

傷つきを見つめて 問題解決力つける

虐待する親にケア

子どもに虐待をしてしまう、あるいは過干渉になってしまう親は、本当に「毒親」なのでしょうか。虐待をした親向けケアプログラム—MYTREEペアレンツ・プログラムが日本でできて19年。コロナ禍のなかでも実施した東京と奈良の2人に聞きました。(都光子)

MYTREE
奈良グループ

栗本久仁子さん



プログラムの教科書『虐待・親にもケアを生きる力をとりもどすMYTREEプログラム』(森田ゆり・著 薬地書館 税別2400円)を手に

私はこのプログラムを始めて今年度で7年になりました。もともと児童相談所の職員で、虐待を受けている子どもとその親をみてきました。子どもは親から暴力を受けていても、親に甘えたい。一緒にいたい。だから暴力をふるわないでほしい、変わってほしいと願っていて、けっして親と離れてうれしくないわけではありません。児童時代にMYTREEペアレンツ・プログラムに出あい、子どもが早

「アフターケア相談所ゆずりは」(東京)

広瀬朋美さん



プログラムでは、「怒りの仮面」のイラスト(横)を使って説明します

「否定の言葉ばかりで生きてきました」「初めて私でも生きていいんだと思えました」プログラムを修了した女性たちの感想です。「だからおまえはばか

「連鎖」は思い込み 人権知り生きる力学ぶ

でも24時間となっていてはわかりではないんです。自分を愛えたいと願って、あらゆる子育て講座や親たちの集まりなどに出て、結果さらに傷ついたり、このプログラムにたどりついたという親が多い。MYTREEでは「怒りの感情は大切」と伝えられています。その裏に、ケアしてこれなかった本当の自分の気持ちがあるから。大事にしているのは「自分の気持ちに正直であること」です。「ゆずりは」は、児童養護施設など社会的養護下で育った人の自立後のサポートをします。虐待や不適切な環境下で育った人が子育てに直面し、自己責任の名のもとに、孤立した子育てを強いられる現状や、「虐待は連鎖する」という社会に広がる思い込みにより、追い詰められている

MYTREE ペアレンツ プログラム

※MYTREEペアレンツ・プログラム「セルフケア」と「問題解決力」を回復することで、虐待行動の終止を目的としたグループワーク。10人前後の親が毎週または隔週で13回のセッションと3回の個別面接を行う。児童相談所や家庭児童相談室、民間団体が主催。来年度のプログラム実施詳細は <https://mytree-p.org/>

抑圧した感情出し 怒りの裏に悲しさ・悔しさ

親と暮らせるようになってくると、親に思っている感情を吐き出し、抑圧してきた正直な気持ちを語ります。夫やパートナーからのDVをはじめ、家族などから性被害を受けていたことを初めて語る方もいます。これまで誰にも言えず抑圧してきた感情です。聴いているほかの人も涙します。プログラムでは「怒りの仮面」を学びます。怒りは実は仮面で、その裏には悲しさ・悔しさ・怖さなどの別の気持ちが潜んでいることに気がきます。本来は親やパートナーに向けられるべき複雑な感情がケアされてこなかったと気づきます。過去の「傷つき体験」からくる未解決なままの感情をしっかりと感じてケアすることで、子どもとの関係にも変化が現れます。子どもの気持ちを大切にし、子どもと向き合おうとします。児童虐待や子どもへの貧困は、子ども自身に目を向けると共に、親のケアが必要だということをつくづく感じていきます。

親は「すべての人が生まれながらにして持つ生きる力」。自分自身を大切にすること、子どもにも人権があること、多様な人がいることがわかってくると、問題を解決する力がどんどん回復していきます。親たちが本来の自分自身が生きる力を取り戻す中で、子どもとの関係も変化します。「傷つき体験」により子どもとの関係に苦しむ親たちにぜひ受けてほしい。