

犯罪被害に遭った人たちを支援する — 経験を言葉にするために —

高 松 里

九州大学留学生センター

How should crime survivors be supported?:
Some methods to give words to their experiences.

Satoshi Takamatsu

The International Student Center

Kyushu University

キーワード：犯罪被害者、異文化、環状島モデル、ライフストーリー・レビュー

Key word : Crime Survivors, Encountering Different Cultures, Ring-Shaped Island Model, Life-Stories Review

(1) はじめに

犯罪被害に遭った人をどう支援したら良いのか。

それには様々な方法があるし、支援活動はすでに広範囲に行われている。物理的な安全を確保し、身体的・心理的なケアを提供する。必要があれば裁判などの支援を行う。

すでに多くの活動が行われている中で、筆者が貢献できることがあるだろうかと考えてみた。

筆者は、臨床心理士であり、大学の研究者でもある。長い間、セルフヘルプ・グループやサポート・グループ*¹と呼ばれるグループについて研究と実践を行ってきた。「セルフヘルプ・グループとサポート・グループ実施ガイド」(高松、2004)というグループの作り方・続け方・終わり方について書いた本も出版している。

また、被害者支援の領域について言えば、虐待被害を受けた人々を支援する組織を作り、いくつかのグループを展開していたことがある。また、友人たちと一緒に被害者支援のための電話相談およびエスコートサービスを、全くの手弁当で実施していた。後者の活動は、後に発足した「福岡犯罪被害者支援センター」に合流し、筆者もしばらくそこで運営委員として活動していた。

では、めざましい成果が上げられたかという、実はそうではない。個人的に始めた支援組織が内部分解してしまったり、支援していた方が自死してしまうなど、時間と労力を費やしたにもかかわらず、被害者支援の難しさを思い知らされることになった。当時は、生活の半分くらいのエネルギーは被害者支援に費やしていたから、筆者は疲労困憊し、明らかに「燃え尽き」状態になった。その結果、被害者支援活動から離れて、すでに10数年が

経過してしまった。

この間、支援活動に全く関与していなかったわけではない。上述の福岡犯罪被害者支援センターや他の県の支援センターに講演に行ったり、虐待被害に苦しむ方に対してカウンセラーとして支援したりもしている。

着かず離れずのような形ではあるが、ずっと、「被害に遭う」とはどういう経験なのか、どうすればその被害経験から回復できるのであろうかと考え続けてきた。

そして、様々な試行錯誤をしているうちに、被害経験の本質とは、「言葉にできない」ということではないかと思うようになった。被害を受けた人にとって、被害経験は自分にとっての異物であり、人生に入り込んだ「わけのわからないもの＝言葉にできないもの」なのではないだろうか。

ところで、自分の人生とはどういうものかを考えると、一般には生まれてから現在に至るまでの長いストーリーとして語られることが多い。それを本論では、「ライフストーリー」*²と呼ぶが、それがある程度一貫しており、大きな欠落や離断がないときに、心理的に安定していると考えることができる。もちろん、ところどころに「曖昧な部分」や「思い出したくないこと」が存在しているのは当然であるが、だいたいは「こういう人生だなあ」と俯瞰できるものである。

ところが、犯罪被害のような経験があると、ライフストーリーはそこで中断し停滞してしまう。その後にもまた曖昧なまま新たなライフストーリーが始まっていく。その際、前のストーリーと後のストーリーはしばしば齟齬をおこし、人々を苦しめる。犯罪被害の場合は、「平穩無事に暮らしていた日々、ある時とんでもない事件が起こり、その後の人生は全く別のものになってしまっ

た」という形を取るのが典型的である。

では被害からの回復とは何か？それは、分離されてしまった前後のストーリーをつなぐことである。何が起きたのか、という事実認識もしばしば曖昧になっている。被害に遭った日付とか、その後起きた様々な出来事などは、記憶の中でごちゃごちゃになっている場合が多い。それをまず時系列上に並べ、順番を整理する必要がある。そして、その出来事によって自分の人生がどう変わってしまったのかを理解し、できればその辛い経験から何か学ぶことがないのかを考えることが重要である。

本論では、被害経験の本質であると考えられる「言葉にできない」とはどういうことかを説明し、離断したストーリーをつなぐための「ライフストーリー・レビュー」（高松、2015）という方法について紹介する。

（2）被害に遭うという経験―人生の中の「異文化」

①被害に遭うとどうなるか？

上述したように、被害に遭うことの本質は、「言葉にできない」ことだと筆者は考えている。日常生活の中で、「自分が被害に遭う」ということを普段から考えている人は少ないだろう。被害に遭った時何をしたら良いのか、どんなことが起きるのか、どんな気持ちになるのか。もし裁判になったら、裁判というのはどういう風に進行するのか。勝てるのか、勝ったとして何が得られるのか、それで気持ちは治まるのか。そんなことはいつもは考えていない。平穏無事な今の生活が続くと多くの人は信じている。でも、そういう日常は被害経験によりあっけなく崩壊する。

日常に亀裂が入る。昨日と今日との間に深い断絶が生まれる。「まさかこんなことになるとは」と絶望に陥る。被害とはそういうものである。

そして、その絶望感を語ろうとするときに、その状況を表現する言葉を持っていないことに被害者は気がつく。そのような状況は想定していない。そのようは状況を表現することになるとは誰も思っていない。だから、彼らは言葉を失う。どう語って良いのか、どう語るのが最適なのか、それがわからなくなる。

誰かに助けを求めて、自分の苦境を説明し、分かってもらいたいと思うが、それがうまくいかない。自分にも落ち度があったような気がしてくる。その落ち度とこの被害がどう釣り合っているのかもよくわからない。砂に足を取られているように、軸足が定まらずフラフラし、無限に後ずさる。

現実には、警察や弁護士や病院や事務手続きなど、やるべきことは多く、疲労困憊していく。だから、とりあえずは、被害の後の様々な非日常的な日々を何とかやりすごしていくことが先決となる。

そして、被害に遭ってから、数年あるいは10数年経ってから、気持ちの中では何も解決していない、ということに気づくことが多い。「あれはいったい何だったの

か？」「なぜ私はこういう目に遭わなければならなかったのか」「なぜ私なのか」。あるいは「なぜ私はあのときあんなことをしてしまったのか」「なぜそこに行ったのか」「なぜあのとき、ああしていなかったのか」等々、様々な思いが頭の中を巡り、怒りや悲しみが湧き、答えのない問いに向き合うことになる。

被害の本質は、「言葉にできない＝その出来事が理解できない」ということである。それは、まず端的に「経験を言葉として表現できない」ということであり、さらに「その経験の意味がわからない」という形で立ち現れてくる。

②環状島モデル

言葉にできない、ということをもう少し考えてみたい。「環状島モデル」というものがある（宮地、2011）。トラウマ関係の支援者の間で話題になった考え方である。

被害状況は、大海に浮かぶ環状の島として表現される。中心部は爆心地であり、そこには水がたまり、死体が沈んでいる、というイメージである。この爆心地の死体は語るができない。自分の被害を語るための肉体はすでに滅びている。しかし、内側の斜面では、爆心からの被害を逃れた傷だらけの人々が、何とか坂をよじ登り、外の世界に自分たちの経験を発信しようとしている。上に登ればそれだけ世界に対する発信力が高くなるが、そこには強い風が吹いていて、また内斜面に引き戻されてしまう、というメタファーである。

斜面を登る被害者は発言しようとする。そこで起きている大変な事態を世界に伝え、支援を求め、また同時に同じような被害が生じることを避けるための警告を世界に与える。

それに対して、支援者は外輪山の外側から被害者に近づこうとするが、山の上は風が強く、世間あるいは時には被害者からの批判に晒される。「本当に被害者の気持ちがわかるのか」「単なるヒーロー気分なのじゃないか」などと自問自答も始まる。このように外輪山を登ろうとする支援者も傷つき、疲れ果てて支援活動から離れてしまう者もいる。そして、それこそが加害者やそれに荷担している世間にとっては都合なことなのである。

被害者支援とは、様々な世間の思惑とか、加害者側からの圧力とか、そういう風が吹き荒れる中で行われる。

それでもなお被害者も支援者も共に発信しようとする。それはなぜか？

理由はいくつか考えられる。

一つは、爆心地の死体はすでに語るができない、という事実にある。つまり、語れるとすれば、自分たちしかいない。自分達には語る義務があるのではないか、あるいは語る資格があるのは自分達だけではないか。であるとすれば使命を果たす必要があるのではないか。

さらに、語られなければ、この世界にその事実がなかったことにされてしまう。それは加害者にとっては望

ましく、彼らが何も罰せられなかったとしたら、また同じことが繰り返されてしまうだろう。同じ被害者を生み出してはいけない。だから語られるべきだし、自分達は語るべきだと考える。

これが環状島モデルであり、被害者や支援者の立ち位置を明確化するために用いられている。

しかしそこには重大な問題がある。そもそも被害経験とは、「語るができない」ということが特徴だからである。内斜面を登る被害者は、何かを発信しようとするのだが、それは実は言葉にできない。それはあまりに非日常でどう語るかが適切なかわからない。しばしば怒りを爆発させ、同じ話を何度も繰り返し、涙を流し、人を責め自分を責める。

そういう困難な状況乗り越えて、その経験を言語化できれば、外の世界の誰かがメッセージを受け取ってくれるかもしれない。そこに被害者が存在し、その存在をかけて何かを訴えようとしていることに、世界は気づくことができるのかもしれないのである。

③人生の中の「異文化」という視点

被害経験はそもそもどう語ってよいのかわからないし、被害に対してどう行動して良いかわからない。全く言葉が準備されていないのである。筆者はそれを「異文化経験」と呼んでいる。

ここで「異文化」などという言葉が出てくることに違和感を感じる方も多いと思う。ただ、「人生における異文化」という捉え方は、被害者支援以外の様々な領域との結びつきを示し、視野を広げてくれるものだと思う。

異文化について考えたのは、筆者の専門が異文化間カウンセリングであるということが大きい。筆者は、1989年から現在まで、九州大学留学生センターで留学生対象のカウンセリングを行ってきた。その中で感じたのは、留学生は自分が陥っている状況をうまく言葉にすることができないのではないかということであった。「何がどうなっているかわからない」「白い靄に包まれているようだ」などと表現されることが多い。あるいは被害的な気分が出てきて「自分が外国人だから差別されている」という推測が出てきたりする。しかし、その推測は大抵外れていた。状況が読み切れないために、苦し紛れに作り出されたストーリーだという感じがした。

文化が違うということは、表現するための基本的な語彙とか暗々裏の約束事がわからない、ということだ。コミュニケーションがなりたつためには、その背後にある明文化されていないメタレベルの枠組みが、どのようなものを理解する必要がある。

そこで、筆者は異文化を「その人が従来持っている言葉では表現できない状況」と新たに定義してみた。この定義は通常異文化の定義とはかなり違う。従来の考え方のように、「異文化」と「自文化」が実在していると

は考えない。あくまで「その人にとっての異文化」が立ち現れると捉える。

外国人が日本に来たならば、必ず異文化ショックを受けるかというそうではない。例えば、マクドナルドでの注文の仕方は世界共通である。手順も背景にある思想もわかっているから戸惑うことはない。

しかし、「日本人の対人距離の遠さ」などというものは異文化に属する。何度か会ったり、一緒に飲みに行ったら、当然友だちだろうと思う文化圏の人たちがいる。彼らから見れば、「自分が友だちだと思っても、相手がそう思っているとは限らない」だとか「なれなれしくして迷惑をかけてはいけない」などと考える日本人の思考プロセスは全く理解できない。そういう時に、外国人は言葉を失い、何とも説明不能な不安定な気持ちになる。わけがわからないのである。

異文化をそういうものだと考えると、世の中には、様々な異文化があることに気がつく。

例えば、慢性病になる、障害を負う、震災に遭う、ひきこもる、大切な人を亡くす、自分がゲイやレズビアンであることに気がつく、などの問題^{*3}は、実は、犯罪被害の問題とよく似ている。どれも、「言葉にすることができない」からである。これらは人生上に現れる「異文化」であり、その多くはさしあたり言葉にはできない。しかし、インターネットで調べたり、自助グループに行き色々話をしたりしているうちに、徐々にその問題の「異文化度が下がる」^{*4}、つまり言語化が進んで行く。

犯罪被害者だけが言語化の問題に苦しんでいるわけではない。同じように言葉にならない異文化に直面し、悪戦苦闘している仲間たちは実は他にもたくさんいる。

④過去が過去になるためには

筆者が、被害者支援活動をしていた頃、しばしば混乱したのは、相談に来る人が、「まるで昨日の出来事のように」話すことであった。すでに5年も10年も経っているはずなのに、つい1週間前の事件のように話すのである。つまり、過去が過去になっていない。

過去の記憶は、普通であれば徐々に鮮明な輪郭を失い、内容も曖昧となり、「ああ、昔こんなことがあったなあ」というセピア色の思い出、というようになっていくものである。しかし、風化しない記憶がある。それがトラウマ記憶である。

ハーマンが、「外傷性記憶はことばを持たない凍り付いた記憶である」(Herman, 1992/1996)と書いているように、通常記憶とは違い、時間の経過と共に忘れ去られたり、無害なものになってはいかない。つまり、これらの記憶はライフストーリーを断ち切る形で、いつまでも存在し続けている。

トラウマ記憶については、EMDR^{*5}やTFT^{*6}のような特殊な治療方法がある。これらの治療により、記憶そ

れ自体が消えるわけではないが、記憶が持っていたインパクトは薄れていき、徐々に「過去の記憶」の装いを纏っていく（これは言葉に頼らず、直接記憶を処理する方法である）。

本稿で扱っている記憶は、このような強烈なトラウマ記憶ではない。後述するライフストーリー・レビューは、このような記憶には対処できない。

しかし、もう少し穏やかな被害経験であっても、それが言葉として表現できないまま、いつまでも心の中のしこりとして残り、じくじくと痛み続けるということはしばしばある。言葉で語るにより、それはライフストーリーの中に徐々に取り込まれ、過去の一部として認識できるようになる。記憶を他者と共に言葉として表現することにより、それを外在化し、ある程度取り扱えるもの（表現ができて話し合うことが可能なもの）になっていく。そうすることによって、胸につかえていた記憶が、徐々に過去のものとなっていくと考えられる。

世間には、被害者は辛い過去は語りたがらない、という思い込みがある。しかし実際には、多くの人は声を出そうとする。手記を発行したり、ホームページに書き込んだりする。しかし、その声は、しばしば怒りと悲しみに満ちていて、脈絡が曖昧であり、何を言いたいのかわかりにくい。支援者に対してよくわからない怒りをぶつけてしまうこともある。だが、そういう時期があり、そういう言葉しか発せられないのは当然なのである。なぜなら、彼らは言葉にならないことを語ろうとしているからである。

しかし、いずれは被害に遭ったことがない人たちにも伝わる言葉で、状況を語らなければならない。そういう社会性を持つ言葉を生み出していく装置としては、従来からセルフヘルプ・グループやサポート・グループがあった。

⑤言語化を促進する場としての「セルフヘルプ・グループ」「サポート・グループ」

セルフヘルプ・グループもサポート・グループも、どちらも異文化経験（被害経験）を言語化するための装置であると考えられる。

従来から、アルコールやギャンブルなどの依存症、慢性病や精神・身体障害、死別や離別、外国人や性的マイノリティの人たちのグループなど、様々な異文化を抱える人たちのためのグループが、活動を続けている。被害者本人の会に加え、その家族の会なども活発に動いている。

もちろん、これらのグループは、経験の言語化のみを行っているわけではない。被害に遭った者は孤立しがちだが、グループに行けば同じ悩みを持つ者が支え合うことができるし、情報を交換し、世間や国に対して被害者救済や再発防止を訴えていく、というような様々な機能を持っている。

その中でも、「言葉にすること」はこれらのグループの本質的特徴を表すものだと考えられる。なぜならば、これらのグループにはその状況を語るための様々な言葉や、その言い回し、感情の表現の仕方などが蓄積されているからである。被害に遭った人は、そこで先輩たちの語りを聞く。こういう風に語れば良いのかということがわかってくる。語るための語彙を増やし、その問題と社会とのつながりなどについても学んでいく。そして、何年たっても傷は癒えず、絶望の中においても、経験を語り、世界に言葉を発信しようとするこの意味が少しずつわかってくる。

「被害に遭う」というのは受動的な経験である。被害に圧倒され、何をどうして良いのかわからなくなる。何もできない自分が悔しくて、自尊心が傷つく。しかし、「発信者になる」という経験は能動的なものである。自分の辛い経験を背負い、それを言葉に表現し、発信者としての責任を果たそうとする。

環状島モデルでも示したように、それができるのは、自分たちしかいない。内斜面を登り、強い風が吹く山頂に向かわなければならない。そのためには、仲間が必要になるのである。

セルフヘルプ・グループやサポート・グループは、無力感を克服し、世間に言葉を届けるという機能を持っている。

(3) ライフストーリー・レビューという方法

①ライフストーリー・レビューの特徴

では、セルフヘルプ・グループやサポート・グループで語ることで十分かと言えば、そうとも言えない。グループでは、参加者の数は多いから、一人一人が語る時間は短くなる。どうしても断片的になりやすい。

そこで、過去の出来事を集中的に語るために、筆者は「ライフストーリー・レビュー」という方法を提案している（高松、2015）。ライフストーリー・レビューとは、「これまであまり語ってこなかった過去の経験について、他者の協力を得ながら光を当て、言語化を行い、その経験の意味を考えること」である。

その特徴を挙げてみたい。

a) 過去の経験について語る

原則として、過去の出来事について語る。現在のことや、今の気持ちについて話が出てきても、それを深めることはしない。

b) ストーリーを語る

基本的には、「最初、こういうことが起きて」「次にそれがこうなって」「結局、こういうことになった」というような、時系列に沿った話をする。聴き手は、親に昔話を聞いているような感じで、「それでどうなったの?」「なぜそう考えたのかな?」「だからこうなったんだ」「大変だね」「私ならこう考えるけどな」というような聞き方をする。

c) 誰に語るのかが重要

聴き手がどういう人か、ということで語られるストーリーは変化する。もし被害経験を語るのであれば、最初と同じような経験を持つ人に対して語る方が、言語化が進む。また、同じ経験を持たない人に語る場合には、より伝わりやすい言葉を考える必要がある。そのため、言葉は洗練され多くの人に理解しやすい言葉になっていく。

② ライフストーリー・レビュー・マニュアル^{*7}

- ・目的：これまであまり語ってこなかった過去の経験について、他者の協力を得ながら光を当て、言語化を行い、その経験の意味を考える
- ・方法：ペア・フォーム（1対1）およびグループ・フォーム（3～4人）
- ・語り手は、ライフストーリーの中で、自分にとって大事なことだけど、これまであまり人に語ってこなかったことを話す。それは辛いことや問題とは限らない。楽しいことでも構わない。
- ・聴き手は、語り手のストーリーを追う。イメージとしては、子どもが親に話してくれる物語を熱心に聞くような感じ。途中、話の筋道がわからなくなったり、疑問点があったら質問する。また、自分の意見や経験を短く話す。カウンセリングとは違い、「感情」には焦点を当てない。
- ・40分間程度（時間の増減は任意）語り手を中心にセッションをする。
- ・それが終わったら、10分間程度（増減可）のディスカッションを行う。ここでは、聴き手も自由に感想や経験を述べる。

③ ライフストーリー・レビューについての補足

被害経験について考えると、ライフストーリー・レビューが必要になるのは、被害直後ではなく、もっと後、5年とか10年あるいは20年後のような時期になる可能性が高い。それは、自分の気持ちが落ち着くのにそれくらいの時間が必要だとも言えるし、またこのまま語らないでいると、経験が誰にも知られず、そのまま埋もれていくのではないか、それでいいのか、と考え始めるからであろう。

語る相手として最適なのは、セルフヘルプ・グループなどで知り合った、類似した経験を持つ先輩的な人である。自分の経験のある程度自分なりに話せる人で、よく話を聞いてくれる人がいれば最適である。被害について、全く知識のない人が聴き手になると、外的状況や法律的説明などに時間を費やさなくてはならなくなる。

また、臨床心理士などの専門家に聴き手を依頼するとしても、ある程度、この領域で活動歴があり、状況を理解している人が良い。筆者は、「当事者性のある専門家」^{*8}の必要性について書いたことがあるが、被害経験を

を持つ臨床心理士が自らの経験を生かして活動することのメリットは大きい。

聴き手の役割について補足すると、まず従来のカウンセリング的な聴き方とは違う、ということ意識すべきである。聴き手は積極的に語りに参加する。自分の経験や考え方も（押しつけないようにして）語り手に示す。また、聴き手が変わればストーリーも変わる。聴き手の経験や言葉の豊かさが、語り直接影响到する。

40分間の語りは、語り手を中心となり、ストーリーを語る（言葉を紡ぐ）ことが行われる。10分間のディスカッションでは、生まれてきたストーリーの意味づけが行われる。聴き手も話を聴いている間に思い出した自分のストーリーを語り、より豊かな意味づけができないかを考える。そこでは当初考えていなかった「オルタナティブ・ストーリー」^{*9}が生まれてくる可能性がある。

ライフストーリー・レビューは、1回では終わらず、繰り返し行われることが多い。だから1回のセッションで全部話そうとする必要はない。また、話す相手が違えば、内容も変わってくるので、友人・カウンセラー・同じ被害に遭った人、などに話してみると、別の角度から光が当てられ、違うストーリーが展開することがある。

繰り返すが、この方法では、重たいトラウマ記憶は扱えない。また、思い出すことでひどい苦痛が生じ、日常生活に支障が出るようならば、中止した方が良い。

ただ、人は自分の経験が何だったのかを理解したい存在である。自分の人生（ライフストーリー）の中に、理解しがたい経験がある、ということは落ち着きのないものである。実際には、被害に遭って、5年10年と経ってから、自分の経験を整理したくなった時に、このような形で語りを行うと、どういう経験だったのかということがわかってくる。

また、被害者のみならず、支援者も同じである。被害者に寄り添おうとすればするほど、同じような「言葉にならない領域」を心の中に作り出していく。「共感疲労」とか「二次的外傷性ストレス」(Stamm, 1999/2003) などと呼ばれるものである。被害に遭った本人は自分自身のことだから、怒ろうと悲しもうと経験を無視しようと、それは本人次第である。逆に、支援者には、自分自身のことでないからこそうまく処理できない感情というものがある。被害者を差し置いて、強い怒りを表現するわけにもいかない。個人の秘密を守らなければならないから、そういう事実も他人に話せない。そのようにして、ライフストーリーの中に、うまく語るができない領域が生まれ、支援を続けるに従って、その領域は増え続けていく。

だから、支援者も、秘密が守れる環境の中で、誰か信頼出来る人に聴き手になってもらい、あらためて自分自身の援助経験について語ってみると良いだろう。

④ どのようなストーリーが可能か？

そこで語られるストーリーは様々である。語る目的は、何かの結論を得るためでも、無理に自他を納得させることでもない。ただ語れば良い。語ることで、少しずつ細部を思い出し、順番が整理され、そのとき考えたことや感じたことを繰り返し語る。それだけで十分である。何かの結論を出す必要もない。

その中で、少しずつストーリーが変化する可能性はある。聴き手に話しかけているうちに、自分では思ってもいなかったようなことが、口をついて出てくるということもしばしば見られる。「そうか、自分はこんな風に考えていたんだ」という意外なストーリーが展開することもある。

これで、ライフストーリー・レビューとしての目的は達せられたことになる。

最後に一つ付け加えると、強力に人生に意味づけを行う「グランド・ストーリー」とか「マスター・ストーリー」とでも呼ぶべきストーリーパターンが存在しているのではないかと筆者は考えている。

それは、「自分は辛い目に遭ったが、同じ悲しみが繰り返されないようにする」という形を取るストーリーである。例えば、

- ・戦争被害に遭った人が、自分の辛い経験を語る場面をしばしば見る。それは、同じような戦争の被害を二度と起こして欲しくないからである。
 - ・自分の子どもを病気で亡くした親が、同じ病気を持つ子どもたちの支援に立ち上がる。
 - ・自分の子どもが遺伝病を持っていることに悩んだ親は、遺伝カウンセラーの資格を取って、同じ悩みを持つ親に対してアドバイスをする。
 - ・ひきこもりを経験した人が、ひきこもり者のためのカウンセラーとなって、支援活動を行う。
- などである。

では、被害に遭った人のマスター・ストーリーはどのようなものだろうか。それは、

- ・世の中にこういう被害があったことを伝え、同じことが二度と起きないように何らかの働きかけをする。
 - ・自分は被害に遭ったときに、多くの人に助けもらった。だから、今度は助ける側に回りたい。
- などというものであろう。

被害に遭うという経験は、言葉を失い、社会から切り離され孤立する、というものである。だとすれば、被害からの回復は、自分の経験に言葉を与え、それを社会に発信することにより、社会との絆を取り戻すことである。そして、もしそのことにより、同じ悲しみを味わう人が少しでも減るのであれば、自分の経験にも意味があった、ということになる。

⑤補足：社会構成主義という考え方

ライフストーリー・レビューの理論的な背景としては、「社会構成主義」^{*10}がある。社会構成主義は、「言語本位

(language based)」アプローチ (Crossley, 2000/2009) とも呼ばれている。これは、世界を認識するにあたって、言語の機能を重視する立場である。つまり、言語的に存在しないものは、認識できないし、それを伝えることも議論することもできない。従って、状況を表現する言葉が作られる必要があるし、それが社会に流布して理解が深まる必要がある。

また、社会構成主義という名称でわかるように、我々の認識は「社会的に構成される」ものである。

私 (I) は自分だけ (my own) で自分 (self) たりえているわけではない。そこには必ず誰か「対話の相手 (interlocutor)」がいて、私が自分で自分のことを理解しようと言葉 (my language) を紡ぐのを助けてくれる。(Crossley, 2000/2009)

つまり、語り手と聴き手の間の相互作用により、ライフストーリーは構成される。ここで言う対話の相手は、実際に具体的に話を聞いてくれる人でもあるし、同時にもっと大きな枠組みの社会も意味している。上述したように、社会の中に、ある問題を語るための言葉が用意されている場合もあるし、それを表現するのが社会的忌避になっている場合もある。例えば、異性愛に関するものは、文学・映画・音楽・絵画・雑誌・結婚産業などにおいて膨大な量の言葉やイメージが蓄積され、社会的にも語ることが公認されている。しかし同性愛については揶揄されることはあっても、まじめに語られることは少なく、またその蓄積も異性愛に比べると圧倒的に少なくなる。

では、犯罪被害についての言語はどうであろうか？社会の中には、被害者の人権であるとか、被害への対応、トラウマに特化された精神療法など様々な言葉が徐々に蓄積されつつある。これは10年前や20年前とは比較できない。被害を語る素地が少しずつ出来つつある。それでも、個人個人はいきなり「異文化状況」に突き当たる。準備など普通はできない。

それをどう言語化するのか、その意味は何かを考えるための方法が、ライフストーリー・レビューである。語り手は、聴き手を必要とする。語り手と聴き手の相互作用の結果として言葉は生まれ、それは徐々により広い社会とつながっていく。

(4) おわりに

被害者支援をしていて不思議に思っていたことがあった。性的被害に遭った人が、しばしば被害に遭った現場に出かけて行って、また同じような被害に遭うことがある、という話である。なぜそのような行為をするのか、色々な解釈が可能であろうが、一つは、「ストーリーにならないものをストーリーにする」という試みなのではないか、と今では思える。なぜ被害に遭ったのか、悪い

のは誰か、どうすれば避けられたのか。実際には記憶も曖昧で、何が起きたのかははっきりとはわからない。だから、被害者は現場に行き、確認作業をしようとするのではない。

人は一貫したライフストーリーを欲している。ただ、現実には様々な予測できない出来事に人生は左右され、逆にそのことで人生は複雑な陰影を帯び、人生の深まりを作っていく。

被害に遭うということは辛いことだし、理不尽なことである。ただ、人々はそういう運命に翻弄されるだけというわけではないだろう。そこから新たな教訓や意味をくみ出すことができれば、少なくとも「運命に負けなかった」と言えるのではないだろうか。

引用文献

- 1) Berger, P. and Luckmann, T. (1966). *The Social Construction of Reality: A Treatise in the Sociology of Knowledge*. Doubleday & Company, Inc., New York. 山口節郎 (訳) (1997). *日常世界の構成——アイデンティティと社会の弁証法*. 新曜社.
- 2) Crossley, L. (2000). *Introducing Narrative Psychology First Edition*. Open University Press UK Limited. 角山富雄・田中勝博 (監訳) (2009). *ナラティブ心理学セミナー*. 金剛出版.
- 3) Harman, J. (1992). *Trauma and Recovery*. Harper Collins Publishers, Inc. New York. 中井久夫 (訳) (1996). *心的外傷と回復*. みすず書房.
- 4) 宮地尚子 (2007). *環状島 = トラウマの地政学*. みすず書房.
- 5) 大久保孝治 (2009). *ライフストーリー分析——質的調査入門*. 学文社.
- 6) 千田有紀 (2001). *構築主義の系譜学*. 上野千鶴子 (編). *構築主義とは何か*. 勁草書房, pp.1-41.
- 7) Stamm, B.H. (1999). *Secondary Traumatic Stress: Self-Care Issues for Clinicians, Researchers, & Educators*. The Sidran Press. 小西聖子・金子百合子 (訳) (2003). *二次的外傷性ストレス——臨床家、研究者、教育者のためのセルフケアの問題*. 誠信書房.
- 8) 高松里 (2004). *セルフヘルプ・グループとサポート・グループ実施ガイド——始め方・続け方・終わり方*. 金剛出版.
- 9) 高松里 (2012). *社会的マイノリティへのまなざし*. 日本人間性心理学会 (編). *人間性心理学ハンドブック*. 創元社, pp.134-141.
- 10) 高松里 (2015). *ライフストーリー・レビュー入門*. 創元社 (近刊).
- * 1 当事者のみによって運営されているグループをセルフヘルプ・グループ、当事者以外の人によって運営されているグループをサポート・グループと呼んでいる。
- * 2 「ライフストーリー」とは、現在の時点から過去を見て、過去の様々なトピックスをどう繋ぐか、ということによって形成される。そのつなぎ方はその時々気分や状況によって変化する。ライフストーリーは、それが事実かどうか、ということとは関係がない。ある人が他者に語るライフストーリーは、語る度に更新され、何かが付け加えられ、何かが省かれる。あるいは同じ事実に対して全く違うストーリー展開がなされる場合がある。ライフストーリーの特徴については、大久保 (2009) を参照していただきたい。
- * 3 これらの問題は、すべてセルフヘルプ・グループやサポート・グループが扱っている問題である。つまりグループは、経験に言葉を与え、それを蓄積する場であると考えられる。
- * 4 「異文化度」という言葉はない。新語である。これは筆者が開講している「異文化理解の心理学」という学部1年生向けの授業の中で受講者が出してきた言葉である。
- * 5 EMDR (Eye Movement Desensitization and Reprocessing: 眼球運動による脱感作と再処理法) は、左右の眼球運動 (それ以外の刺激の仕方もある) をすることにより、トラウマ記憶を処理する。
- * 6 TFT (Thought Field Therapy = 思考場療法) は、ツボをタッピングすることにより、不安、恐怖、依存的衝動、心的外傷、怒り、罪悪感、強迫、パニック、自己破壊の状態、抑うつ、身体的疼痛、恥、能力の向上、イメージの困難さ、時差ほけなどを改善させるものである (日本TFT協会ホームページより)。
- * 7 マニュアルの詳細は、高松 (2015) を読んでいただきたい。細かな解説を載せている。
- * 8 カウンセラーは、ある特定領域については何でも知っている、というような専門性を持っていると、クライアントにとって役に立つ (高松, 2012)。書類の書き方から福祉で使える制度、法律家への相談の仕方、辛い時の時間の過ごし方などの知識と経験である。そういうカウンセラー自身が当事者性を持っている (被害経験を持つ) というのも十分ある。
- * 9 これまで何度も語ってきたストーリーを「ドミナント (支配的な) ストーリー」と呼ぶ。それに対して、ライフストーリー・レビューなどで相手に語ることによって、新たに見えてくるストーリーが「オルタナティブ (代替的) ストーリー」である。典型的には、「自分は無力だ」というストーリーから、「自分にもやれることがある」というような形に変化する場合が多い。
- * 10 「社会構築主義」と訳される場合もあるが、原語は同じである。現象学の流れをくむ社会学者、バーガーとルックマン (Berger & Luckmann, 1966) が提唱したとされている。歴史的経緯については、千田 (2001) を参照のこと。

