

# 活動成果報告書

平成28年度（第20回）「チヨダ地域保健推進賞」

活動テーマ

DVや幼少期に経験した虐待などのトラウマを抱えている女性への支援

応募グループ名称及び氏名（グループの場合は代表者名）

蒼い空の会

代表者：西尾 美恵子

勤務先：さいたま市中央区保健センター

所 属：保健指導係

所在地：〒338-0003

埼玉県さいたま市中央区本町東4-4-3

TEL：048-853-5251

FAX：048-857-8529



## ◇活動方針

- ・DV被害や幼少期の虐待などにより傷ついた女性と親子への支援
- ・「自分が自分でいい」と感じる力を取り戻せる支援

目的：DVや幼少期に虐待された経験がある場合、暴力の影響により、自尊感情や自己肯定感が下がってしまい、生きづらさを抱える人が少なくない。また、DVについて、まだ社会の理解が十分ではなく、相談しづらい環境や孤立しやすい現状がある。そのため、安心、安全な時間と場所を作り、参加者のエンパワメントをはかることを目的に心理教育的アプローチをする。

## ◇活動内容とその成果

### ① 月1回以上のグループでの勉強会を実施した。

DVや虐待の影響やDVの中にいる子どもについて、その支援に関する資料、文献などを用いて勉強会を実施したことで、より理解が深まり、より良い相談支援やイベントの企画などの実践につながった。

### ② 相談業務の中で、必要時心理教育を活用した支援を実施した。

相談者からは、「DVについて教えもらったことで、何年ももやもやしていたものの整理ができ、気持ち楽になった。」「境界線を学んだことで自分を守る行動がとれるようになった」「自分は自分と思えるようになった」などの発言がみられたことから、相談者の精神的な安定やエンパワメントの効果があつたものとする。

### ③ DV被害等の傷つきを体験した女性や親子のケアを目的とするイベントを年2回（夏、冬）開催した。

# 活動成果報告書

- ・イベントの企画、準備のための打ち合わせ、媒体づくり
- ・アートセラピスト、DV被害者支援アドバイザーに講師依頼(NPO 法人レジリエンス)

## <タイムスケジュール>

1. お絵描きで自己紹介
2. ワーク(モバイル作り、粘土、プラバン、絵本作り等)
3. 大人はピアサポートグループ、子どもは別室でアートと自由遊び
4. 終わりの会・・・大人にはメッセージカード、子どもにはメッセージ入り手づくりプレゼントと、お菓子をプレゼント。クリスマスにはサンタとトナカイ登場

・イベントの目的は、参加した女性や親子が楽しい時間を共有し、人とのつながりや一人ではないという思いを感じられることとし、家族でのイベントが多い、夏休みや冬休み、クリスマスなどは気持ちが揺れやすい時期に開催した。また、アートを取り入れ、感覚を使うことで直接的に語らなくても心をほぐすことができ、自分で選択してよい、評価されない体験を取り入れた。

・年2回、夏休み、クリスマスに親子イベントを実施した。去年は、大人延べ13名、子ども延べ10名参加。過去3年間で6回実施した。参加者からはまた来たいという感想が多く、リピーター参加者も多い。

アンケートから「暖かい空間だった」「アートに夢中になれ楽しかった」「自分だけではないと思えて勇気づけられた」「親子の時間を作れて良かった」などの感想が聞かれている。ピアサポートグループでは、素直な自分の気持ちや心の揺れ、抱えている課題を語り共有することができていた。子どもからは「楽しかった」「また来たい」「もっとやりたい」という言葉も聞かれた。

感想や言動からも、参加者にとって意味のある時間を提供できたと思われる。



クッキーにお絵かき  
しました！



# 活動成果報告書

## ◇今後の計画

グループ内の勉強会や年2回の親子会を継続するほか、NPO法人レジリエンスの教材を使用し、DV・トラウマ・モラルハラスメント・虐待など様々な原因によるこころの傷つきについて考えながら学ぶ講座を月1回開催する。

講座名：あおいそら こころのケア講座

開催日時：平成29年1月から、毎月第2土曜日、午後1時30分から3時30分に開催。

会場：パートナーシップさいたま 会議室

対象：女性

定員：10名

参加費：無料

講師：NPO法人レジリエンスこころのcare 講座ファシリテーター養成講座修了者

内容：①DV・トラウマを理解する

- ②「世間の枠」と私らしさ
- ③身体的暴力・性暴力
- ④精神的暴力・モラルハラスメント
- ⑤トラウマに対応するツール
- ⑥傷つきによる喪失とグリーフ
- ⑦境界線
- ⑧コミュニケーション
- ⑨パートナーシップ
- ⑩Bさん（加害者）とは
- ⑪育った環境・子どもへの暴力の影響
- ⑫自尊心



会のキャラクターの  
あおちゃん！

知識や情報を得て力にしたり、セルフケアの方法を学び、心に響くものを自分のために持ち帰れる講座を継続して開催したいと思っています。



【第1回、開催の様子】

