

「パートナーによる性被害当事者のサポートを考える」 アンケート調査 報告書

性被害当事者がパートナーに求めるもの

パートナー支援の声を社会へつなぐために

私たち「しあわせなみだ」では、性暴力被害を経験したパートナーをもつ男性の語り場「寅さんのなみだ」を運営しています。ここに寄せられる声から、パートナーもまた大きな葛藤や苦しみを抱えていること、そしてその存在が当事者の回復に深く関わっていることを強く感じてきました。こうした実感を踏まえ、より広い方々の声を伺いたいと考え、本調査を実施いたしました。

調査を通じて、被害当事者が抱える思いを可視化することで「パートナーがどのような寄り添いを求めているのか分からない」という戸惑いや不安の声の解決の糸口になり、より良い支援のあり方につながると考えています。

今回の結果は、当事者とパートナーが安心して相談できる場をさらに充実させることにつながると同時に、「パートナー支援の在り方」を多角的に考えるための基盤となります。そこには、パートナーに伝えて共に歩むこともあれば、伝えないという選択を尊重することも含まれます。調査で可視化された多様な声を踏まえ、支援者・専門家に向けた研修や資料の開発につなげてまいります。そして社会全体に対しても、「性暴力は一人だけの問題ではなく、周囲の人々のあり方にも深く関わる」という事実を発信していきたいと考えています。

最後に、本調査にご協力くださった皆さまに心より感謝申し上げます。皆さまの声が、これからの活動の指針となり、性暴力ゼロで誰にとってもしあわせな社会をつくるための確かな一歩になると信じています。

特定非営利活動法人しあわせなみだ
代表理事 千谷直史

アンケートを踏まえた提言

1)身近な人が性被害を経験した方へのケアの拡充

本アンケートでは、性被害の経験を伝えた人として、「パートナー」が最も多く、次いで「友人・知人」、「医療福祉関係者」「家族（パートナー以外）」となりました。

性被害は、親による加害等、幼少期に経験することも、珍しくありません。このため、（婚姻前で家族関係にない）パートナーは、性被害当事者にとって、かけがえのない存在です。しかし「犯罪被害者等支援法」は、犯罪被害者とその家族以外は、対象になりません。

犯罪被害者に関する施策の対象を、家族以外の「身近な人」にも拡大することは、性被害当事者の支援の拡充につながります。

2)知識・情報を得る機会の拡大

本アンケートでは、パートナーに「状況や気持ちを理解されない」ことや、「経験を伝えた後の、パートナーの言動で、不快な思いをする」ことへの心配から、性行為やスキンシップに不安や苦痛があるにもかかわらず、パートナーに性被害の経験を伝えていない人がいることが、わかりました。また、「パートナーに必要なと考えるサポート」として、最も多かったのは、「性被害を経験した人のパートナー関係構築についての情報」でした。

性被害に関する誤解や偏見が、パートナーとの性被害の経験の共有を妨げ、心身の回復に、支障をきたしています。義務教育における、性被害に関する基礎知識習得の機会や、性

被害後の状態、相談先等に関する疑問の解決ができる情報の提供が、必要です。

3)「女性に対する暴力」を巡る「男性像」の見直し

性被害をはじめとする、ジェンダー差別に起因する「女性に対する暴力」において、男性は「加害性を持つ存在」として扱われ、その自覚と責任を果たすことが、求められてきました。しかし本アンケートでは、性被害を経験した女性が、男性とパートナー関係を構築する過程が、個人や社会に対する、信頼や安心の回復につながる可能性が、示唆されました。

性被害当事者の支援、さらには、性被害のない社会の実現に向けては、伝統的なジェンダー観に基づく男性像に基づき、男女間の対立構造を先鋭化させるのではなく、多様な人々同士の信頼関係を高めていくための取り組みが、欠かせません。

アンケート結果のポイント

1) 性被害の経験は、パートナー関係に、一定の影響をもたらす可能性がある

パートナーに性被害の経験を伝えようとしたきっかけとして、最も多かったのは「自分のことを知ってほしかった」でした。性被害の経験を伝えた後の、パートナーとの関係については、33名中6名(18%)が「良くなった」、7名(21%)が「悪くなった」と回答しており、自分を知ってもらった結果、関係性に変化が起きていることが、わかります。また、パートナーの負担を考慮し、性被害の経験を伝えない選択をしている人がいることも、明らかになりました。

性被害の経験は、性被害当事者本人だけでなく、パートナー関係にも、一定の影響をもたらす可能性があることが、推測される結果となりました。

2) 性被害当事者にとって、パートナーは、「周囲の人や社会に対する、信頼を回復する過程をサポートする存在」となりうる可能性がある

性被害を経験した時の、パートナーとの関係について尋ねたところ、性被害後にパートナー関係を構築した人が、7割を超えていました。また、回答者の半数が、「パートナーの存在が、回復や安心につながっている(つながった)と思う」と回答しました。

性被害後の恋愛や婚姻、妊娠や出産については、本人の心身の負荷や、トラウマの再発への懸念等から、否定的な見解も、散見されます。しかし、本アンケートからは、性被害後に、新たに(性関係を伴う可能性がある)パー

トナーと出会い、関係を構築していく過程が、心身の回復や安心につながる人が少なくないことが、明らかになりました。

3) 性被害当事者にとって、パートナーは、「他の人とは異なる葛藤を抱える存在」となりうる可能性がある

パートナーに性被害を伝えるきっかけとして「性行為やスキンシップに不安や苦痛を感じた」「婚姻、妊娠等にあたり、説明する必要があると考えた」など、パートナーならではの理由が、多く挙げられました。また、パートナーに性被害の経験を伝えたことがない人の6割は、パートナー以外には、経験を伝えたことがありました。

性関係を伴う可能性があることが、他の人とは異なる葛藤を生み出し、パートナーに性被害の経験を「伝える」、もしくは「伝えない」判断にも、影響を及ぼしていることが、示唆される結果となりました。

「パートナーによる性被害当事者のサポートを考える」アンケート 概要

目的

性被害当事者が、周囲の人や社会に対する信頼を回復する過程をサポートする。

趣旨

性被害後、「身近な人」のサポートがあると、被害からの回復を後押しすることが、指摘されている。特にパートナーは、性被害当事者にとって、最も身近で信頼できる存在である。本事業を通じて、性被害当事者はパートナーに、どのような対応を期待しているのか、どのようなサポートがあれば安心できるのかを明らかにする。

背景

パートナーに性被害を告白することには、大きな葛藤がある。また告白による「関係の悪化」や「共依存」等の懸念もある。パートナー自身の心身の健康の確保した上の、性被害当事者のサポートの在り方が、課題となっている。

アンケート実施期間

2025年8月17日から29日まで

回答方法

オンライン(Microsoft Forms)

アンケート対象者

以下すべてに当てはまる方

- 1) 性被害を経験したことがある方
- 2) 性被害後1年以上経過しており、心身の安定を実感できている方
- 3) 性被害経験時(もしくは経験後)、パートナーがいる(いたことがある)方
- 4) 加害者が、パートナー以外である方

※しあわせなみだでは性被害を「本人が望まなかった性的なできごと」と定義しています。
※このアンケートにおける「パートナー」とは、「配偶者もしくは同等の関係にある(あった)者」ならびに「恋人関係にある(あった)者」です。婚姻の有無は問いません。

アドバイザー(五十音順)

今井さいこ さん

公認心理師

オンラインカウンセリングラボ「LIB Laboratory」代表

ト田素代香 さん

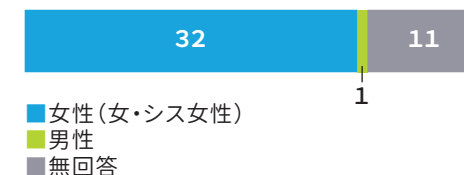
性暴力被害者支援情報プラットフォーム「THYME」運営

調査実施

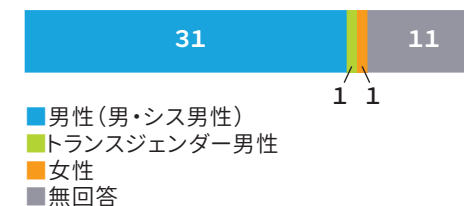
特定非営利活動法人しあわせなみだ

回答者の属性

あなた(回答者)の性別(回答数:44名)



パートナーの性別(回答数:44名)

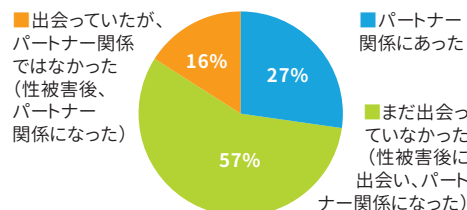


年齢(回答数:44名)



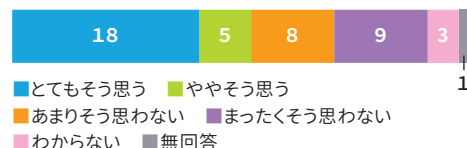
パートナー関係に関するアンケート

性被害を経験した時の、パートナーとの関係を教えてください。(回答数:44名)

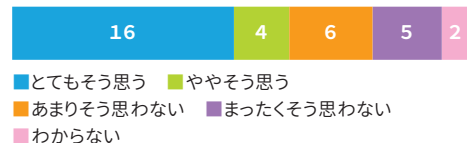


性被害後にパートナー関係を構築した人が、73%を占めました。

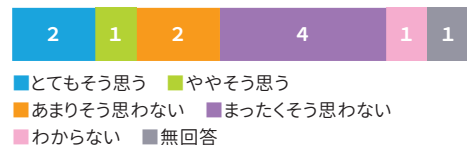
パートナーの存在は、あなたの回復や安心につながっている(つながった)と思いますか。【※1】(回答数:44名)



【※1】のうち、パートナーに経験を伝えたことがある人(回答数:33名)



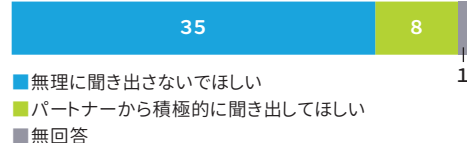
【※1】のうち、パートナーに経験を伝えたことがない人(回答数:11名)



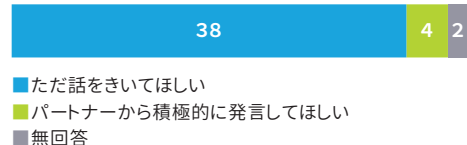
回答者の半数が「パートナーの存在が、回復や安心につながっている(つながった)と思う」と回答しました。「つながっている(つながった)」と回答した割合を、性被害を伝えたことが「ある」人と「ない」人で比較したところ、「ある」人では61%であった一方で、「ない」人では27%にとどまりました。

あなたの性被害の経験を知った時、パートナーにはどのような対応や態度をとってほしい(ほしかった)ですか。希望に近いものを教えてください。(回答数:44名)

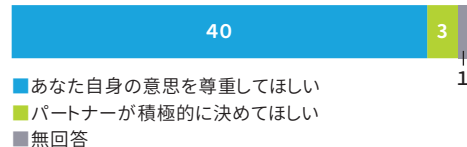
1) 性被害に関する話の聞き方



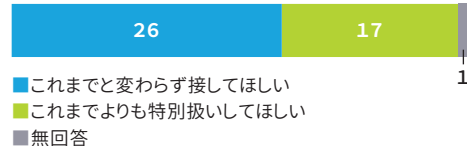
2) 性被害に関する話への反応



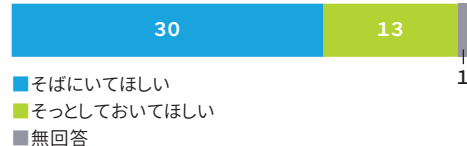
3) 性被害に関連する対応



4) あなた自身への対応

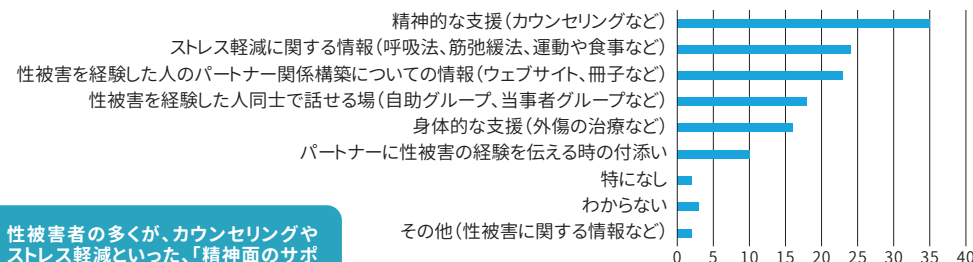


5) あなた自身との距離感



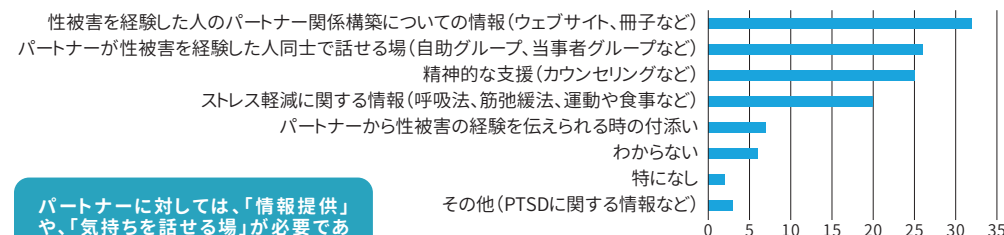
「意思を尊重しながら」「無理に聞き出さず」「ただ話を聞いてほしい」人が、約8割となりました。

性被害を経験した人がパートナー関係を構築するにあたり、あなた自身に対して、必要だと考えるサポートがあれば、教えてください。(当てはまるものすべて)(回答数:44名)



性被害者の多くが、カウンセリングやストレス軽減といった、「精神面のサポート」を希望していました。

パートナー関係の構築にあたり、パートナーに対して、必要だと考えるサポートがあれば、教えてください。(当てはまるものすべて)(回答数:44名)



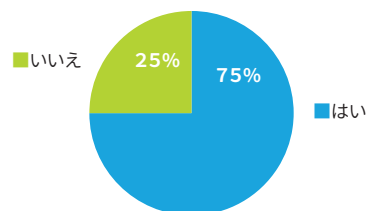
パートナーに対しては、「情報提供」や、「気持ちを話せる場」が必要である、と考えていました。

パートナーに、今伝えたいこと、伝えたい気持ち等を、自由にご記入ください。(一部抜粋)

- ・警察に付き添ってくれてありがとう。
- ・普通に見えても被害で苦しんでいるということを知ってくれるだけでも良い。聞いて欲しい。
- ・話を聞いたあと、「辛かったんだね」とただ一言言ってもらいたい。その言葉を貰うだけで肯定された気持ちになる。
- ・物心がついてからずっと感じている恐怖を理解してほしい。
- ・現在のパートナーは、自分が受けた男性からの被害を聞きたくない、知りたくないというスタンスであるため、私は話したいと思っているが話すことが難しい。自分は世の中のいわゆる「加害者」とは違うと考えているようだが、自分自身の有害な男性性と向き合うためにも、私が過去に受けた被害を真摯に受け止めてほしい。
- ・性被害を経験し、精神/社会的に不安定さなどから有害な関係を要求する男性とパートナーになってしまったため、性被害を伝えた後に「じゃあもっと汚していい」かのように振る舞われたことが少なくありません。
- ・性被害への態度をきっかけに、他者への思いやりがない人であると、気づくことができました。
- ・私がいて、今の私がいます。本当に感謝しています。私の混乱に飲み込まれず、私の正直な気持ちをそのまま受け止めて、不器用でも素直にぶつかり返してくれたことの過程が、私を癒してくれました。
- ・ただ聞いて受け止めてくれる人がいるというのは、本当に回復に大切なことだと実感しているので、感謝の気持ちを伝えたいし、おかげで元気になってきています。
- ・あなたを信頼して話して良かった。静かに見守り、でも離れずに寄り添ってくれたあなたがいたから、今の私がいます。ありがとう！
- ・受け止めてくれてありがとう。詳細を伝えられなくてごめんね。
- ・しんどくなっている時に「しんどい」と言わせて欲しいし、しんどいと言聞いて欲しい。
- ・目を見て話してほしい。嫌がることはやめてほしい。

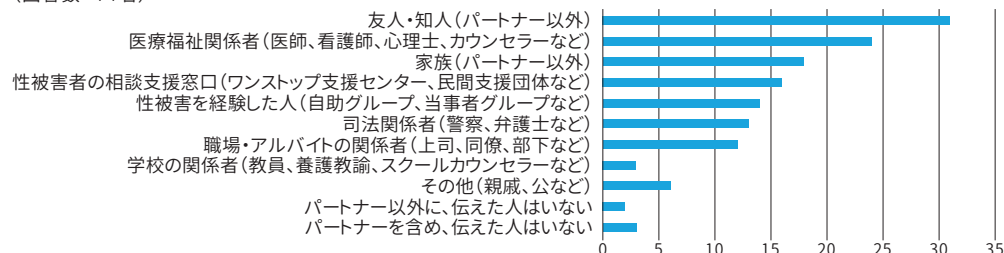
性被害の経験を伝えることに関するアンケート

パートナーに性被害を伝えたことがありますか。(回答数:44名)

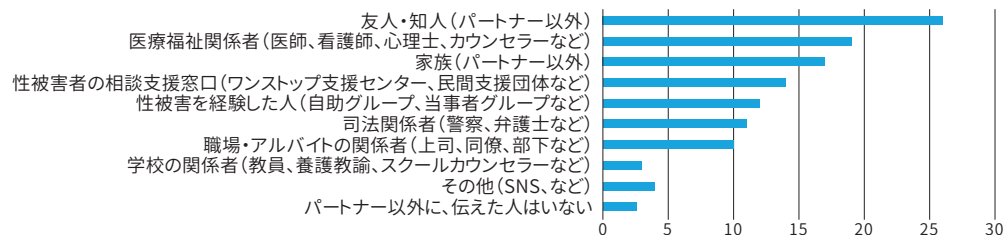


75%の人が、パートナーに性被害を伝えたことが「ある」と回答しました。

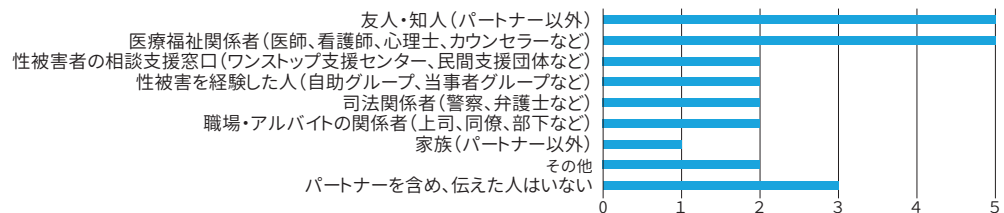
パートナー以外にあなたの経験を伝えたことがある人がいれば、教えてください。(当てはまるものすべて)【※2】
(回答数:44名)



【※2】のうち、パートナーに経験を伝えたことがある人(回答数:33名)



【※2】のうち、パートナーに経験を伝えたことがない人(回答数:11名)



パートナー以外で、経験を伝えた人は、「友人・知人」が最も多く、次いで「医療福祉関係者」「家族」となりました。パートナーに経験を伝えたことがない11人のうち7人は、パートナー以外に経験を伝えたことがありました。パートナーに経験を伝えたことがある人の回答数の平均は3.5個でしたが、伝えたことがない人の平均は2.1個でした。

あなた自身に新たなパートナーができた場合、あなたの経験を伝えますか。【※3】(回答数:44名)



性被害の経験を「伝える」と回答した人は、27%でした。経験を伝えたことが「ある」人でも、新たなパートナーには「伝えない」と回答した人が、24%にのびました。経験を伝えたことがない人では、「伝える」と回答した人は、いませんでした。

これからパートナーに性被害の経験を伝えようと考えている人に、今伝えたいこと、伝えたい気持ち等を、自由にご記入ください。(一部抜粋)

・性被害は自分が死んだ感じがするショックだし、それを大切な人に伝えるのは勇気がいる。でも貴女のことを心から大切にしてくれている人なら受け止めてくれる。なかなか理解が難しいみたいだけど、気持ちがあるなら向き合ってくれるはずだし、理解しようと努力してくれたら、信頼もできるし、絆も深まると思う。逆に、話した事で嫌な目にあったらその人は貴女を大切にできないから別れて正解。

・あなたが伝えなければ伝えてください。伝えなければ伝えずにいいと思います。あなたが1番楽に過ごせる道をどうか選んでください。

・自分の経験を話すことはとても辛いと思います。そして平気を装って、軽めに言ってしまうかもしれません。または、自分が悪かったからと言ってしまうかもしれません。それは仕方がないのですが、軽めに言ったら軽めの話として伝わってしまうかも。自分が悪かったと言ったら、そうなのかなと思われてしまうかも。ということのを頭のどこかに置いてもらえたらいいと思います。

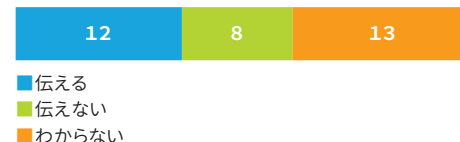
・不安かもしれませんが、どんな風に話を聞いてほしいか、どんなリアクションをしてほしいかも含めて、すべてを素直に伝えてみるといいと思います。それを受け止めてもらえないことは、あなたのせいではないです。

・自分が伝えたいと思うかどうか、が1番大切なことだと思います。わかってもらいたいという気持ちに蓋をする必要はないと思う。逆に、伝えたくないのに無理に伝える必要も全くないと思います。

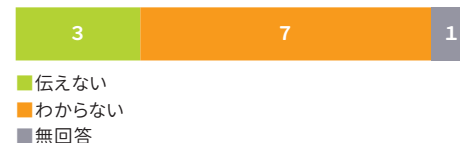
・伝える相手はよく選んだほうがいいです。伝えることによって<弱みを握られた>状態になりモラハラなどの精神的DVにつながる事があります。

・意図せず知られてしまう事、持ちきれない痛み、色々な事情があり仕方ないしそれぞれの考え、選択は尊重されるべきだけれど。

【※3】のうち、パートナーに経験を伝えたことがある人(回答数:33名)



【※3】のうち、パートナーに経験を伝えたことがない人(回答数:11名)



・被害直後や急性期でないのなら、ある程度の整理がついてから話すかどうか考える方がよいと思う。自分と同じ傷の持ち方扱い方をしてくれる人間はいない。誰だってその人にはなれないし、代わってはくれない。パートナーにカウンセラー役を望んだらいいかなと思う。

・よく準備をして、相談機関やカウンセリングなどに行ってからがよいと思います。被害について理解してくれるとは限らないからです。

・とても迷うことだし、どんな反応をされるか、関係性が変わってしまうのではないかなれないか、とても怖いことだと思います。私もそうでした。悩んで迷ったら、その前に周りの信頼できる人や、ワンストップセンターなどの支援者に相談してください。あなたの話を聞いてくれる人は必ずいることを信じてください。

・できる限り、依存先(=相談先)を増やした上で、パートナーもその網の一つという程度で相談なさるのがちょうど良いと思います。

・自身で伝えるのは難しいと思います。理解のあるカウンセラーさんや知識のある支援者など第三者を交えるといいと思います。

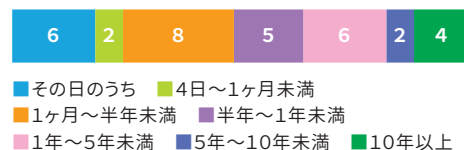
・相手がどんな回答・反応をしようとも、あなたが悪くなかったこと、あなたが傷つきつらかった事実は変わりません。もし思ったような答えが返ってこなくても、あなたはあなたの気持ちを大切にしてくださいね。

・性被害の経験を伝えても、伝えなくても、あなたが存在する価値に、変わりはない。

・同じ性被害者として、貴女が生きてくれていることに応援と拍手を送ります!!1日も早く心身の傷が癒えて、幸せになれるように!!

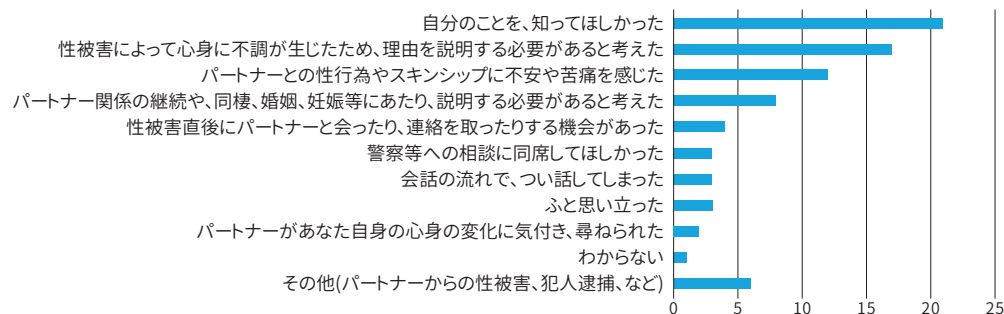
性被害の経験を伝えたことがある人へのアンケート

パートナーにあなたの経験を伝えるまでに、かかった時間を教えてください。性被害後にパートナー関係になった方は、パートナー関係になってから、性被害の経験を伝えるまでに、かかった時間を教えてください。(回答数:33名)



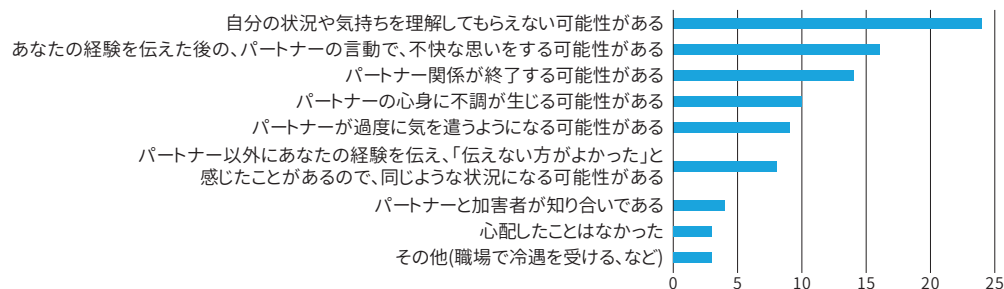
1か月未満が24%を占める一方で、「5年以上」の人も18%となりました。
なお、性被害を経験した時「パートナー関係にあった」と回答した9名のうち、「1か月未満」と回答した人は5名と、半数を超えました。

パートナーにあなたの経験を伝えようと思ったきっかけを教えてください。(当てはまるものすべて) (回答数:33名)



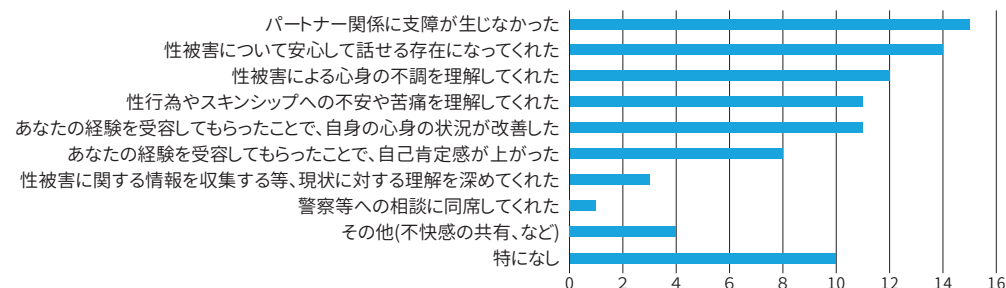
経験を伝えることで、「自分のことを知ってほしかった」と考えた人が、多くなっています。
また「性行為やスキンシップに不安や苦痛を感じた」「婚姻、妊娠等にあたり、説明する必要があると考えた」など、パートナーならではの理由も、挙がっています。

パートナーにあなたの経験を伝えるにあたり、心配したことを教えてください。(当てはまるものすべて) (回答数:33名)



「状況や気持ちを理解されない」ことや、「不快な思いをする」ことへの心配が、多く寄せられました。

パートナーにあなたの経験を伝えて「よかった」と感じたことを、教えてください。(当てはまるものすべて) (回答数:33名)



経験を伝えたことで、パートナー関係に支障が生じなかった人は、性被害による「不調」や「不安」を、共有できるようになっています。一方で「特になし」との回答が、回答者の約3割を占めており、人により、伝えた結果に対する違いがあることが、わかりました。

パートナーにあなたの経験を伝えて、特に「よかった」と感じた出来事などがあれば、ご記入ください。(一部抜粋)

・辛い気持ちをわかってもらえ、寄り添い尊重する言葉をかけてもらえた。

・質問しすぎず、でも最後まで話を聞いてくれた。口下手な彼なりに大変だったんだね、と労ってくれた。

・しんどいときいつも気遣ってくれた。イライラしてしまっても怒らず受け止めてくれた。私の気持ちをいつも尊重し、私が少しでも楽しいと思えるような提案をしてくれた。

・トラウマのことを伝えても気にしないで普通に扱ってくれたから家事や色々な事が出来るようになったし、一緒にいると楽しくてたくさん笑えるようになった!!

・パートナーは長年友達でしたが、被害当時私の様子がおかしかったと感じていたようで、それを伝えてくれました。話すまでは、そういうことを分かってくれるような人だとは思ってなかったのが驚いたけれど、自分でも気がついていなかった様子をよく見ていてくれたことや、話したあとにすぐに会いに来てくれたりと、友人関係から恋愛の感情が私の中で生まれ安心感が育ちました。

・身近な人が私に起こったことを否定せずただ受け止めてくれることがこんなに安心感をもたらしてくれるとは思いませんでした。その後は被害のことを深くは聞いてきませんが、その影響の体調不良にはいつも気をつけてくれてとてもありがたいし、普段性暴力のことをあまり知らない人でも、こういう対応ができるんだということに希望を感じました。

・心身の状態を理解してくれるようになったので、誤魔化したり嘘をつく必要がなくなった。

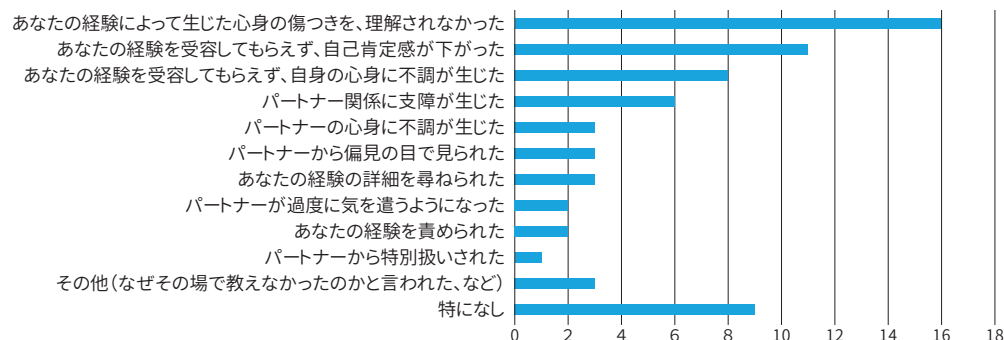
・性被害の影響で性依存のような状態があったが、依存症の症状によって脅迫的にセックスを迫った際に、適切に断ってくれたこと。それによって私自身の依存症が軽減したこと。

・安心して寝れるようになって良かった(涙)。

・私が怖くて傍聴できなかった、犯人の裁判員裁判を傍聴してくれ、犯人の発言や様子を教えてくれた。ずっと話を聞いてくれた。否定されなかった。私の心の回復の手助けをしてくれた。気持ちを理解しようと専門書やインターネット記事を読んでくれた。一緒に怒り、一緒に笑ってくれた。

・同じ場にいても、男性は性被害に気づかないこともあるのだという事をお互いに共有することができた。

パートナーにあなたの経験を「伝えなければよかった」と感じたことがあれば、教えてください。(当てはまるものすべて)
(回答数:33名)

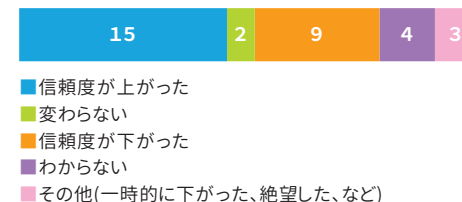


パートナーに性被害の経験を理解されず、自己肯定感が下がったり、心身に不調が生じている人がいることが、わかりました。
一方で27%の人が「特になし」と回答しており、人により、伝えた結果に対する違いがあることが、わかりました。

パートナーにあなたの経験を伝えて、特に「伝えなければよかった」と感じた出来事などがあれば、ご記入ください。
(一部抜粋)

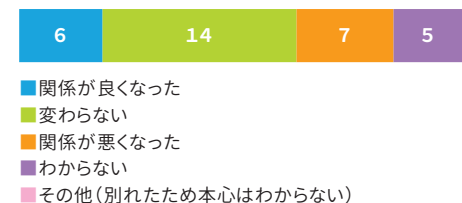
- ・その場でなぜ教えなかったのかと言われたこと。
- ・性被害から2時間後に「いつまでくよくよしてるの」と言われた。
- ・「人は忘れなければいけないこともある」と言われたことです。
- ・死にたい気持ちになる、と言ったら、どうして?良くなろうと努力してないよね?無理だ、と言われた。
- ・「いつ治るの?いくらかかるの?」と言われたことです。
- ・結局は話を聞いてくれない。普通にしているように見えても、フラッシュバックや不穏が襲ってしんどくても、話を聞いてくれないし理解ができない。話した意味がなかったのでは?
- ・何がうまくいかなかった時に頭のすみに被害を話したせいか?という思いが常にあった。
- ・彼の友人たちに言いふらされた。
- ・暴行を受け、性被害を再現させられ、ひどい罰を受けた。
- ・性加害行為を拒んだことで、パートナーの欲求の捌け口がなくなったのか、パートナーの他の問題行動(アルコール依存、八つ当たり、浪費)が悪化した。
- ・しんどいとき「そばにいてほしい」と頼んだら、仕事を休んで、遠方からきてくれた。続けていたら、パートナーが疲れて、仕事帰りに事故を起こした。
- ・また無理やりしていいんだと勘違いされた。
- ・受け入れる事が出来る男はいないと悟ったので、以降恋愛はしていない。今後もしない。

あなたの経験を伝えた前後で、パートナーへの信頼度に変化はありましたか。(回答数:33名)



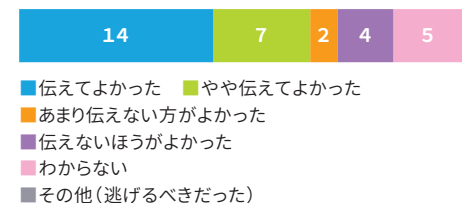
46%が「上がった」と回答した一方で、27%が「下がった」と回答しました。

あなたの経験を伝えた後、パートナーとの関係に変化はありましたか。(回答数:33名)



「変わらない」が43%と最も多く、次いで「悪くなった」が21%、「良くなった」が18%でした。

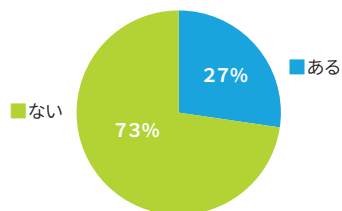
パートナーにあなたの経験を伝えてよかったですか。(回答数:33名)



「よかった」「ややよかった」が64%を占めました。一方で「わからない」という回答も、15%となっています。

性被害の経験を伝えたい人へのアンケート

パートナーにあなたの経験を伝えようと思ったことはありますか。(回答数:11名)



27%の人が、性被害の経験を「伝えようと思ったが、伝えられていない」ことが、わかりました。

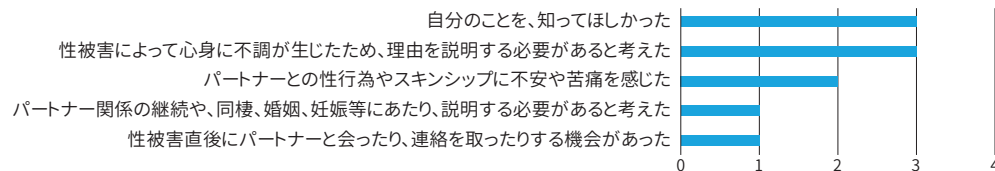
パートナーにあなたの経験を伝えていないことについて、気持ちを教えてください。(回答数:11名)



- 本当は伝えたい(伝えたかった)
- 伝えたいと思う時がある(あった)
- 伝えなくてよい(よかった)
- わからない
- 無回答

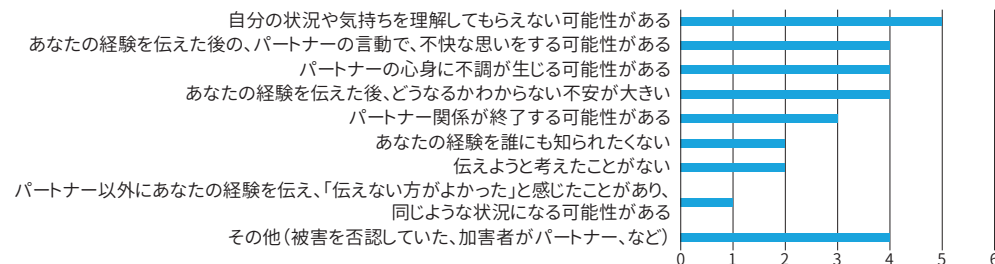
45%の人が、「伝えたい(伝えたかった)」と考えていました。

【経験を伝えようと思ったことはあると答えた方】パートナーにあなたの経験を伝えようと思ったきっかけを教えてください。(当てはまるものすべて)(回答数:3名)



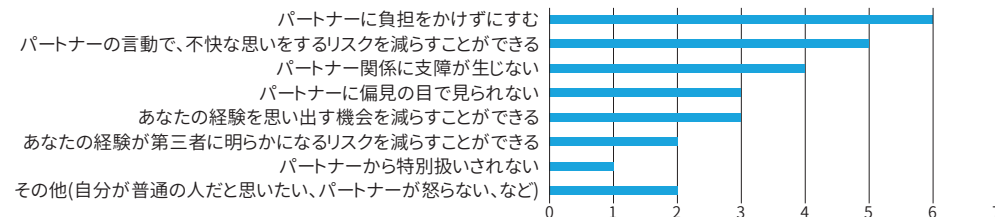
心身の不調やスキンシップに不安を感じながらも、経験を伝えていないことが、わかりました。

パートナーにあなたの経験を伝えたい理由を教えてください。(当てはまるものすべて)(回答数:11名)



「状況や気持ちを理解されない」ことや、「不快な思いをする」ことへの心配が、多く寄せられました。

パートナーにあなたの経験を伝えたいメリットを教えてください。(当てはまるものすべて)(回答数:11名)

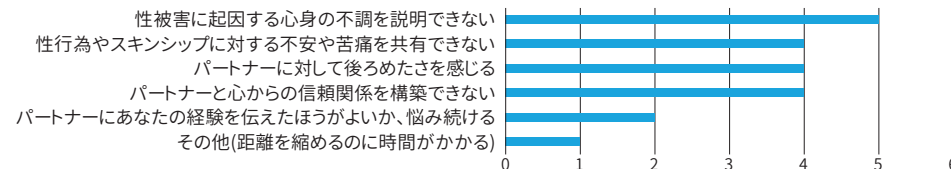


回答者の半数が、「パートナーへの負担をかけずに済む」ことを挙げました。またパートナーの言動による不快な思いや、偏見の目で見られるリスクを減らすメリットがあることも、わかりました。

パートナーにあなたの経験を「伝えていなくてよかった」と感じた出来事などがあれば、ご記入ください。(一部抜粋)

- ・パートナーに話すというか、女子会で話したいです。
- ・極力思い出さなくて済む。
- ・たとえ被害の話をして、真剣に取り組ってくれる人ではなかったと思います。今になって思えばですが。
- ・自分で自分を傷付けるようなメンタリティから離れられたこと。

パートナーにあなたの経験を伝えたいデメリットがあれば、教えてください。(当てはまるものすべて)(回答数:11名)



「心身の不調」や「スキンシップへの不安や苦痛」を伝えられない困難が、多く寄せられました。またパートナーに対する「後ろめたさ」や、「心からの信頼関係を構築できない」と感じている人もいました。

パートナーにあなたの経験を「伝えておけばよかった」と感じた出来事などがあれば、記入してください。(一部抜粋)

- ・トラウマの原体験の上塗りになる。
- ・自分が傷ついた経験を共有できていないので、同様のことを繰り返される。
- ・パートナーの側はそれをDVだと認識していない。
- ・パートナーに対しても性被害の軽視を感じた。
- ・パートナーとの性行為後に「少し乱暴にしまった」と謝られたが、私は不快感は無かった。パートナーにとってはあの程度が乱暴で、私にとっては私がかつて受けていたものこそ乱暴な行為だったので、パートナーの心遣いに感謝するとともに、自分の負の経験値に絶望した。この溝を埋めるにはやはり性被害についてパートナーに話すべきだと感じた。

自分で決めること、勇気をもって信じること

ナベユキ さんより

2021年当時、私は、被害を矮小化しながら生きるなかで、性搾取・性産業に巻き込まれていたことに気づいて深く傷ついていました。環境を変えて自分の被害にしっかり向き合うためには、時間とお金が必要でした。しかし、その支えになってくれそうな人にはなかなか出会えませんでした。どうせ出会えないならいっそ最初からすべてを伝えてしまおう。そう思い、自分の過去や当時の状況、支えてほしいという気持ちを、今のパートナーに打ち明けました。

最初に被害経験を伝えたのは、初めてパートナーの家に行ったときのことです。見たい番組があるとテレビを借りて、齋藤梓先生が性暴力について解説している番組と一緒に見た後、「私もそういう経験があるんだ」と話しました。

パートナーは驚き戸惑っているようでしたが、やがて「どんな風に接したらいい？」と尋ねてくれました。私は「基本的にはこれまでどおり普通に接してほしい。辛くなったら話を聞いてほしいかもしれないけど、その時々『こうしてほしい』と私からも伝えるようにする」と答えました。するとパートナーは「これまでどおりでいいならよかった。わかったよ。」と受け止めてくれました。その一言に、深く安堵したことを覚えています。

この人となら、楽しい時間を共有するだけでなく、つらい経験や回復に向けたプロセスも共にしていけるのではないかと感じました。そこからパートナーを信じようと決めて勇気を持

ち、被害後の経験や現状、回復のために支えてほしいという気持ちを徐々に伝えていきました。一緒にテレビを見たときはまだ関係が曖昧でしたが、そこからたくさんのお話し合いをして信頼関係を築き、今まで4年間を一緒に過ごしてられました。

これからパートナーに性被害の経験を伝えようとしている方へ。まずはこの記事を読んでくださっていること、そしてここまでたくさんのつらいことを乗り越えて生きのびてきたことに「ありがとう」と伝えたいです。そのうえで、自分にとってより良いパートナーシップを自ら作り上げようとする勇敢さを、どうか自分でほめてあげてください。あなたは本当に素晴らしいです。だから、素直に姿を見せ、思いを伝えることで、きっといつか誰かがついてきてくれると信じています。

「変わらないこと」があること

性暴力被害者支援情報プラットフォームTHYME 運営
ト田素代香（うらた そよか）

突然降ってきたトラウマ体験により、自分の尊厳を奪われたその後で、大切な人にどう向き合い、助けを求めるのか。自分の存在が汚く思えたり、自分が変わってしまった気がしたり。被害をパートナーに話すかどうかという選択は、突然「被害者」というラベルを背負わされた当時の自分にとって、最初の大きな選択であった思い出されます。

暴力から生き残った後、すぐにでも助けを求めなかったのに、「これを話せばすべてが壊れるかもしれない」という不安にとらわれました。被害直後に『パートナーが性被害に遭った』『どうする』と検索して目にしたのは、「とても受け入れられない」「別れる一択」「重すぎる」といった言葉でした。

性暴力被害とパートナーとの関係を語る場や情報は、ほとんどありません。だからこそ、当事者が被害を話すこと、話さないことを選んだ過程とその後が残った今回の調査はとても意義深いものです。

被害のその後を生きることは常に不安定さを伴いますが、いろんなものが変えられてしまったなかで、「変わらなかったもの」の存在は、自分を、自分でいさせてくれるものでした。被害のその後も「自分」として生きられること。その確かさを、パートナーの存在から少しずつ取り戻せたと感じる当事者も少なくありません。だからといって、パートナーに被害を伝えることが、正しいと言いたいわけではありません。

この冊子を手にとってくださった方に伝えたいのは、特別なことをしなくてもよいということです。無理に言葉を探さなくても、ただ黙って隣にいたことが、当事者の存在をそのまま肯定することだったりもします。

当事者はいろんな場面で“被害者”として扱われてしまうからこそ、ただ「自分」として向き合ってくれる存在が、大きな力になります。それは、カウンセラーや医師などの支援者から受けるものとはまた違ったサポートのかたちです。

回復の過程で、パートナーに全ての役割を担わせる必要はありません。

性暴力被害からの回復の過程は、先の見えない険しい山道を進み続けるようなものです。障害物をどける人、怪我をしたときに手当をする人、当事者が歩く道を平らにしていける人、隣で一緒に歩く人、さまざまな立場の人に、少しずつできることがあります。パートナーには、そのなかの役割をひとつ担ってもらえれば十分です。

好きだからこそ、つらくなることもあります。話せない、聞けない、支えきれない、それは愛情の不足ではなく、むしろ、大事な人のことだからこそ傷つき、向き合うことが難しくなるのです。ただそのなかでも、相手のことを思い、何ができるかと問う姿勢は、黙っていたとしても、何か言葉が出なかったとしても、必ず相手に伝わります。

アンケートで多くの当事者がパートナーに残したのは「ありがとう」という言葉でした。

この言葉を、自分もあのとき一緒に歩いてくれたパートナーに残しておきたいと思います。

今回の調査にある一人ひとりの声が、何ができるのかと悩むパートナーの立場の方や、現在、この先で同じ“選択肢”に当たる人の道しるべとなることを願います。

しあわせなみだをご支援ください

性暴力のない社会を実現するために、しあわせなみだの活動を応援してください。

しあわせなみだでは、パートナーが性被害を経験した男性の語り場「寅さんのなみだ」や、パートナーが性被害を経験した男性向けチャットボット「Two Drops」、ならびにガイドブックの作成等を通じて、パートナーによる性被害当事者へのサポートを、考えてきました。

そして今回「パートナーによる性被害当事者のサポートを考える」アンケート結果をお届けすることで、周囲の人や社会に対する、信頼を回復する過程をサポートできる、支援・相談体制の拡充につなげたいと考えています。

こうした活動には、資金が必要です。

ご寄付を通じて、私たちの活動を応援してください。

クレジットカード [Syncable]

… 毎月定額を設定、継続してご支援いただけます。

<https://syncable.biz/associate/shiawasenamida/donate>



ゆうちょ銀行・郵便局

〈 口座記号番号 〉

00180-1-441403

〈 加入者名 〉

特定非営利活動法人しあわせなみだ

書籍・DVD・CD・ゲーム販売によるご寄付 [ありがとうブック]

… 販売価格がしあわせなみだへのチャリティになります。

<https://www.39book.jp/supporter/2028/>



ブランド品販売によるご寄付 [Brand Pledge]

… 販売価格がしあわせなみだへのチャリティになります。

<https://brand-pledge.jp/associate/shiawasenamida>



チャリティグッズ … 購入代金がしあわせなみだへのチャリティになります。

[リボンドネーション]

<https://www.ribbonmagnet.jp/shiawasenamida/>



[LINE スタンプ]

<https://store.line.me/stickershop/product/6059533/ja>



「パートナーによる性被害当事者のサポートを考える」
アンケート調査 報告書

性被害当事者がパートナーに求めるもの



特定非営利活動法人しあわせなみだ
理事長 千谷直史

[https://shiawasenamida.org/
info@shiawasenamida.org](https://shiawasenamida.org/info@shiawasenamida.org)

デザイン / Dobby. 発行 / 2025年11月



「パートナーによる性被害当事者のサポートを考える」アンケート調査 報告書
性被害当事者がパートナーに求めるもの

発行 / 特定非営利活動法人しあわせなみだ

