

一人で悩まないで、
親、先生など
信頼できる大人に
相談してみましょう!!

相談できる窓口もいろいろあります。

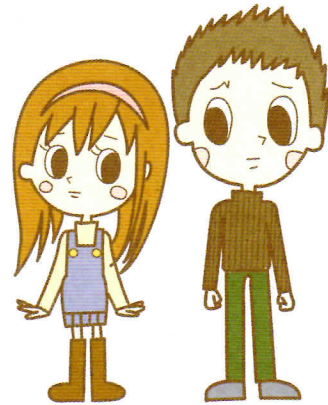
- ◎配偶者暴力相談支援センター
- とちぎ男女共同参画センター相談ルーム
028-665-8720(月曜日～金曜日 9:00～20:00
土曜日・日曜日 9:00～16:00)
- 宇都宮市配偶者暴力相談支援センター
028-635-7751(火曜日～土曜日 9:00～17:00
ただし、第4土曜日は、9:00～12:00)
- 日光市配偶者暴力相談支援センター
0288-30-4140(月曜日～金曜日 8:30～17:15)
- ◎NPO法人
- 認定特定非営利活動法人ウイメンズハウスとちぎ
028-621-9993(月曜日～金曜日 10:00～16:00)
- 認定特定非営利活動法人サバイバルネット・ライフ
0285-24-5192(月曜日～金曜日 10:00～16:00)

◎DVに関する相談機関やDV計画等については、ホームページをご覧ください。
<http://www.pref.tochigi.lg.jp/kurashi/bouhan/mijikanahanzai/index.html>



デートDV

これってほんとうに恋愛？



「デートDV」という言葉を
聞いたことがありますか？

「デートDV」とは、
交際の親密な関係にあるカップルの間で
一方が他方に対して繰り返す暴力のことです。

栃木県

デートDVでおこる いろいろな暴力の種類

たたいたり、なぐったりする だけが、暴力ではありません。

身体的暴力

なぐる たたく ける 突き飛ばす
髪をつかんで引っ張る 首をしめる
物をなげつける

経済的暴力

お金を出させる 借りたお金を返さない
借金させる アルバイトをさせる・やめさせる
お金の使いみちを報告させる

ことば・精神的暴力

大声でどなる 傷つくことをいう
ののしる 「お前(あなた)が 悪いからだ」などと説教する
机をたたいたり物にあたるなどして怖がらせる
無視する 人前で恥をかかせる

社会的暴力

携帯電話やメールの内容・アドレスをチェックする
行動を監視する 持ち物をチェックする
家族や友人との付き合いを制限する

性的暴力

エッチなビデオや雑誌を無理やり見せる
相手の気持ちや体調を無視して
キスや性行為を強要する
避妊に協力しない

デートDVをする人は、いつも暴力をふるっているわけではありません。

デートDVを受けている人は、相手からひどい暴力を受けていても、優しくされるときがあるため、優しいときの交際相手が真実の姿だと思ってしまいます。

しかし、その優しさがしばらくすると消え、ちょっとしたことで不機嫌になり、デートDVを受けている人は、緊張を強いられるようになります。

そしてまた、暴力を受けるという繰り返しがおきています。

- アメリカの精神科医
レノア・ウォーカーの
- バイオレンスのサイクル説

ハネムーン期

- もう絶対に暴力をふるわないと約束する。
 - プレゼントをする。
 - 強い愛情を注ぐ。
- ※デートDVを受けた人はこの優しさが続くことを期待する。



爆発期

- 緊張が高まり暴力をふるう。
 - 怒りのコントロールができなくなる。
- ※デートDVを受けた人はパートナーに従順になり、無力感を持つ。



緊張期

- イライラした態度をみせる。
 - ちょっとしたことでも不機嫌になる。
 - 言葉が荒々しくなる。
- ※デートDVを受けた人は相手の機嫌の悪さにハラハラしながら、怒らせないように気をつかう。



CHECK!! 自分と交際相手との現在の状況を思い返しなが、チェックしてみましょう!

- 1 私は、ふたりのことでも相手の考えや希望は聞かず、いつも自分で決めてしまう。
- 2 私は、相手が自分のいうことをきかないと、機嫌が悪くなる。
- 3 私は、相手がすぐに携帯に出なかったり、メールの返信をすぐにしなないと機嫌が悪くなる。
- 4 私は、機嫌が悪くなると、物に当たったり、投げたり、壊したりする。
- 5 私は、相手が自分以外の人と仲良くするのは許せない。つきあっているのだから束縛するのは当然だと思う。
- 6 相手は、私に対してけなすような言い方をする。(例:「バカ」「お前(あなた)になんかできっこない」)
- 7 相手は、私が誰と話すか、家族や友だちの誰と一緒にいるかなど、何でも知りたがって聞いている。
- 8 相手は、私と喧嘩をしたとき「お前(あなた)が怒らせるようなことをするからだ。」などといって私を責める。
- 9 相手は、私の携帯電話を勝手にチェックしたり、メールなどを消せと命令する。
- 10 相手は、私の希望は聞かず、勝手に物事を決める。

項目1~5にチェックしている人は、交際相手に対してデートDVをしている可能性があります。項目6~10にチェックしている人は、交際相手からデートDVを受けている可能性があります。

チェックがついた人は、交際相手との関わり方についてももう一度見直してみましょう。

もし、友達から相談されたら、あなたはどのようにする?

言っではいけないこと



友達は、悩んだ末にやっとの思いで打ち明けているかもしれませんが、友達に、これらの何気ない言葉に傷ついているのです(「二次的被害」という)。

こんなことを心がけてみて!

- 話を時間をかけてじっくり聴く
- 責めたり、批評したりしないようにする
- その人が言うことを信じる
- あなたが解決しようと思わない
- 相談できる専門窓口などの情報を教える

どんな理由があれ、暴力は絶対に許されません!!