

## トラウマからの回復と社会の修復 分断と再演を超える

野坂祐子著

金剛出版, A5判 230頁, 3,850円, 2025年8月刊

(日本うつ病センター・六番町メンタルクリニック)

清水加奈子

トラウマインフォームドケアという用語をここ数年よく耳にするようになった。日々触れている臨床の泥臭さに比べると、洗練された聞き心地、なんとなくわかるようでいて、さあ実践しようといろいろ考えだすと、どこかぎこちなくなってしまうようだ。

臨床実践と学術用語。この両者にはいつも埋めがたい間隙がある。その絶妙な距離感を保ちながら、著者は、自然と両者をつないでいく。そして読者は、気づけば双方向への理解を深めていることだろう。

本書は「トラウマを理解する」「トラウマインフォームドケアの臨床応用」「性的トラウマの理解と支援」の3部構成で、全部で16章から成り立つ論文のアンソロジー。とくに著者の関わってきた心理相談室や学校、児童福祉領域から、トラウマを抱えた子どもたちとの関わり、性被害、性加害など性的トラブルの問題が広く取り上げられている。全編を通して、トラウマを理解し、その可能性や影響を考慮に入れながら、アセスメントや対応をおこなうこと、すなわち「トラウマインフォームドケア」の実践に基づいた考察である。

クライアントあるいは患者のわかりやすい行動化にばかり気を取られ、ついつい見落としてしまうところ、何気なくて軽視しがちなところ、良かれと思っていたら、知らないうちに逆効果になっていたところ。本書では、トラウマ臨床でのそうした大切だけでもわかりにくいところが丁寧に拾われて、次第に見えにくかったトラウマの輪郭が浮かび上がり、影で疼いていた傷が次々と「見える化」されていく。

たとえば、小児期トラウマがある人は、ネガティブなライフイベントに遭遇したときに怒りを感じやすくなるという。怒りの感情表出にはAnger-OutとAnger-In、二つの方向性があり、Outとして攻撃的な行動で出てくればわかりやすいのだが、怒りの

感情を抑制し、内面で思い悩むAnger-Inも生物学的性差にかかわらず、トラウマとの関連があり、しばしば見過ごされてしまう。

とある児童施設の子どもは、ほめられると「うれしいけれど、イライラ」してしまう。ほめる支援は、ときにトラウマの影響にさらされてきた子どもたちには苦痛の種にもなるのだった。

「見える化」は、クライアントや患者だけでなく、支援者の二次受傷や加害者の臨床にも広げられていく。支援者にとって、トラウマの景色の見えなさは致命的であるが、本書では、「環状島」モデルという見取り図を用いて、トラウマの臨床現場の力動を俯瞰している。それは支援者の心理教育のみならず、ひいては被害者支援に役立つものへとつながるのである。

しかしながら、トラウマという語りにくいことを確かな言葉で語ろうとすればするほど、どうしてもぼろぼろとこぼれ落ちていくものがある。「トラウマだと語った途端、説明できなくなることがある気がする」のである。だから、あとがきにあるように「トラウマインフォームドケアで『見える化』するものはトラウマの影響ではなく、その人自身でなければならぬ」と肝に銘じながら、私たちは「見える化」するための「トラウマメガネ」が曇らないように、事あるごとに磨く必要があるのだろう。本書は、そうした磨きにも必須の一冊である。