

Praise the brave(プレイズ・ザ・ブレイブ)

『性暴力被害当事者が語るトラウマインフォームド・ケア』講座・研修のご提案

ぜひ開催をご検討ください

後援：特定非営利活動法人全国女性シェルターネット

『トラウマインフォームド・ケア（TIC）』とは、トラウマの影響を理解し、誰もが安心して生活できる環境をつくろうとする公衆衛生的な概念で、社会にトラウマ（心の怪我）に配慮したバリアフリーを用意しようという考え方といえます。身体に障がいがある人でも安心して自由に生活できることを目指し社会に点字ブロックやスロープを設置するように、トラウマの影響がある人も安心して自由に生活できる社会にしようという考えです。1990 年代からアメリカで発展してきた考え方で、日本にも浸透しはじめました。

トラウマ（心的外傷）とは、生命や尊厳に強い衝撃を与える出来事によって引き起こされる心の怪我で、犯罪・事故・震災などでも持ち得ますが、海外研究では特に性暴力や DV の被害者は PTSD（心的外傷後ストレス障害）を発症しやすいといわれています。

「男女間における暴力に関する調査」（内閣府・令和 5 年度調査）では、不同意性交等の被害経験がある女性は約 12 人に 1 人、配偶者から暴力を受けた経験がある女性は約 4 人に 1 人、男性は約 5 人に 1 人という結果がでており、既に社会にはたくさんの TIC を必要としている人がいるはずです。

この講座・研修では**社会においての暴力被害の実態、講師自身の被害体験と回復の経緯の資料を交え、ポリヴェーガル理論に基づいた被害時の反応について、トラウマからの回復の三段階、PTSD/C-PTSD、解離症状**などを解説し、より深い理解を促進、トラウマの影響のある人の安全度を上げ、ケアを実践する側の安全も高めることが目的です。

※被害体験の共有を参加者に求めることはありません。※参加者への心理的安全に配慮して進行します。

- **所要時間**　80分~1日程度・応相談 性暴力についての基礎講座を含む場合は、90分以上推奨
- **実施方法**　対面・オンライン・ハイブリッド対応可能、アーカイブ公開対応可能
  一部を除き資料配布可能（コピー転用不可）、全国出張可能
- **対　　象**　支援者・支援団体、一般企業、メディア関係者、一般市民等
- **講　　師**　Praise the brave 八幡 真弓 性暴力・DV被害者支援＆当事者、『トラウマの国のアリス』著者
- **講師費用**　応相談
- **実施人数**　特に制限なし、少人数～多数対応

● お問合せ　praise.the.brave@gmail.com　https://www.praisethebrave.com/

Praise the brave（プレイズ・ザ・ブレイブ）とは、『勇敢さを讃える』という意味。
DV・性暴力被害を含めた全ての暴力被害当事者に向け、「カミングアウトや、加害者糾弾を伴わなくとも / できなくとも」乗り越えられるよう提案する活動をしている。2018 年から、当事者に向けた発信活動「＃remetoo」や、イベント開催、講演等の啓発活動等を実施している。

● 参加者の声 (順不同)

フェリス女学院大学国際交流学部　准教授　山本千晶さん
「毎年、講義やゼミにゲスト講師としてきてもらっています。被害者へのステレオタイプや被害回復のための支援、トラウマインフォームドケアなど授業のテーマや規模に応じた話題を提供していただいています。八幡さんの講義のあとは多くの学生たちから被害の経験が寄せられます。それを授業内で共有することで、自責感情から誰にも話せなかった学生が「自分だけではない」と勇気づけられる、そういうエンパワーメントにつながる流れができることが一番の成果だと感じています」

支援相談員　匿名さん
「当事者にしかわからない、当事者にしか語れない、でも少しも感情的でなく、理路整然と理論的。そんな貴重な時間でした」

放送レポート編集長　岩崎貞明さん
「講演を雑誌『放送レポート』に掲載した際、誌面の都合で割愛したイメージワークが、強く印象に残っています。性暴力被害者が毎日のようにひどい二次加害を受けていること、それにテレビなどが加担してしまっていること――メディアにかかわって仕事をしているすべての人が、常に気を付けておかなければならない大事なポイントだと思いました」

フリー編集者　杉村和美さん
「トラウマへの対応と言うと、今までは精神科医など専門家が対応するものと思っていました。トラウマインフォームド・ケアとは、トラウマの基礎を理解し、心のケガに対してバリアフリーを提供するようなものとのこと。多くの人が学ぶことで、誰もが生きやすい社会になるのではないかと思いました」

● 推薦者 (順不同)

一般社団法人社会的包摂サポートセンター　遠藤智子さん
「女性相談は難しいです。相談事業に関わって２０年を超えましたが、女性相談は本当に難しい。中でも気になるのは、相談を受ける側にPTSDと解離についてイメージがないと「見立てが浅くなる」こと。相談を受ける側は、当事者の抱える真実についてもっともっと知らなくちゃならないと思っています。ぜひ、相談支援のアップデートのために、多くの皆さんが最新のPTSDの知見を八幡さんという当事者から学ぶことをお勧めします」

メディア総合研究所所長　谷岡理香さん
「メディア界においても、性被害の実態が明らかになってきたのは最近の事です。数字に表れる以上に私たちの身近な所に当事者がいることでしょう。八幡さんは支援者という立ち場、かつ、自身の被害と回復の軌跡を冷静に語る当事者性という2つの視点から「知る」ことの重要性を教えてくれます」

こころとからだ 光の花クリニック 日本精神神経学会専門医　白川美也子さん
「女性支援の現場で育つことによって培われたフェミニストとしての視点、相談員としての豊富な経験、そして性暴力及びDV被害当事者として回復してきた体験が、天性の研ぎ澄まされた知性と論理性、優しさと利他性、芸術的なセンスにあいまって渾然一体となっているのが八幡真弓さんの稀有な魅力です。多くの方に彼女の語るトラウマインフォームドケアの講義を聞いてほしいと思います」

● 講師プロフィール 八幡 真弓 性暴力・DV被害者支援&当事者、Praise the brave代表、『トラウマの国のアリス』著者

東京都・拠点。女性支援家の母をもち女性支援の周縁で成長、30代頃に性暴力・DVの電話相談員となる。同じ頃、ネット動画中継の業界で起業、同業界の男性から長期間の性暴力に遭う。その後、一般相談・自殺相談の相談支援に従事するが、複雑性PTSDと診断され静養。2018年に「Praise the brave」を立ち上げ、当事者に向けた発信、イベント開催、執筆、講演等の啓発活動を実施。

トラウマフォーカス認知行動療法修了、DV・性暴力被害者支援員、解離に苦しむ当事者を支援するための養成研修修了、TI（Trauma-Informed）サポーター/コーディネーター認定、トラウマインフォームド・プラクティショナー（Certified Trauma-Informed Practitioner／Trauma Informed Care Institute認定）

2009年-2011年 DV・性暴力・LGBTQ+相談電話 相談員
2012年-2018年 全国規模24時間電話相談事務、相談員、アシスタントコーディネーター、専門ライン統括アシスタントコーディネーター
2018年　任意団体 Praise the brave　活動開始
2021年　こころのケアとレジリエンス研究センター　事務局
2022年　STAND Still東京（性暴力サバイバーが写真を通して表現する活動）理事
2022年　バブソン大学（Babson College）Leadership Program for Women & Allies: From Opportunity to Action 修了
2022年　フィッシュファミリー財団　JWLI（Japanese Women's Leadership Initiative 日本女性リーダー育成支援事業）　修了
2025年　大阪府性犯罪・性暴力被害者支援有識者検討会議 オブザーバー就任
2026年　トラウマインフォームド・プラクティショナー認定（Trauma Informed Care Institute認定）



2026年3月発売



八幡真弓 著・カバーデザイン・イラスト
『トラウマの国のアリス 解離性障害と性暴力被害』
生活思想社

● お 問 合 せ　praise.the.brave@gmail.com　https://www.praisethebrave.com/