けそうになると」

「なんとしても飲む」を「なんとしても勝つ」とか、

「しらふ」を「脱暴力」といった具合に置き換えてみます。

ステップアップのために～

「元町・宋クリニック」でみつけた“ポスター”から

・移行期

暴力で 死ぬか！やめて生きるか！

暴力で 死ぬか、やめて生きるか…

DV のせいでこうなったことは、誰に言われなくてもわかっています。

けれど、**DV** なしの生活なんて考えられないのです。

口で負けそうになると **なんとしても勝つ** 算段をして、また失敗するのです。

移行期、

暴力で死ぬか、やめて生きるか、

DVのせいでこうなったことは、誰に言われなくてもわかっています。

けれど、DVなしの生活なんて考えられないのです。

口で負けそうになると、猛烈に苦しく、なんとしても勝つ算段をして、
また失敗、暴力をふるってしまうのです。

ステップアップのために～

「元町・宋クリニック」でみつけた“ポスター”から

・移行期

周囲から見れば同じ事を繰り返しに見えるこの時期が、DVへの敗北を認める回復の大切なプロセスです。

そして診断を受け、「脱暴力」の生活が始まるのです。

< 移行期 > の課題

- ・DVのために起きた問題に直面する。
- ・周囲からの介入(本人に対し脱暴力をすすめられる)
- ・DVに対する敗北をみとめる。
- ・専門治療に出会う。
- ・診断を受け、治療が始まる。

周囲から見れば、同じ事の繰り返しに見えるこの時期が、DVへの敗北を認める、回復の大切なプロセスです。

そして診断を受け、つまり、「あなたのやっていることは、まさに、DVですよ」という宣告を受けて、「脱暴力」の生活が始まるのです。

< 移行期の課題 >

暴力のために起きた問題に直面する。

周囲からの介入。本人に対して脱暴力がすすめられる。

DVに対する敗北を認める。

専門医に出会う。診断を受け、治療が始まる。

診断とか治療とかの言いまわしを、ここでは修正しませんでした。というのも、比喩的な表現として、DVも特別の「常備薬と食餌療法」を持つ病気と言える、と思うからです。たとえば、ガン患者には、ガンを生きる工夫がある。糖尿病の患者にも常備薬や食餌療法などの生きる工夫がある。

「患者になること」で常備薬や食餌療法をたよりに治療が図れる、これはDVの場合も、同じことがいえる、と考えられるからです。

ステップアップのために～

「元町・宋クリニック」でみつけた“ポスター”から

・回復初期

どうやって**暴力に頼らず**に生きるか？

非暴力の取り組みを始めて、一年位は、イライラや不眠が続いたり不安や落込み、疲れやすく、体調も不良。楽になりたくて**自暴自棄**も襲ってきます。

「不安定」と「自信過剰」がこの時期のポイントです。

「自分はやっぱりDVではないのでは??」「ちょっとだけなら」と揺れる気持を抱えながら、DVについて勉強したり、「**メンズサポートルーム**」「**語りの会**」などの自助グループを知ります。

この時期を無事に乗り切るには、**毎週・毎月**のように**脱暴力プログラム**や自助グループに通うことが何よりも大切です。

スライドが続いて退屈をお感じなるかも知れませんが、もう少しの辛抱ですので、おつきあいください。

続いて、回復初期では、「どうやって暴力に頼らずに生きるか？」
(スライドを読む)

ステップアップのために～

「元町・宋クリニック」でみつけた“ポスター”から

・回復初期

<回復初期の課題>

- ・DVについて知る
- ・自助グループ(メンズサポートルームや語りの会)に出会う。
- ・脱暴力の決心をする。
- ・定期的な取り組みを続ける。
- ・心身の不調を暴力に頼らずに乗り越える。

回復初期の課題です。
(スライドを読む)

ステップアップのために～

「元町・宋クリニック」でみつけた“ポスター”から

回復中期 非暴力の人生を創る

非暴力も、数年が経過すると軌道に乗り体も心も楽になってきます。
生活の幅も広がってきます。

けれど、**脱暴力**の楽しみが増える一方で、**非暴力**のツラサもしみじみ味わうのが、この時期の特徴なのです。

家族や本人自身もDVの問題による、長年の疲れや心の傷がたまっていますし、慣れない**非暴力**の生活へのとまどいも、まだ完全に消え去っていません。

息切れしないように、楽しんだり、リラックスする時間、家族と過ごす時間をたっぷり取って下さい。

けれどもあくまでも、自助グループは生きるベースです。

初期の頃ほど、時間は取れないかも知れませんが、定期的に足を運び続けることです。

グループ内での役割を引き受ける時もあります。

回復中期です。

「非暴力」の人生を創る。

(スライドを読む)

ステップアップのために～

「元町・宋クリニック」でみつけた“ポスター”から

・回復中期

<回復中期の課題>

- ・夫婦、親子関係の建て直し
- ・周囲の人達との関係の建て直し
- ・自助グループの中で役割を担う
- ・健康なライフスタイルを作る
- ・適切な仕事のペースをつかむ

回復中期の課題
(スライドを読む)

ステップアップのために～

「元町・宋クリニック」でみつけた“ポスター”から

発展期

自分を受け入れる

5年10年と**脱暴力**が続くと、毎日の生活にもゆとりが出てきます。

この時期は、自分の体と心に目を向け、一生懸命走り続けた疲れや、つっぱった生き方の奥にある傷を癒してゆく時期なのです。

自分なりの新しい生き方、新しい価値観を見出します。

さまざまな人生の変化も経験するでしょう。

親の死、子供の巣立ち、老後のこと…。

それらを受けとめながら、自然体で生きることをつかんでいきます。

自助グループでも、余裕をもって、仲間を受け入れられ、新しい仲間の姿に、かつての自分を思い出します。

小さい頃の親との関係をふりかえる人もいます。そして、傷ついた自分の中の子供にも向かい合います。

発展期です。

自分を受け入れる。(スライドを読む)

ステップアップのために～

「元町・宋クリニック」でみつけた“ポスター”から

・発展期

< 発展期の課題 >

- ・自分をいたわる
- ・新しい価値観を見出す
- ・人生の変化を受け入れる
- ・自助グループで初心に戻ることも忘れない
- ・自分の中の子供を癒す

発展期の課題。

(スライドを読む)

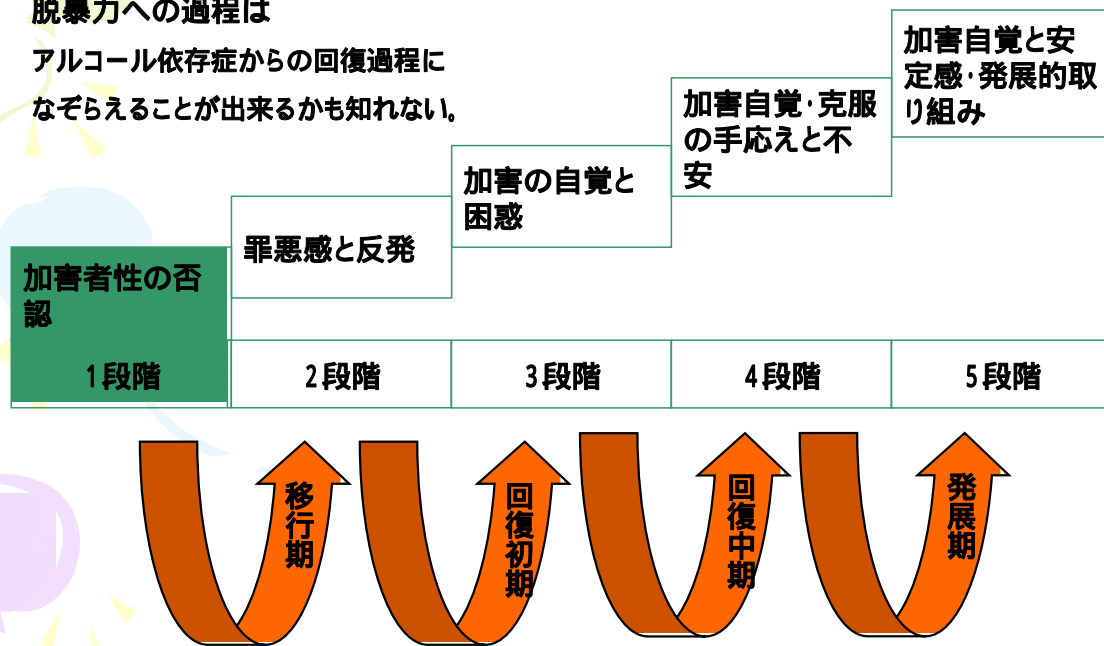
スライドが続いて申し訳ございませんでした。
お付き合いありがとうございます。

ざあっとご覧顶きましたが、このように、

ステップアップのために～

脱暴力への過程は

アルコール依存症からの回復過程に
なぞらえることが出来るかも知れない。



脱暴力への過程は、
加害者性の否認、からはじまり、
罪悪感と反発、
加害の自覚と困惑、
加害自覚・克服の手応えと不安、
そして、
加害自覚と安定感・発展的取り組み
という段階を経ていく。

そしてこうした展開は、
アルコール症からの回復過程、
移行期、回復初期、回復中期、そして発展期、
そういうものに、なぞらえることができるかも知れない。

こうして見ますと、DV加害男性は、…

DV加害男性は……

いくつかの段階を経て変化しうる存在である。

「ししおどし」のたとえのように、ストレスを溜めて暴力に至るカラクリを有している。したがって、そのカラクリを理解しDV発生を防ぐ手だてを習得しうる存在である。

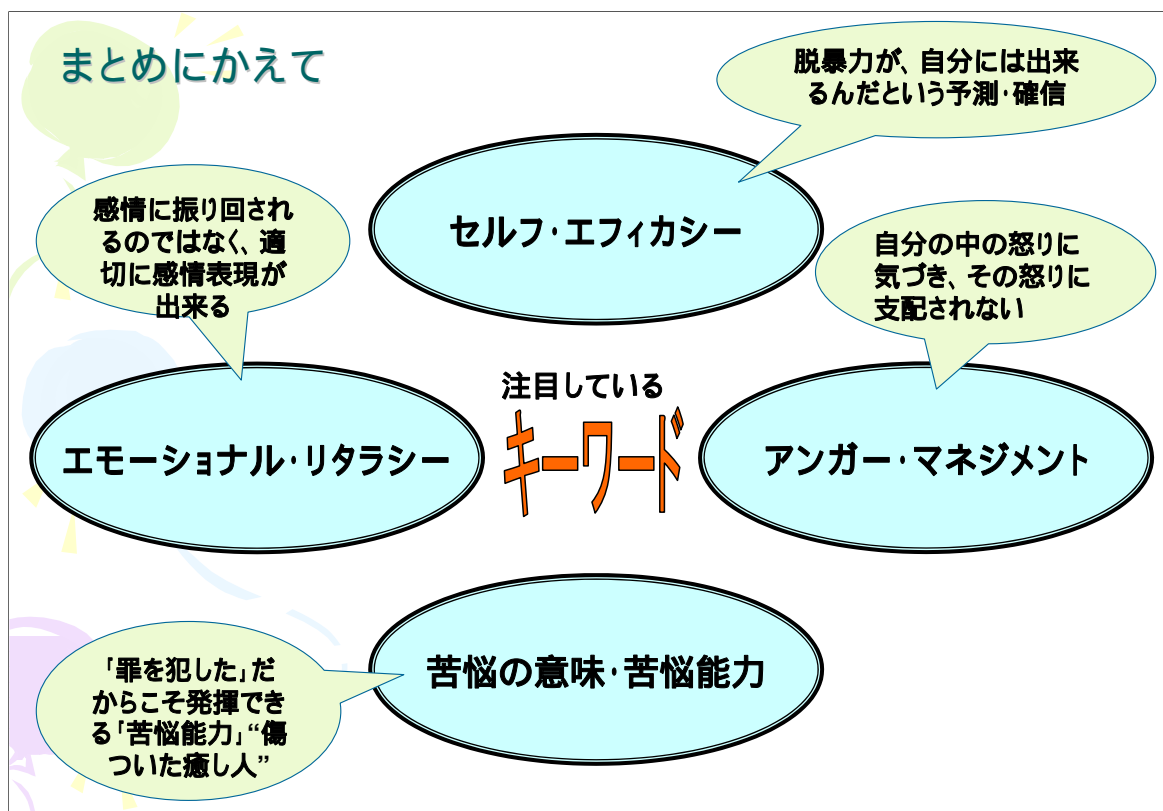
みずからの行為・罪に苦悩する能力を持ち、苦悩に意味を見出しうる存在である。

そのDV克服のあかつきに、自助グループの仲間を“傷ついた癒し人”として助ける存在になることもできる。

DV加害者への取り組みを経て、
DV加害、こちらでは、男性を対象にしてきましたので、
DV加害男性は、「いくつかの段階を経て、変化しうる存在である。」

そしてまた、
DV加害男性は、(スライドを読む)
…「ししおどし」の…読む。
…みずからの…
…そのDV克服のあかつきに…

このように言えるのではないかと、思います。



以上、長いお時間、わたしのつたない話やスライドにお付き合いくださいまして、ありがとうございました。

まとめにかえて、

これまでの取り組みを通じて、今、注目していることからのキーワードを皆様にご紹介したいと思います。

セルフ・エフィカシー

エモーショナル・リタラシー

アンガー・マネジメント、そして

苦悩の意味、苦悩能力

これら4つのキーワードです。セルフ・エフィカシー…

エモーショナル・リタラシー…

アンガー・マネジメント…

苦悩の意味・苦悩能力…

最後の「苦悩の意味」については、レジメに少し書きました。

ご覧ください。レジメの二ページの最後のところです。

(レジメの2Pおしまいを朗読)

加害男性の「苦悩能力」のサポート

メンズサポートルームのサポートとは、「自分を変えようと苦悩する」男たちをサポートすること。

“苦悩の意味”

(フランクフル「意味への意志」p87 - 88)

「人間は自分自身を変えることができる。さもなければ、彼は人間とはいえない。自分自身を形成し、また形成しなおすことができるというのが人間であることの特権であり、人間存在の構成要素である。換言すれば、罪を犯せるというのは人間の特権であり、罪を克服するのは人間の責任である。…人間は罪があると考えられ、そして罰せられる権利をもっている。いったんわれわれが、人間を環境とその影響の犠牲者として扱うならば、われわれはその人間を、人間存在として扱うのをやめるのみならず、彼の変化しようとする意志を不全（意志不全）にしてしまうのである。」

“傷ついた癒し人”

(近藤裕「こころを癒すシネマセラピー」p167)

「人間はそれぞれが傷をもっている、みんなどこかが病んでいる。病というのは体であれ心であれ、健やかでない部分があるということで、その自分の傷や病に気づいて癒された人間、癒しを体験した人間は、本当の意味で、他者に対しての癒し人になれるのではないが、という概念です。」

参考文献のご紹介



著者: Daniel Jay Sonkin(ダニエル.ジェイ.ソンキン)
Michael Durphy(マイケル.ダーフィ)

翻訳: 中野瑠美子
発行2003年
青木書店 価格2,500円 + 税

「learning to live without violence」の翻訳。
脱暴力を目指す男性のための、具体的な実践方法と実践の為の
ハンドブック。いまず暴力をやめるためにできること。



著者: 中村正夫
発行: 2003年
朝日新聞社(朝日選書724) 価格1,100円 + 税

DV克服プログラムの現場から。
暴力なしで暮らすにはどうしたらいいのか。
メンズサポートルームの「男の非暴力グループワーク」「男の非暴
力を語る会」の経験から。

最後に、参考文献のご紹介です。

わたしの発表のなかでも、すでに紹介したところもあるのですが、
「脱暴力のプログラム」という本。

脱暴力を目指す男性のための具体的な実践方法と実践のためのハンドブック。

いまず暴力をやめるためにできること、それが書かれています。

DVだけに有益というより、ひろく、教育担当者や子育てでも役に立つな、というのがこ
れまで手にされた方々の感想です。

そして、「男たちの脱暴力」、

こちらは、DV克服プログラムの現場から、

暴力なしで暮らすにはどうしたらいいのか、メンズサポートルームの

「非暴力グループワーク」「男の非暴力を語る会」の経験から、書かれてあります。

以上で、わたしの話を終えたいと思います。

ご静聴、どうもありがとうございました。

おつかれ様でした。