

性的暴行の被害者と話す時のヒント

性的暴行の被害を打ち明けられた時、何と声をかけるべきか容易に判断できるとは限りません。相手が友人や家族であればなおさらです。被害者にとっても、大切な人に打ち明けるのはとても難しいものです。どうか、できる限り相手を思いやり、余計な判断を挟まずに耳を傾けるようにしてください。地域のホットラインへの相談、医療機関の受診、警察への通報の方法など、情報を提供することが被害者の助けになることもあります。ですが、大抵の場合は、ただ話を聞くことが被害者にとっては一番の力になります。

被害者の回復過程を支えるためには、次のような言葉をかけることが望ましいでしょう。

「あなたの話を信じる」 「話すのに勇気が要っただろうね」

被害者にとって、暴行について話すのはとてもつらいことです。自分を恥じていたり、話を信じてもらえないのではないかと、非難されるのではないかなどと心配している場合もあります。「なぜ」という質問や、あれこれ探るような話は専門家に任せておきましょう。ただその人を思いやること、それがあなたの仕事です。多くを語らないからといって、暴行が事実ではなかったと推測したりしないようにしましょう。衝撃的な出来事に対する反応は、人によって違うものです。あなたにできる最善のことは相手を信じてあげることです。

「あなたのせいじゃない」 「あなたは間違ったことをしていない」

加害者が知り合いだった場合、被害者は自分自身を責めてしまうかもしれません。暴行が起きたのは被害者のせいではないことをしっかりと、場合によっては繰り返し伝えましょう。

「あなたは一人じゃないからね」 「あなたのことを思っている。そばにいてあげるから、できることは何でも言って」

あなたがそばにいること、話をする気になったらいつでも聞く準備があることを伝えましょう。また、被害者の周りに安心して相談できる相手がいるかどうかを判断し、この経験から立ち直るために協力してくれる支援機関があることを教えましょう。

「そんなことが起きてつらかったでしょう」 「なんて理不尽な出来事」

暴行が被害者に深刻な影響を及ぼすことを理解しましょう。「本当に大変な思いをしたね」「話してくれてありがとう」などの言葉をかけると、あなたが相手を思いやっていることが伝わります。

継続的な支援

性暴力の被害は、いつまでに回復するなどといった予測は不可能です。もし、誰かがあなたを信頼して被害のことを話してくれたなら、次のような方法で、この先もずっと助けになりたいという姿勢を示しましょう。

- 余計な判断を挟まない。長期にわたって被害の影響に苦しむ被害者を見るのは、つらいことかもしれませんが、それでも、「ずっと苦しんでばかりじゃないか」「いつまでそんな気持ちを持ち続けるの？」など、回復に時間がかかることを責めるような発言はしないでください。
- 定期的に連絡をとる。長い月日が経過しても被害の痛みが消えるわけではありません。被害者と定期的に連絡をとり、今も変わらず心と体の健康を心配していること、彼らの話を信じていることを伝えてあげましょう。
- 相談できる場所を知る。あなたは頼りになる支援者ですが、他人の健康を管理できる態勢が整っているわけではありません。全国共通のホットライン、性暴力に関する地域の支援機関など、被害者に紹介できる相談先を知っておきましょう。

あなたや周りの誰かが性暴力の被害に遭ったとしても、あなたは何も悪くありません。決して一人ではないことを忘れないでください。