

2025年度 警察・支援センター合同セミナー

性暴力被害の現状と対応 ～聴き方とつながり方～

令和8年2月2日(月)

(公社)いばらき被害者支援センター

事務局長 公認心理師・臨床心理士

森田ひろみ

性暴力被害の現状と対応 ～聴き方とつなぎ方～

1. 性暴力とは
2. 性暴力被害者への対応
3. いばらき被害者支援センターについて

1 性暴力とは

- むりやり体をふれる・さわられる・さわらせる
- 下半身をぴったりと体にくっつけてくる
- 裸・性行為の写真・映像を見せられる
- 下着姿(したぎすがた)や裸・性行為の写真をとられる・送られる
- イヤらしい言葉を聞かせる・言わせる
- レイプ……など
- 性暴力とは、男性→女性、男性→男性、女性→女性、女性→男性などの場合がある

望まない性的な行為のすべてが「性暴力」！？

「NO!」と言うことは難しい

- 何をされているか自体が分からない・気づけない
- 「NOと言わなかった」「いいよ」と言ったからと言って、同意した訳ではない。
- 子どもの頃から、常に「大人の言うことを聞きなさい」「年上の人の言うことは聞きなさい」と言われていると「NO」ということ自体が難しい
- 見せかけの信頼関係を築いて被害者に近づき、性暴力を振るわれる
- 脅される(親が悲しむよ、怒られるよ、誰も信じてくれないよ)
- 記憶があいまい(解離・健忘)

グルーミング(手なずける)

被害者の心情・行動を操作し、性暴力を行いやすくする
被害者の自責感を抱かせる

- 遊ぶ振り
- 教育・指導する振り
- 関心・ほめる振り
- 恩をきせる
- 恋愛・愛情をよせる振り

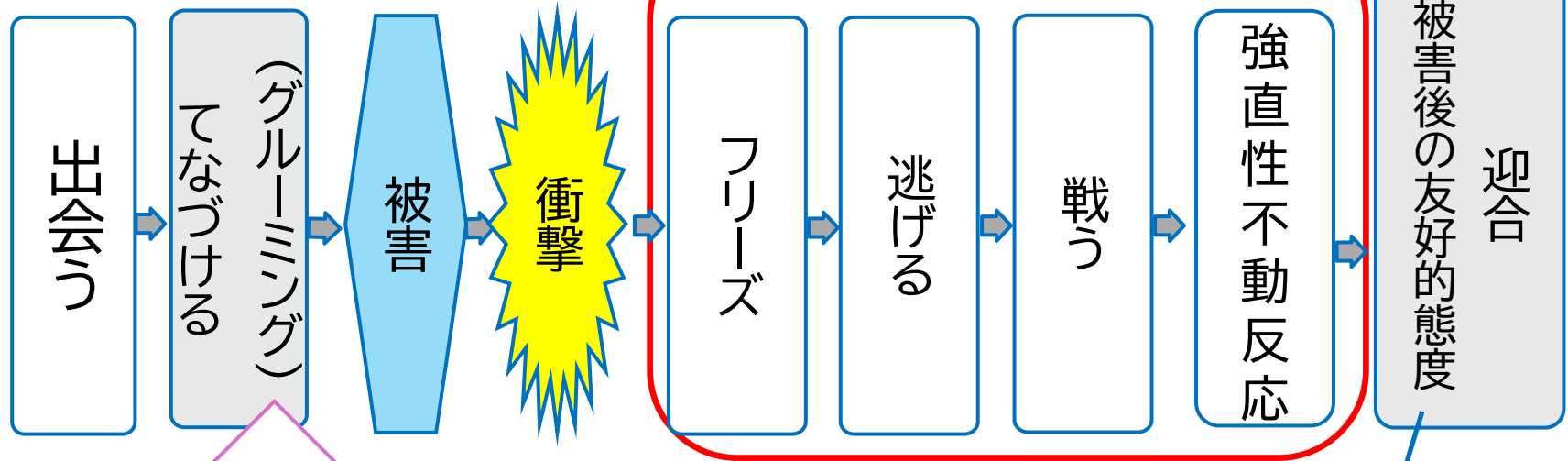
年齢・力・立場などの
差を悪用する

被害者本人も
被害と気付かない

性暴力被害に遭うということ

逃げられない
イヤと言えない
応じざるを得ない

なんか変？
でも…



僕だけが味方だよ 愛しているよ
君は特別だよ 皆していることだよ
ふたりだけの秘密だよ

被害に遭ったと思いたくない
今後もうまくやっていきたい

境界線(バウンダリー)という概念

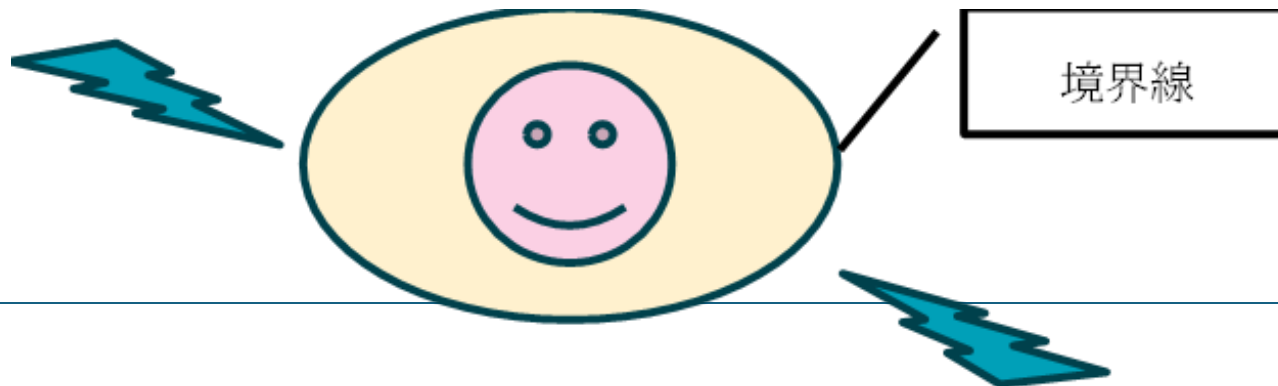
- 3つの境界(自分が「安心だ」「安全だ」と感じられる領域を守る線)

物理的境界線 心理的境界線 社会的境界線

- この境界線により自分の領域を守る

暴力とは、この「領域」を侵害する行為

- 被害者が、「イヤだ」「不愉快だ」と思わなくても、或いは、その行為に気付かなくても、境界線を侵害する行為は「暴力」



性的な行為により境界線を 侵害することは性暴力

- 100%嫌ではなかった
 - だからと言って、OKではない
- 性的な快感を感じた
 - 感じたことに責任はない
- 境界線の侵害だと気付かなかった(ズボンおろし、スカートめくり)
 - 周囲が気づくことが重要

男児の性被害

- 「あそびだ」「冗談だ」「親愛の情だ」(ズボンおろし 性器触り)
 - ← 境界線の侵害
 - 「男性が性暴力に被害に遭うはずがない」「抵抗できるはずだ」
 - ← 社会と自身の偏見に苦しむ 抵抗できるとは限らない
 - (加害者が女性の場合)「よかったじゃない」
 - ← いつ、どこで、誰と、性的な行為をするかは自分が決めること
 - 意に反しての勃起・射精
 - ← 恥辱感、ジェンダーの混乱
- 感じたことに責任はない

2 性暴力被害者への対応

- ①トラウマ反応を理解する
- ②トラウマ反応に気づく
- ③聴く
- ④つなぐ

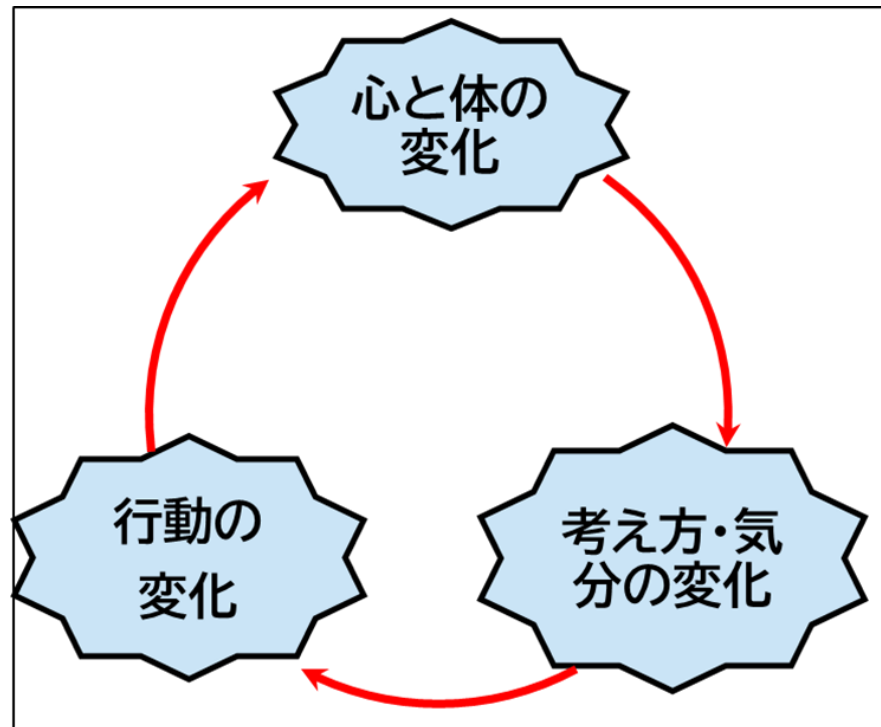
①トラウマ反応を理解する

被害者本人・家族・周囲の人

トラウマ反応とは、異常な出来事(性暴力)に対する

「正常な反応」

- 心と体の変化
- 考え方・気分の変化
- 行動の変化



こころと体の変化

- ◆ 衝撃・否認(直後の反応)
- ◆ 再体験
- ◆ 回避・麻痺
- ◆ 過覚醒
- ◆ 体の反応

衝撃・否認(直後の反応)

- 「本当のことだとは思えない」「信じられない」という否認
- 「頭の中が真っ白」「何も考えられない」
- 「物事がよく理解できない」(年齢・グルーミング)



この子・この人は大丈夫！！！！と思われてしまう

再体験

- 意思に反して事件の場面が頭の中に浮かぶ

- フラッシュバック(再体験の最も激しい症状)

被害当時の「におい」「ケガの痛み」「恐怖感・屈辱感などの心理状態」などの再現(冷凍保存された記憶)

- 同じような事件のニュースなどを見ると気分が悪くなる

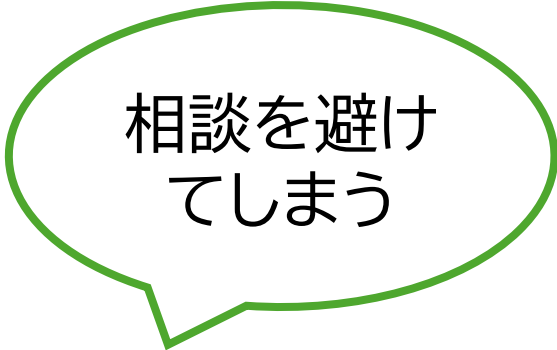
- 悪夢 → 不眠 → 集中困難

- ゲームやスマホに集中し、倒れこむように眠る

- 辛い体験をまぎらわせるために、リストカット・薬物等への依存

回避・麻痺

- 「再体験」の反動ともいえる症状
- つらい体験を思い出さないように、関連することを避ける
- 被害現場付近を避ける → 遠回り
- 加害者と似た人・性別を避ける
- 痛み・寒さ・空腹を感じない
- 何事も楽しくない・感情がわからない
- 物事への興味関心が薄れる



相談を避け
てしまう

過覚醒

- 常に極度な緊張状態
- 小さな物音や人の動きに対して、飛び上がるような過剰な驚き（驚愕反応）
- 寝つきが悪い
- イライラする
- 物事に集中できない

新聞・本・書類の内容が頭に入らない

何度も同じところを読んでしまう

体の反応

■緊張 → 食欲不振 頭痛 腹痛 下痢

肩こり 動悸 息苦しい 喉が詰まった感じ

■不眠(睡眠障害)→ 医療機関を受診

→ 集中力の低下, イライラ

→ 薬物への依存問題

■ストレスにより免疫力が低下

考え方・気分の変化

■自責感

■無力感

■孤立感

■社会への不信・恐怖

■強い怒り → 加害者

周囲に人々(対人関係の悪化)

自分自身(自殺)

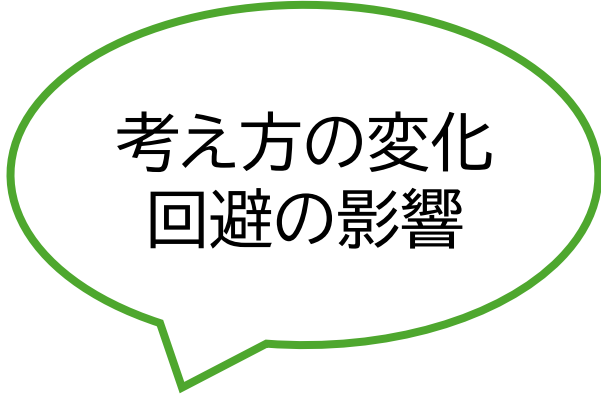
被害者本人(家族・周囲から)

■ハイテンション・過活動

誰かに相談することなんて
考えられない！！

行動の変化

- 学校に行けない
- 退行(赤ちゃん返り)
- 他人との接触を避ける
- 行動の範囲が狭くなる
- 一人きりになることが難しい
- 過剰な他者との接触
- 逸脱した行為
- 自傷行為
- 物事・勉強に過集中 ← 大丈夫だね？



考え方の変化
回避の影響

変化の理由

対処できない程の衝撃に対する自己防衛反応

- 起きた出来事(犯罪)が異常なことであって、これらは正常な反応
- 正しい反応が、事件後も続いている状況

■再体験 ← 危険な出来事を忘れず、油断しないため

■回避・麻痺

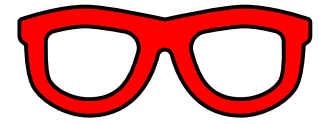
■過覚醒



再被害に遭わないために警戒

■体の反応 ← 今はとにかく自分を大切にしよう、休もう

②トラウマ反応に気づく



■大人・周囲が気づく(トラウマめがね)

「この子・この人に何が起きているのだろうか？」

被害者等自身もトラウマ反応に気づいていない

子ども自身が自分の変化に気づくのは難しい

暴言
暴力
キレる

感情をコントロールできない(情動調節障害)

不眠 悪夢 過覚醒 再体験

リストカット 薬物依存

回避 再体験 解離

自分なりの自己コントロール

「自分を守るためにがんばったんだよね。でも、他の方法を一緒に考えよう」（受容とエンパワメント）

不特定多数との性行為(性非行)

性加害行為

トラウマによる性的言動の変化

自分なりの自己コントロール

恥辱感

復讐

トラウマの再演

③ 聴く

- 守秘義務があることを告げる
- 被害者にとって「**安心・安全**と感じられる場所・環境」
 - どこで聴くか？ 落ち着いて話せる場所に移動
- 大きすぎず 静かな声で問いかける
- できれば複数の人数で対応
- 寄添い・共感

聴く

- 疑わない・否定しない・動揺しすぎない

- 誘導せず、語られるままに聞き取る

メモを
取りながら

→ 詳しい聞き取りは「警察」「兇相」に

- あくまでも、被害者本人の同意に基づいて、進めていく……

ただし、被害者の安全を最優先に

質問の作法

質問は相談者の内面に侵入するもの
相談者を傷つけないよう慎重におこなう

■質問をする理由を述べる(ノック)

- ◆ あなたの身の安全を図ることが大事だと思うので、お聴きしますが
- ◆ 何か不安・心配なことはありますか？
- ◆ これは、お薬を購入される方全員にお聴きしているのですが・・・

言葉よりも姿勢

- 座る位置・・・やや斜め
- 自然な表情・姿勢はやや前かがみ
- 視線は来談者の鼻の下あたり
- ゆったりとした口調・少し低めの落ち着いた声
- 共感をもつてのあいづち・うなずき

緊急度をはかる

- 被害状況
いつ
どこで
誰が
どのような被害
にあったのか？
- 加害者の状況
- 被害者と相談
者の関係

- 生命身体の危険度
- 妊娠・性病の危険
- 再被害の可能性

- 児相
- 警察
- 医療
機関

③ 伝える

あなたは被害者である

- ねぎらう「よくお話してくださいましたね」
「相談すること、それ自体が、あなたの力です」
「よく独りでここまで、頑張ってきましたね」
- 「性暴力とは何か」
- 被害の責任は加害者にある
- 相談できる機関を紹介する
「あなたをサポートしてくれる所がありますよ」

④支える 被害者を支える

- 未成年の場合は、保護者に伝えることを促す
- 警察・児相に通報する・相談することを促す
- 迅速に対応する強い感情を受け止める(「そう思うのも当然よ」)
- 難しい要求には「難しい」と伝える(あいまいな対応をしない)
- 「性暴力被害者サポートネットワーク茨城」のリーフレットを渡す(領収書を無くさないで)

こんな時は・・・

■うちの子の将来が心配

あった出来事を消すことはできません。でも、
これからのことは、いくらでもかえることができます。

■元気そうに学校に行っているから大丈夫ね

本当に、そうでしょうか。

これは、性をつかった「暴力です」

こんな時は・・・

- 〇〇を犯罪者にするのか？

これは、犯罪です。性暴力です。

被害者と加害者の間に、線を引き、それぞれに対応していくことが大切です。

- 加害者の将来をダメにしてしまうかも

同じ、親として、いろいろと考えてしまいますよね。

でも、今は、ご自身のお子さんの事を一番に考えましょう。

こんな時は・・・

- 家族がバラバラになったら、どうしよう。

家族のことが心配なのね。

でも、それは、あなたのせいではないわ。

そうなった責任は加害者にあるの。

あなたは、被害者なのよ。

3 いばらき被害者支援センターについて

- 被害者支援を専門に行う非営利な民間団体
- 犯罪被害に遭われた方やそのご家族だけでなく、
周囲の方からの相談にも対応
- 全ての支援は無料
- 会費・寄附金・助成金等で運営

いばらき被害者支援セン
ターのQRコード



公益社団法人 いばらき被害者支援センター

1995年「水戸被害者援助センター(旧称)」設立

於 常磐大学内(非公開)

2001年「社団法人いばらき被害者支援センター」と名称変更

2002年 茨城県公安委員会より「犯罪被害者等早期援助団体」

に指定（全国で2番目）

2011年11月 茨城県より「公益社団法人移行」の認定を受ける

2015年11月 「性暴力被害者サポートネットワーク茨城」を開設

2020年10月 事務局を茨城県水戸合同庁舎 6階に移転

性暴力被害者サポートネットワーク茨城

2015年より

センター拠点連携型ワンストップセンター

- 茨城県産婦人科医会(協力病院 45病院)
- (一社)茨城県医師会
- 茨城県警察
- 茨城県
- (公社)いばらき被害者支援センター

性暴力被害者サポートネットワーク茨城のQRコード



性暴力被害者サポートネットワーク茨城 ～いばらき被害者支援センターができること

- ①電話相談 性暴力の被害にあわれた方や、その家族の方などの相談に応じます。
- ②面接相談 電話相談後、必要に応じて、直接お話をお伺いします。
- ③直接的支援 病院や警察、関係機関への付添いを行います。
- ④医療費助成 産婦人科医療機関の紹介や、緊急避妊措置料・性感染症検査費用等の助成を行います。

電話相談

全国共通
短縮番号

は や く ワンストップ
#8891

または
TEL.029-350-2001

相談時間 10:00～17:00(土日、祝日、年末年始は除く)

メール相談(24時間受付)

higaishasoudan@pref.ibaraki.lg.jp

詳しくは、こちらから県HPをご覧ください→

※メール受信後、相談員より連絡します。



センターの支援内容

相談は全て無料！

電話相談

- ・ 相談
- ・ 法律相談
- ・ カウンセリング
- ・ 心理教育
- ・ 情報提供
- ・ 産婦人科病院の紹介

面接相談

- ・ 相談
- ・ 法律相談
- ・ カウンセリング
- ・ 心理教育
- ・ 情報提供

直接的支援

- ・ 警察・検察庁付添い
- ・ 病院付添い
- ・ 行政窓口への付添い
- ・ 傍聴付添い
- ・ 代理傍聴
- ・ 生活支援
- ・ 公費による医療費補助(領収書が必要)

「性暴力被害者サポートネットワーク茨城」の リーフレットをお渡しください

- 性暴力被害に遭った方をサポートしてくれるところがあるんだけど...
- 薬を購入された方全員に、このリーフレットを必ず渡すようになっているの。
- 匿名で電話相談ができますよ(センター・警察「勇気の電話」)
- 領収証を無くさないでね → 公費負担制度

最後に

ひとには、回復する力があります。

被害からの回復は、被害の重さよりも「本人のレジリエンス力」と
「周囲から受けたサポートの質」によると言われています。

性暴力被害にあった方たちの将来ために、
この講義が参考となりましたら幸いです。

ご清聴ありがとうございました。

参考図書・HP

- 「子どもへの性暴力 第2版」 藤森和美・野坂祐子編 誠信書房
- 「性暴力被害の実際―被害はどのように起き、どう回復するのか」 齋藤 梓、大竹裕子 編著 金剛出版
- 「男性の性暴力被害」 宮崎浩一・西岡真由美著 集英社新書