目　　次

Ⅰ　プログラムの概要

1　プログラムの目的　・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・　1

2　学習内容　・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・　1

3　プログラムの実施方法　・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・　1

4　実施前の準備　・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・　2

5　生徒への配慮・対応　・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・　2

6　分からないことがあったとき　・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・　2

Ⅱ　実施前に必ずお読みください

1　デートＤＶをめぐる全国の状況　・・・・・・・・・・・・・・・・・・・　3

2　未然防止啓発の必要性と目的　・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・　3

3　指導者に求められること　・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・　3

Ⅲ　指導内容・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・　5

Ⅳ　様式

1　タイムテーブル等一覧・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・　４０

2　自己チェックシート様式　・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・　４１

3　事後アンケート様式　・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・　４２

Ⅴ　参考資料

1　参考文献　・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・　４３

2　デートＤＶに関する相談機関　・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・　４４

3　「男女間における暴力に関する調査報告書」（概要版抜粋）・・・・・・・　４５

Ⅰ　プログラムの概要

１　プログラムの目的

このプログラムは、教育関係機関及び男女共同参画行政に携わる職員等のみなさまが、中学生や高校生に対しデートＤＶ（ドメスティック・バイオレンス）の未然防止教育を実施する際に使用することができるよう作成しました。

このプログラムの目的は次のとおりです。

（1）デートＤＶとは何かを知ることにより、デートＤＶを未然に防止すること
（2）対等な人間関係を築くことの大切さについて、考える機会とすること

デートＤＶを「する人（加害者)」にも「される人（被害者)」にもならないよう、デートＤＶへの「気づき」と、人間関係の「築き」とすることを目指しています。

２　学習内容

このプログラムでは、「デートＤＶは、犯罪となる行為をも含む重大な人権侵害である」ことを生徒たちに伝えます。その中で、デートＤＶの現状や暴力の種類、暴力のおきる要因を知り、対等な関係を築く方法を学びます。

最終的に「自分も相手も大切にする」「どんな理由があっても暴力はいけない」ということを理解できるようにします。

また、生徒たちへの具体的な支援の仕方については特に重要な事柄ですので、まず、周囲の大人たちが正しく理解することが必要です。

３　プログラムの実施方法

プログラムを実施する際は、５ページ以降の「Ⅲ　指導内容」に従い使用してください。ねらい、生徒への伝え方などを記載していますので参考にしてください。

（1）実施時間

「50 分授業」としての指導案を作成してあります。

内容は講義形式となっています。

（2）実施人数

全校生など大人数で行う場合、生徒に簡単な質問を投げかけたり、手をあげさせたりと参加型にする工夫をするとよいでしょう。

４　実施前の準備

プログラムを実施する前に、３ページの「Ⅱ　実施前に必ずお読みください」を読み、指導者自身がデートＤＶに対する理解を深めてください。

５　生徒への配慮・対応

生徒の中には、現在又は過去にデートＤＶの当事者（被害者又は加害者）であったり、親のＤＶや親からの暴力（虐待）で悩んでいたり、あるいは過去にそのような経験がある場合もあります。プログラムを進めるにあたり、指導者は、使用する言葉に注意し、日頃からこうした生徒がいないか、心を配る必要があるでしょう。

一番大切なことは、講義後の生徒たちの様子です。アンケートを行うなどして、生徒の様子を十分把握し、相談を受けた場合には校内の相談機関・スクールカウンセラーや 44 ページの相談機関へ相談するよう、生徒に寄り添ってあげてください。

６　分からないことがあったとき

プログラムの実施方法や内容で答えられなかった場合などには、下記の問い合わせ先までお問い合わせください。

問い合わせ先

とちぎ男女共同参画センター事業推進課

- 電　話：０２８－６６５－８３２３
- e-mail：danjo-ksc@pref.tochigi.lg.jp

Ⅱ　実施前に必ずお読みください

１　デートＤＶをめぐる全国の状況

平成 13 年に「配偶者からの暴力の防止及び被害者の保護に関する法律」（以下「ＤＶ防止法」という。）が成立し、配偶者からの暴力（ドメスティック・バイオレンス。以下「ＤＶ」という。）が大きな社会問題として取り上げられるようになりました。平成 20 年１月には、第二次改正ＤＶ防止法が施行されましたが、このＤＶ防止法には、「交際相手からの暴力」は含まれていませんでした。しかし、「交際相手からの暴力」が社会的に問題化されるに伴い、平成 26 年１月には「交際相手からの暴力」も法の対象とした第三次改正ＤＶ防止法が施行されました。

平成 23 年に内閣府が行った「男女間における暴力に関する調査」から、交際相手からの被害経験をみると、10 歳代から 20 歳代の頃に、「交際相手がいた（いる）」という人に、当時の交際相手から被害を受けたことがあるかを聞いたところ、10 歳代、20 歳代で、身体的暴行を受けたことがあったという女性 8.3%、心理的攻撃を受けたという女性 7.5%、性的行為を強要されたという女性 6.5%となっています。

２　未然防止啓発の必要性と目的

デートＤＶの被害を受けた人は、回復が困難なほど心身に大きなダメージを受けます。デートＤＶは犯罪となる行為をも含む重大な人権侵害です。若いうちにしっかりとデートＤＶについて理解をしておくことで、デートＤＶ被害を未然に防止することができるのです。そのためにも、学校または地域での人権教育の一環として、また、予防啓発活動として、このプログラムを実施してくださるようお願いします。

また、デートＤＶがおこる背景には、テレビやインターネットなどのメディアから学んだ価値観が大きく影響しているといわれています。男性、女性といった性に関する思い込み（ジェンダー・バイアス）についても考えてみる必要があるでしょう。ＤＶの根底には、そうした男女間の社会的な力の差があり、若いうちに対等な関係を築いていくことは、今後生きていく上でとても重要なことです。それらを踏まえた上で、自己肯定感、自尊感情を高め、対等な人間関係を築き、「デートＤＶをしない、デートＤＶされない」関係になれるよう、若いうちにこのプログラムを実施することに意味があるのです。

３　指導者に求められること

このプログラムを実施するに当たり、生徒との信頼関係が必要不可欠となってきます。二次被害を防ぐ上でも指導者または対応する側が、デートＤＶを深く理解していなければなりません。さもないと、被害者を責めたり、さらに傷つけてしまうこともおこりうるのです。

このため、デートＤＶ未然防止啓発プログラムを実施する指導者は、まずデートＤＶについて自分自身が学び、理解することが必要です。その上で、生徒の様子などを十分に考慮しながら実施することが重要となってきます。

デートＤＶに関する参考図書やＤＶＤなどが多く出版されています。とちぎ男女共同参画センターの情報ライブラリーでは、たくさんの書籍やＤＶＤを所蔵していますのでご利用ください。

Ⅲ　指導内容　目次

１　自己チェック……7

２　ＤＶ（ドメスティック・バイオレンス）とは？……9

３　デートＤＶの現状……11

４　暴力の種類……13

（１）多様な暴力の種類……13

（２）身体的暴力……15

（３）精神的暴力・ことばによる暴力……16

（４）社会的暴力……17

（５）経済的暴力……18

（６）性的暴力……19

５　暴力のサイクル……20

６　デートＤＶはなぜおきるの？……22

（１）力と支配（パワーとコントロール）……23

（２）暴力容認……24

（３）社会的・文化的につくられた性差に基づく偏見（ジェンダー・バイアス）　26

７　対等な関係ってどんな関係？……28

（１）自分らしさを大切にする……29

（２）自己肯定感・自尊感情をもつ……30

（３）相手を尊重する……32

（４）自分の気持ちを伝えよう！……33

相手をおさえて自分を押し通す攻撃的な方法……34

自分をおさえて相手を優先する消極的な方法……35

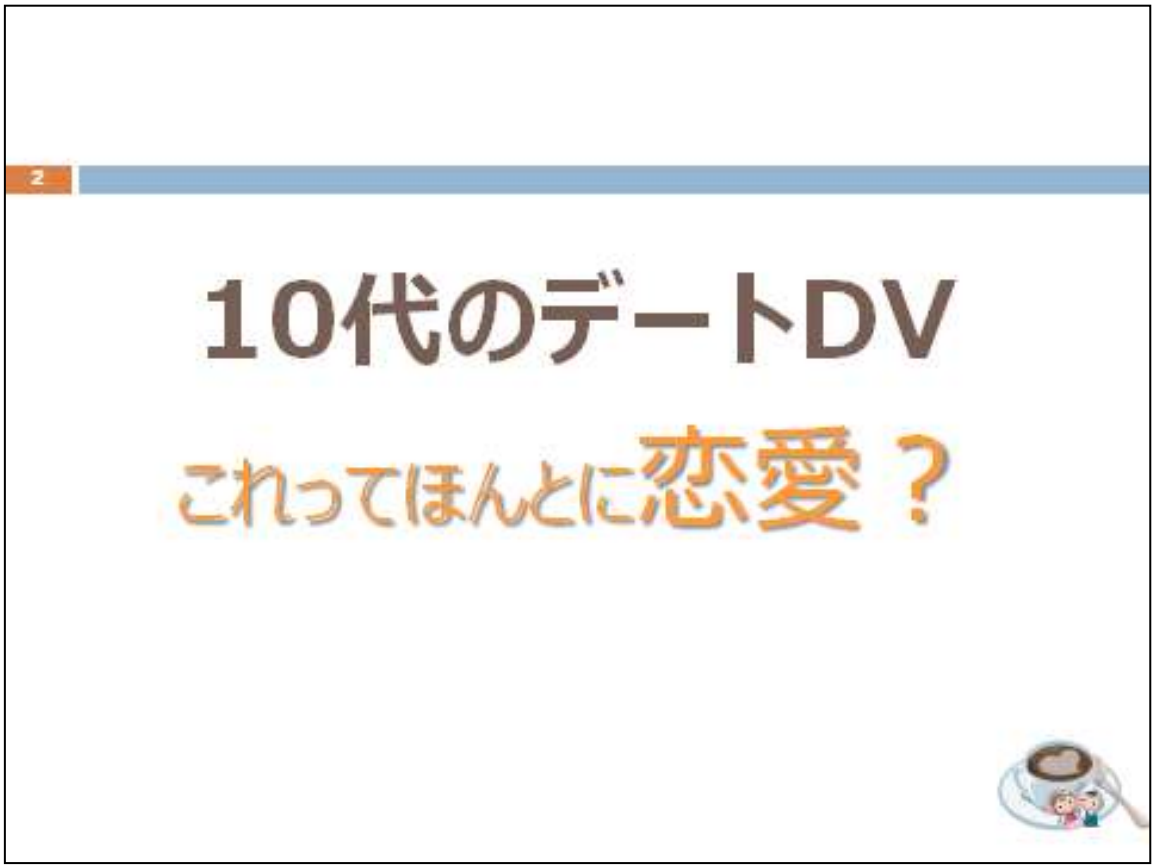
自分を主張しつつ相手にも配慮する方法（アサーティブな方法）……36

８　もし、相談されたら……37

９　まとめ……40

１　自己チェック

【スライドNo.２】



● **ねらい**

はじめに、生徒に自分の普段の行動や考え方を自己チェックしてもらいます。

この自己チェックにより、日常の対人関係の中でなにげなく行っていることや恋愛関係ならば当然だと思っていることが、デートＤＶになりうることに気づいてもらいます。

また、デートＤＶは特殊な人達の特別な問題ではなく、自分にとっても身近なことなのだということを認識してもらいます。

● **進め方**

チェック項目は全部で１０問あります。

チェックシートを配付しても、指導者の方が質問項目を読み上げ、チェックさせてもかまいません。

ただし、自分の行動や考え方を他の人に知られたくないと思う生徒もいると思いますので、あくまで自己チェックとします。

テストではないので、個々人でチェックすればよく、結果の良し悪しをここで確認する必要はありません。

生徒には、交際相手がいる場合は、自分と相手の現在の状況を思い返しながらチェックしてみるように、いない場合は、将来、交際相手ができたときに自分がどうするかを想像しながらチェックすることを勧めます。

● チェック項目（あなたは大丈夫？自己チェックシート）

□ 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。付き合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くる。
□ ８　相手は、私とケンカをしたとき「おまえが怒らせるようなことをするからだ」などと言って私を責める。
□ 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。

● 生徒に伝えること

自己チェック終了後、チェック項目の１～５は、自分が交際相手に対してデートＤＶをしている可能性、項目６～１０は、自分が交際相手からデートＤＶを受けている可能性をチェックする内容になっていることを伝えます。

チェック項目の３・５などは、恋愛関係にあれば当然と考え、チェックが付きやすい項目ですので、全くチェックが付かなかったという生徒は少ないかもしれません。

デートＤＶなんて、自分には関係のないことと思っている生徒も多いかもしれませんが、実は、身近なことなのだということを伝えます。

また、自己チェック終了後、「ひとつでもチェックがついた人は、自分の態度をもう一度見直してみましょう」などと言葉をかけます。

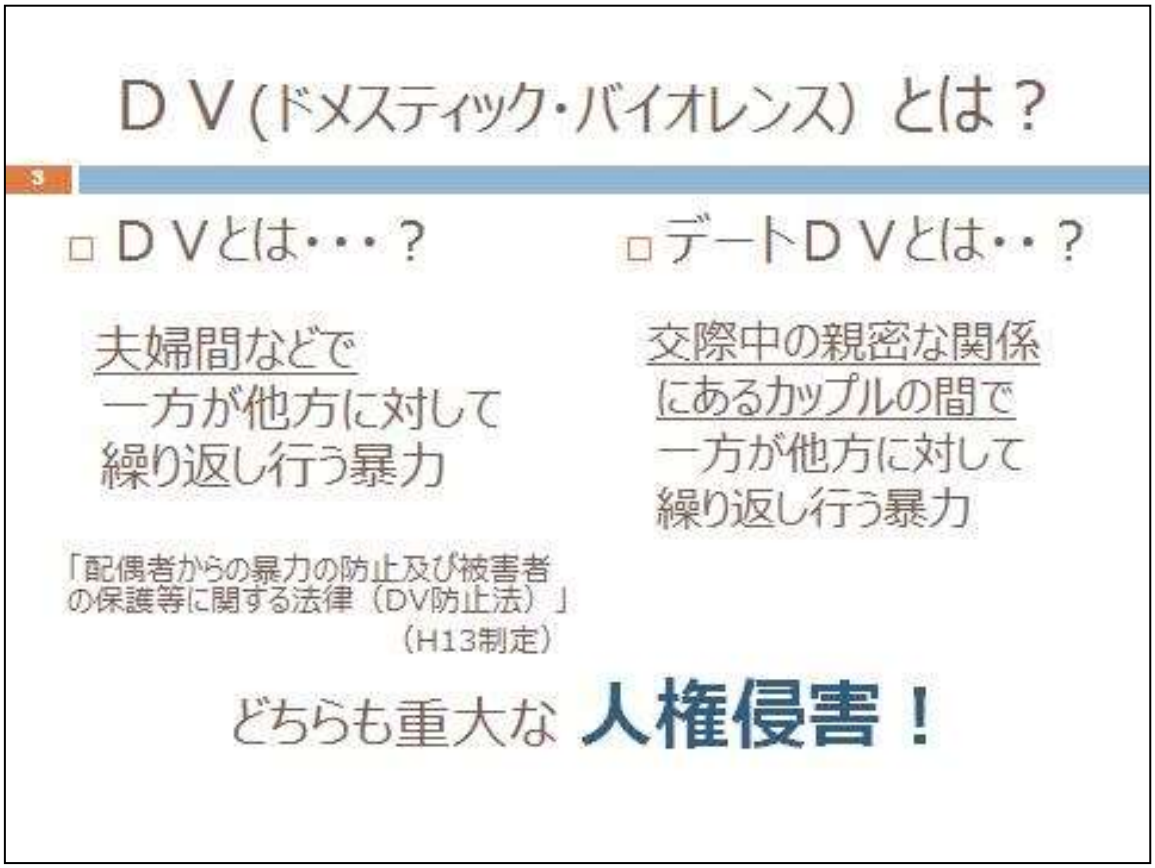
● 解説

自己チェックをする際は、考える時間をとるのではなく、淡々とチェックできるようにします。

先入観を持たずにチェックさせるため、チェックリストの内容などは、特に説明する必要はありません。

２　ＤＶ（ドメスティック・バイオレンス）とは？

【スライドNo.３】



● **ねらい**

「ＤＶ」及び「デートＤＶ」とは何かという定義を伝えます。

● **進め方**

生徒に「デートＤＶ」という言葉を聞いたことがあるか、あるいは意味を知っているかをたずねます。おそらく、ほとんどの生徒が知らないと思われますので、「ＤＶ」という言葉の定義から説明し、「デートＤＶ」という言葉の定義と、どちらも、犯罪となる行為をも含む重大な人権侵害であることを説明します。

● **生徒に伝えること**

「ＤＶ」と「デートＤＶ」という言葉の一般的定義とその違いについて説明します。

★「ＤＶ」　　夫婦などの間で一方が他方に対して繰り返す暴力のこと

★「デートＤＶ」　交際中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

ＤＶもデートＤＶも、犯罪となる行為をも含む重大な人権侵害であることを、はっきりと伝えます。

● **解説**

★　**ＤＶ及びデートＤＶの一般的定義**

ＤＶとは、配偶者（事実婚や元配偶者などを含む）間で一方が他方に対して繰り

返す暴力のことで、力（パワー）で相手を思い通りに支配（コントロール）するためにふるわれる暴力のことをいいます。暴力は多くの場合、男性から女性に対してふるわれ、次の事項で説明するように様々な形態があります。

ＤＶの根底には、支配・被支配の関係があり、様々な形態の暴力が繰り返されることによって、カップル間に支配・被支配の関係が作られていきます。そこには対等な人間関係は存在せず、単なる一時的な夫婦喧嘩とは異なります。

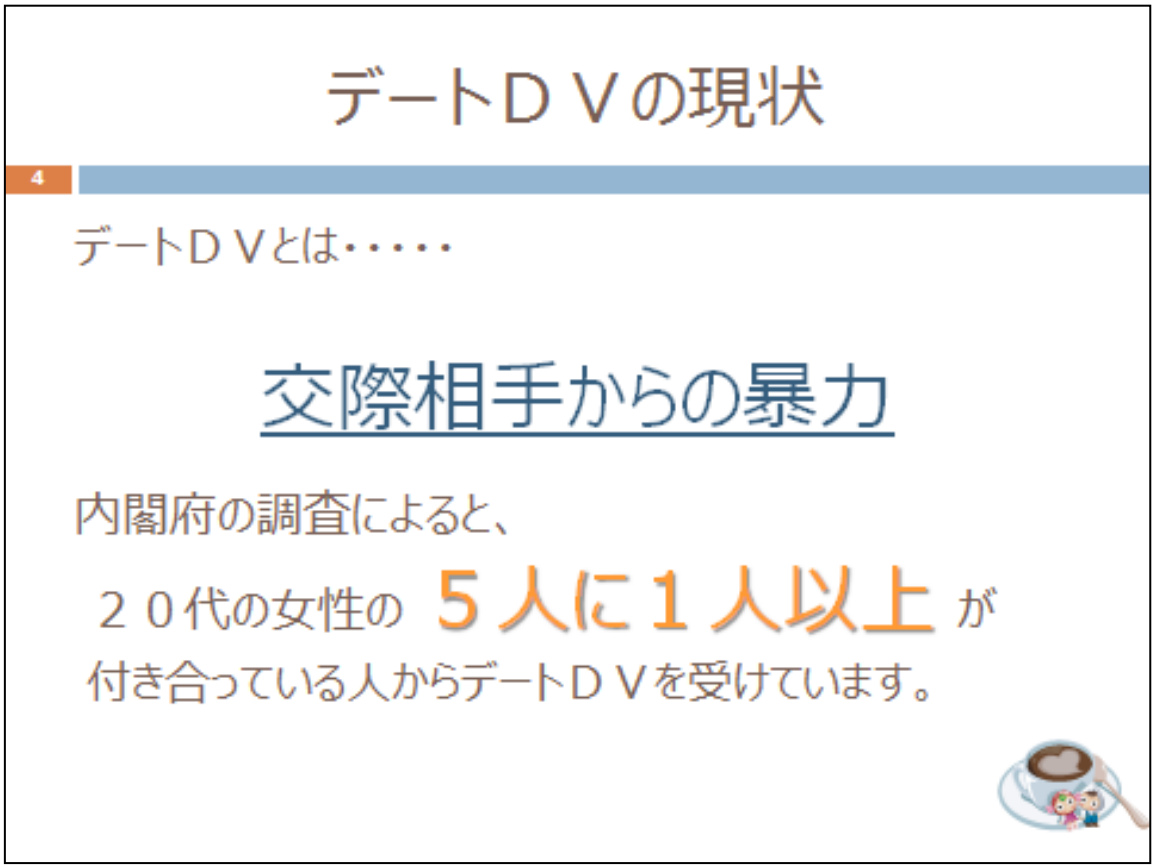
デートＤＶとは、交際中の親密な関係にあるカップル間でおこるＤＶのことをいいます。

ＤＶとデートＤＶは、婚姻関係にあるかどうかの違いだけで、ふたりの間におきていることは全く変わりません。

ＤＶもデートＤＶも、犯罪となる行為をも含む重大な人権侵害です。

３　デートＤＶの現状

【スライドNo.４】



● **ねらい**

内閣府の調査による現状を説明します。

● **進め方**

内閣府の調査データの説明と、デートＤＶは誰にでもおこりうる身近な問題であること、このプログラムでは、デートＤＶを受けている人は女性の方が多いのだということを前提に進めることを説明します。

● **生徒に伝えること**

内閣府の調査から、デートＤＶの被害を受ける若い女性は多く、誰にでも起こりうる身近な問題なのだということを伝えます。

なお、男性がデートＤＶの被害者になることももちろんあります。しかし、女性は特に心身に受ける影響が大きく（巻末の内閣府の調査参照）、大人になってからのＤＶの被害者は圧倒的に女性であるため、このプログラムでは、デートＤＶをされる人は女性の方が多いのだということを前提に説明することを伝えます。

● **解説**

★　**デートＤＶの現状**

平成 23 年に実施された内閣府の調査『男女間における暴力に関する調査』（巻末参照）では、10 歳代から 20 歳代の頃に交際相手がいた（いる）人に、交際相手か

らの被害経験（“身体的暴行”“心理的攻撃”“性的強要”のいずれかをされたことがある）を聞いた結果、性・年齢別にみると、若年層ほど被害経験のある人が多い傾向にあり、女性の 20 代では、23.4%（5 人に 1 人以上）が被害経験があったと回答しています。

また、その行為によって、命の危険を感じた経験や、怪我をしたり、精神的に不調をきたしたことがあるという回答は、女性の方がかなり多くなっています。

４　暴力の種類

【スライドNo.５】

（１）多様な暴力の種類

●　ねらい

デートＤＶでおこる多様な暴力の種類（身体的暴力、精神的暴力・ことばによる暴力、社会的暴力、経済的暴力、性的暴力）について説明します。

「暴力」という言葉で一般的に連想される「殴る・蹴る」という行為以外にも、様々な行為が暴力に当たることを確認します。

●　進め方

スライドNo.６～10まで、各暴力の具体例とそれによる影響を順に説明します。

●　生徒に伝えること

どの暴力も許されないことをしっかりと伝えます。

●　解説

★　暴力について説明する際に留意すること

生徒の中には、交際相手との関係がすでにデートＤＶの状態であったり、生徒の両親がＤＶの加害者・被害者の関係であるため、悩んでいたりすることもありますので、当プログラムを実施する際は、生徒の反応を見ながら取り組むようにしてください。

養護教諭・スクールカウンセラーなどと連携を取れるようにしておくと良いでしょう。

「暴力」というと、殴る・蹴るといったことを連想しがちですが、それだけが「暴力」ではありません。

相手を自分の思いどおりにするために行う行為は、どのような方法でも暴力になります。

デートＤＶをする人は、「お前が悪いから、殴るんだ！」などと、暴力を正当化しがちですが、デートＤＶをする人は、相手を自分の思いどおりにする手段として暴力を選んで使っているのです。デートＤＶを受けている人の責任ではないのです。

特に、性的暴力についてはデリケートな問題ですが、言葉を濁したり、ごまかしたりせずに、生徒に伝えましょう。

【スライドNo.６】

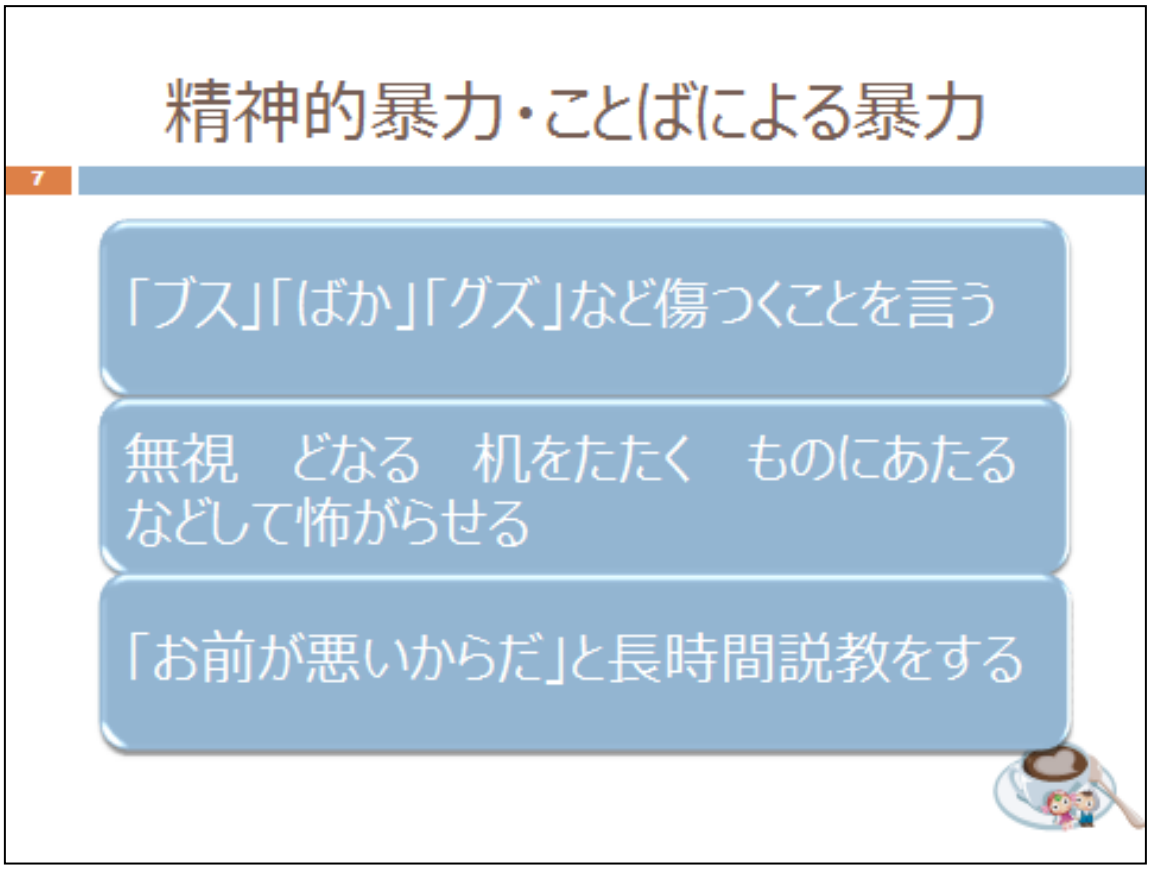
（２）身体的暴力

相手を殴る、平手で顔を叩く、蹴る、突き飛ばす、髪を掴んで引っ張る、首を絞める、物を投げつけるなど。

● 生徒に伝えること

デートＤＶを受けている人は、一度殴られると、次は相手が殴る真似をするだけでも恐怖感から相手の言うことに逆らえなくなってしまいます。

【スライドNo.７】



（３）精神的暴力・ことばによる暴力

大声で怒鳴る、「バカ」「グズ」「ブス」など傷つくことを言う、ののしる、「お前が悪いからだ」などと長時間説教する、机を叩いたり、物に当たるなどして怖がらせる、無視する、人前で恥をかかせる、「自殺する」と脅すなど。

● 生徒に伝えること

「身体的暴力」と違い、「精神的暴力・ことばによる暴力」のような目に見えない暴力があることを伝えます。

また、目に見えない暴力は、暴力の手段も、暴力の痕跡も残らないために第三者からはわかりづらく、暴力をふるわれた人は、場合によっては「身体的暴力」よりも深く傷つくことがあることを伝えます。

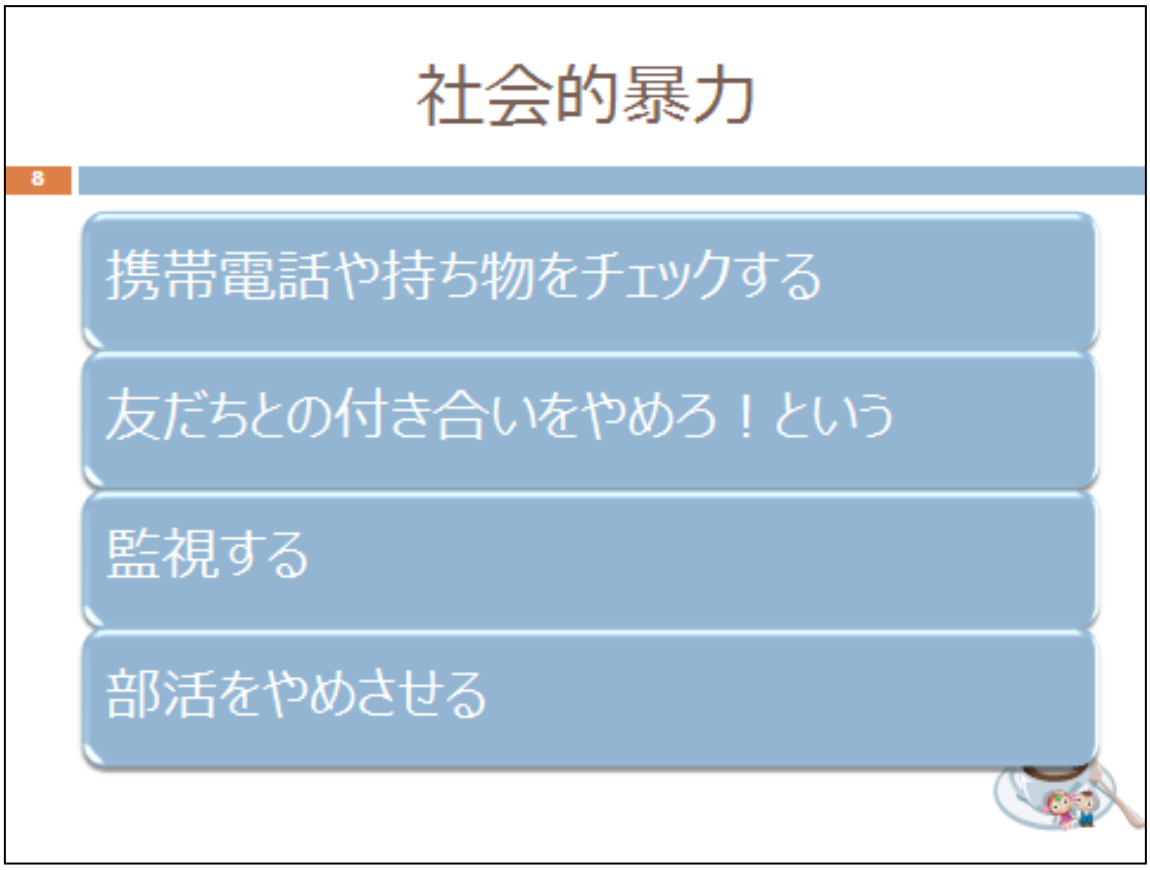
ひとことMEMO

「いじめ」にも「精神的暴力」は含まれます。

毎日毎日「精神的暴力」が続くと、どのような気持ちになるかを、自分自身に置き換えて考えてみるよう伝えてみてはどうでしょうか。

また、携帯電話のサイトやメールを使っての「暴力」は、生徒にとって身近な問題なので、例にあげて話してみても良いでしょう。

【スライドNo.８】



（４）社会的暴力

行動を監視する、携帯電話やメールの内容・アドレスをチェックする、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、部活をやめさせるなど。

● 生徒に伝えること

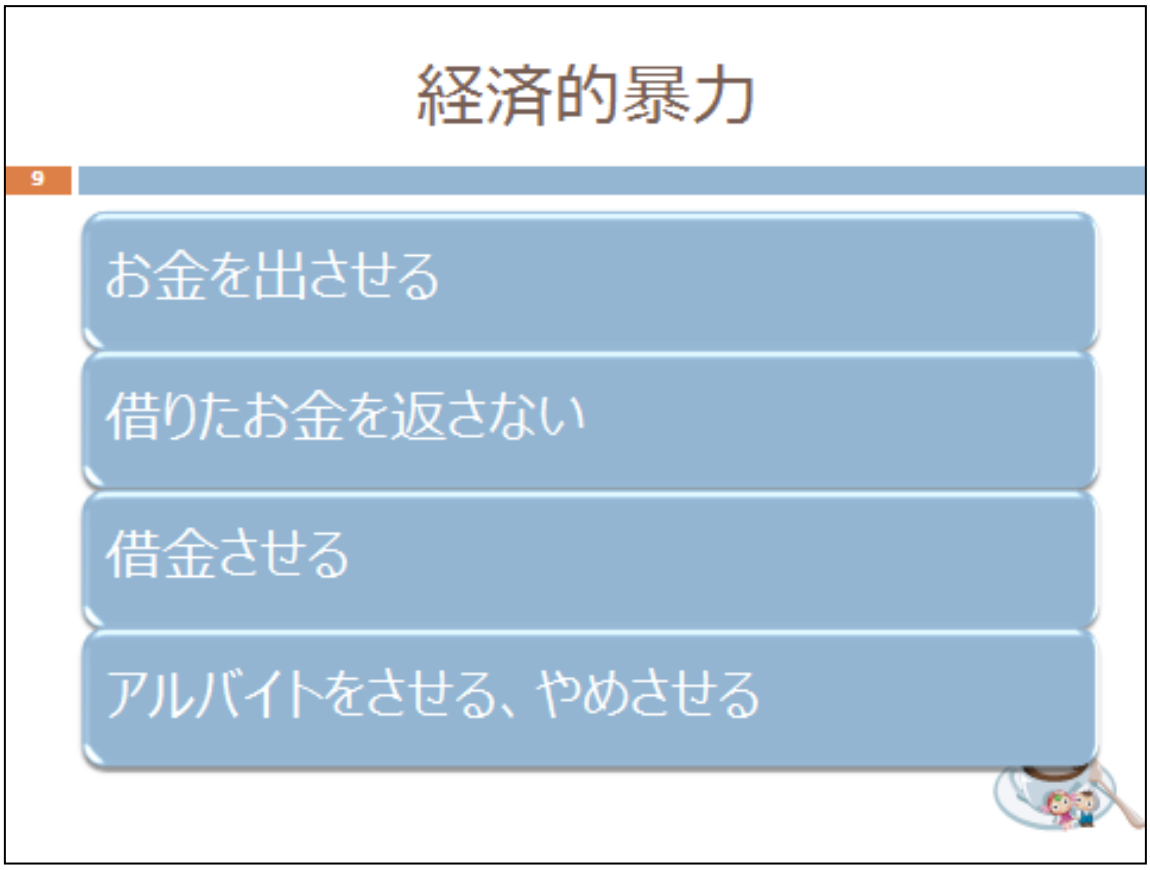
「社会的暴力」によって、友だちや部活の仲間との付き合いを制限されることで、デートＤＶを受けている人は、友だちなどから疎外され、孤立してしまいます。

周囲に信頼できる人がいなくなり、デートＤＶを受けていることを誰にも相談できず、暴力から逃れることができなくなってしまうことを伝えます。

この「社会的暴力」の説明では、「孤立する」ということが、デートＤＶを受けている人に及ぼす影響について伝えます。

メールをチェックされたり、友だちとの付き合いをやめさせられるなどの事柄よりも、そのことにより、周囲から孤立してしまい、デートＤＶをしている人から離れられなくなってしまうのだということをしっかりと伝えます。

【スライドNo.９】



（５）経済的暴力

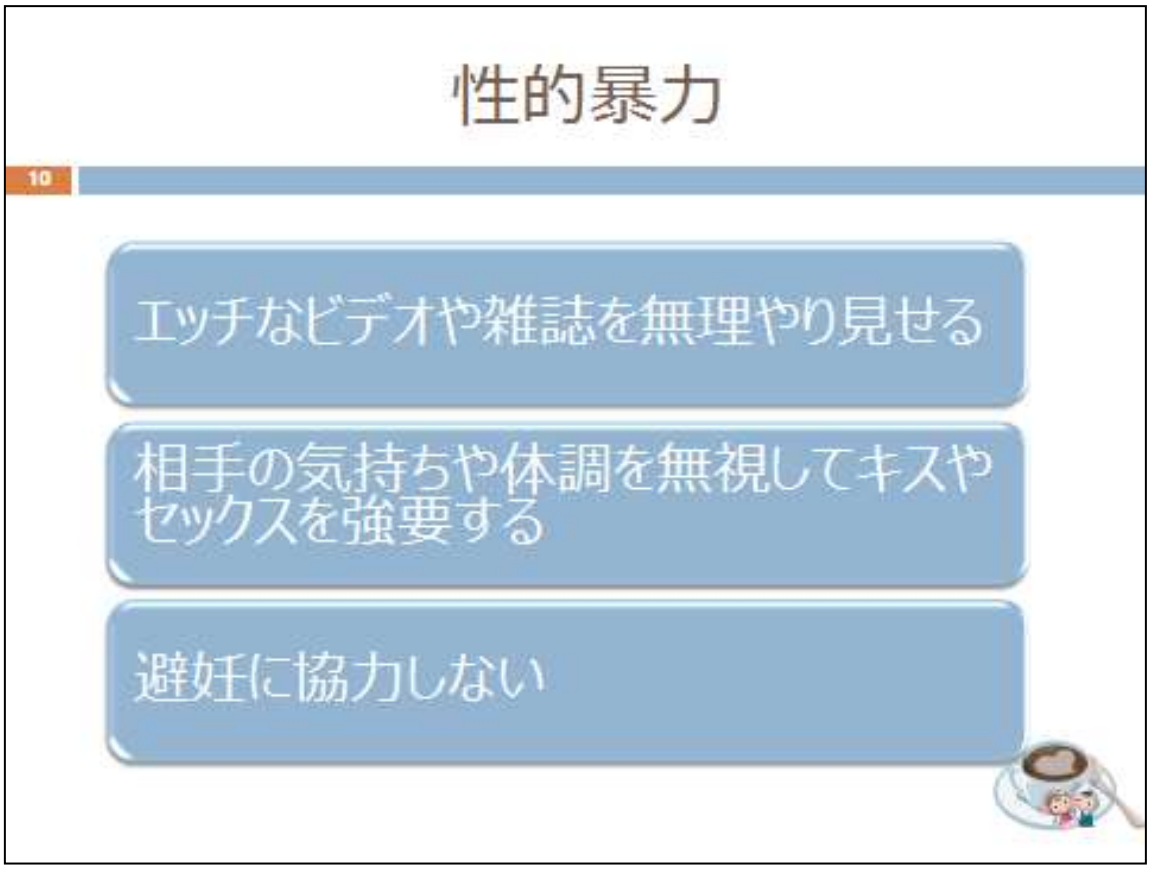
お金を出させる、借りたお金を返さない、借金をさせる、アルバイトをさせる・やめさせる、お金の使い道を報告させるなど。

● 生徒に伝えること

アルバイトをさせて、そのお金を自分のために使わせ（貢がせ）たり、アルバイトをやめさせて経済的に困窮させるなどの行為は、犯罪につながることもあります。

大人のＤＶの場合は、家計の管理を独占されていたり、生活費を渡されず借金を負うなどの経済的暴力によって、別れられなくなることが多いのが現状です。

【スライドNo.10】



（６）性的暴力

性行為の強要、避妊に協力しない、ＡＶ（アダルト・ビデオ）などを無理やり見せる、中絶の強要、性的嗜好の強要など。

● 生徒に伝えること

自分が嫌なときは、相手にきちんと「NO!」と言うように伝えます。相手に嫌われないためや、暴力から身を守るためにセックスをしても、関係は良くならないし、暴力もなくならないことを伝えます。

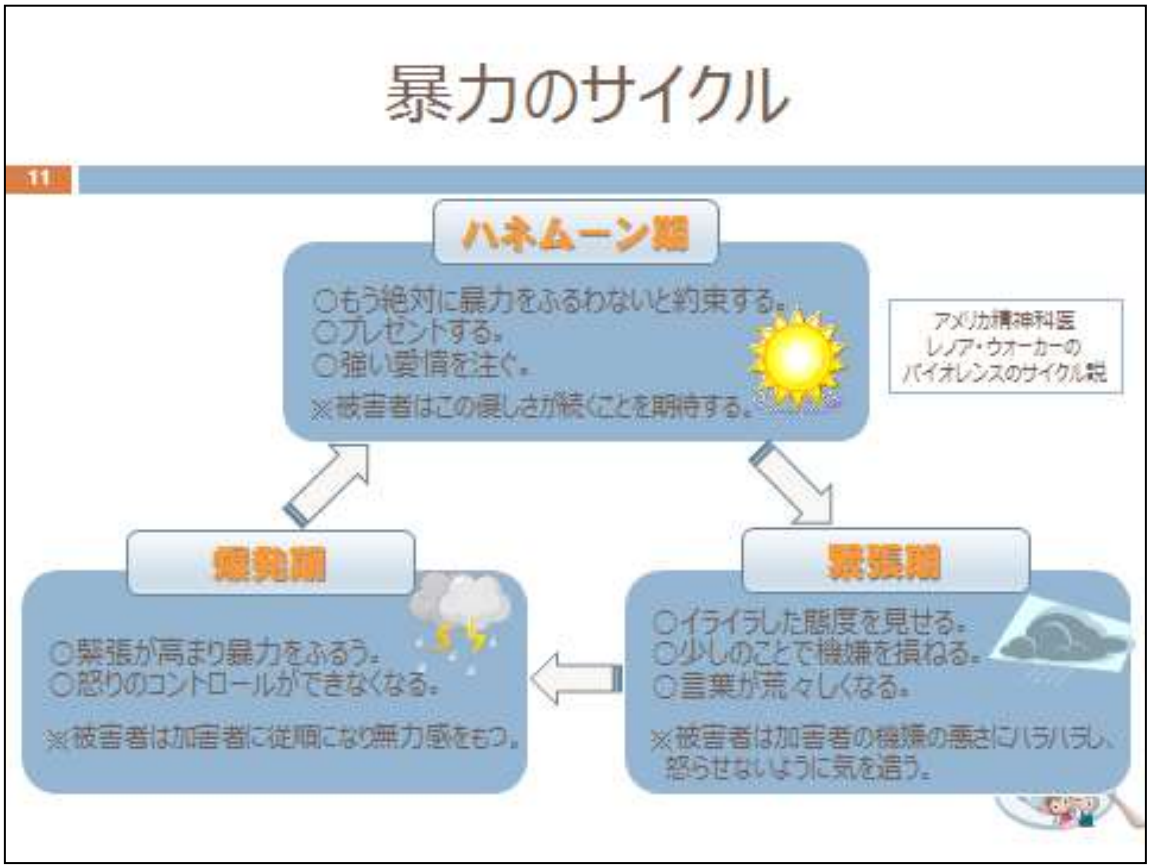
セックスをするということは、女性は子どもを妊娠し、男性は相手の女性を妊娠させることに直結しています。もし、妊娠してしまったら、子どもを産むのか堕ろす（中絶）のかという選択をしなければなりませんし、子どもを産むと決めたのなら、人をひとり育てるという責任と義務が生じます。

特に女性は、望まない妊娠・中絶などで、心身共にとても傷つきます。

セックスに伴うリスクと責任をはっきりと伝え、性的暴力は、心とからだ、将来の人生設計にも大きな影響があると伝えます。

５　暴力のサイクル

【スライドNo.11】



● 解説

★　暴力のサイクル

指導者が知っておくべきこととして、「暴力のサイクル」があります。

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。暴力をふるったあとで、謝ったり、優しく接する時期があります。そのため、デートＤＶを受けている人は、優しいときのパートナーが真実の姿だと思いがちです。

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、暴力の爆発がくるという繰り返しがおきています。

★　なぜ暴力から逃れられないか

デートＤＶの場合、「結婚しているわけではないのだから、暴力をふるうような相手とは別れてしまえば解決するのではないか」という考えがあるかもしれません。しかし、デートＤＶを受けている人が、暴力をふるう相手から離れるのは簡単なことではないということを指導者は知っておく必要があります。

まず、前述したような暴力のサイクルがあるため、デートＤＶを受けている人は「今日は、たまたま、機嫌が悪かっただけかもしれない」「自分が我慢すれば、暴力はなくなるかもしれない」と考えてしまいます。しかし、暴力はなくなりません。交際相手から暴力によって支配され続けていると、暴力をふるわれている人は、次第に無力感を感じるようになるのです。

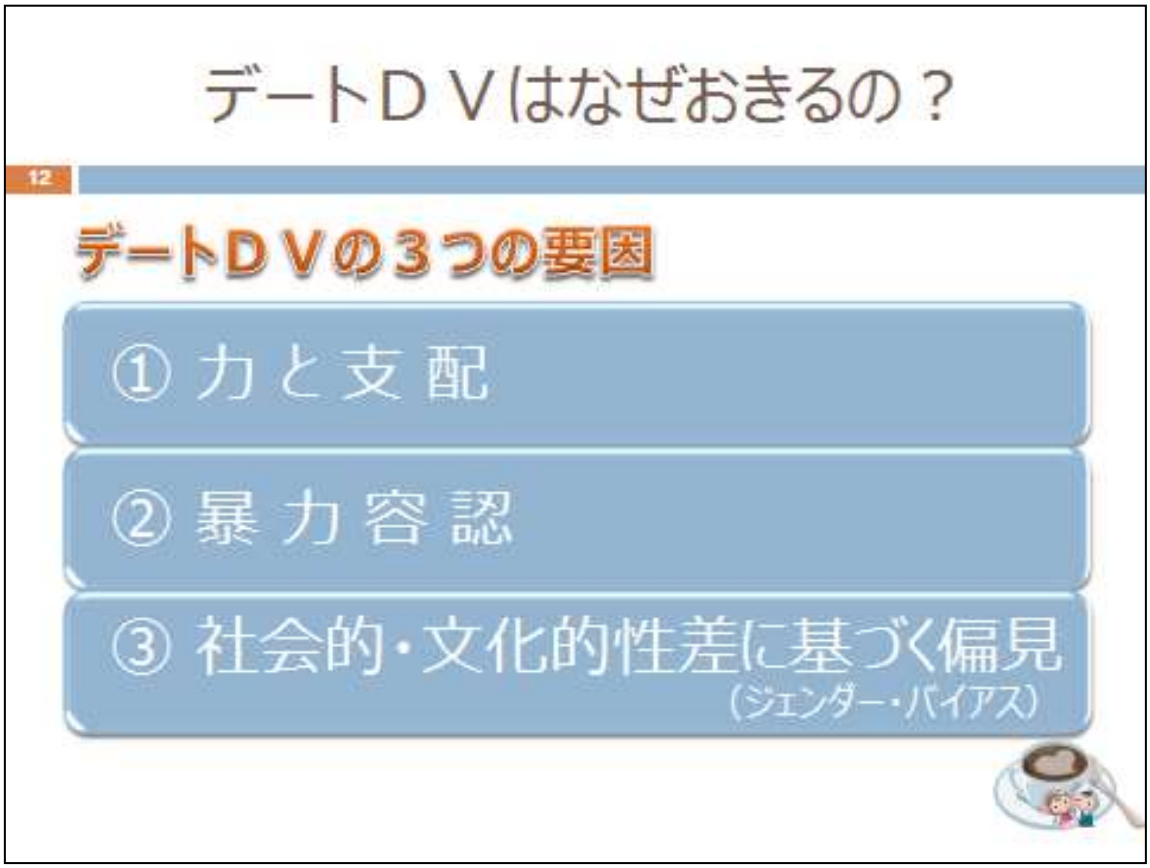
また、前述の内閣府の調査では、交際相手から何らかの被害を受けたとき、相手と「別れたい（別れよう）と思ったが、別れなかった」という人に別れなかった理由を聞いたところ、「相手の反応が怖かったから」という回答が最も多くなっています。

デートＤＶを受けている人は、暴力によって支配されている状態のため、デートＤＶをする人に逆らうことに恐怖を感じています。

このような無力感や恐怖から、なかなか暴力による支配から逃げ出せないのです。

６　デートＤＶはなぜおきるの？

【スライドNo.12】



● **ねらい**

デートＤＶはなぜおきるのかを以下の３つの要因から考えます。

（１）力と支配（パワーとコントロール）

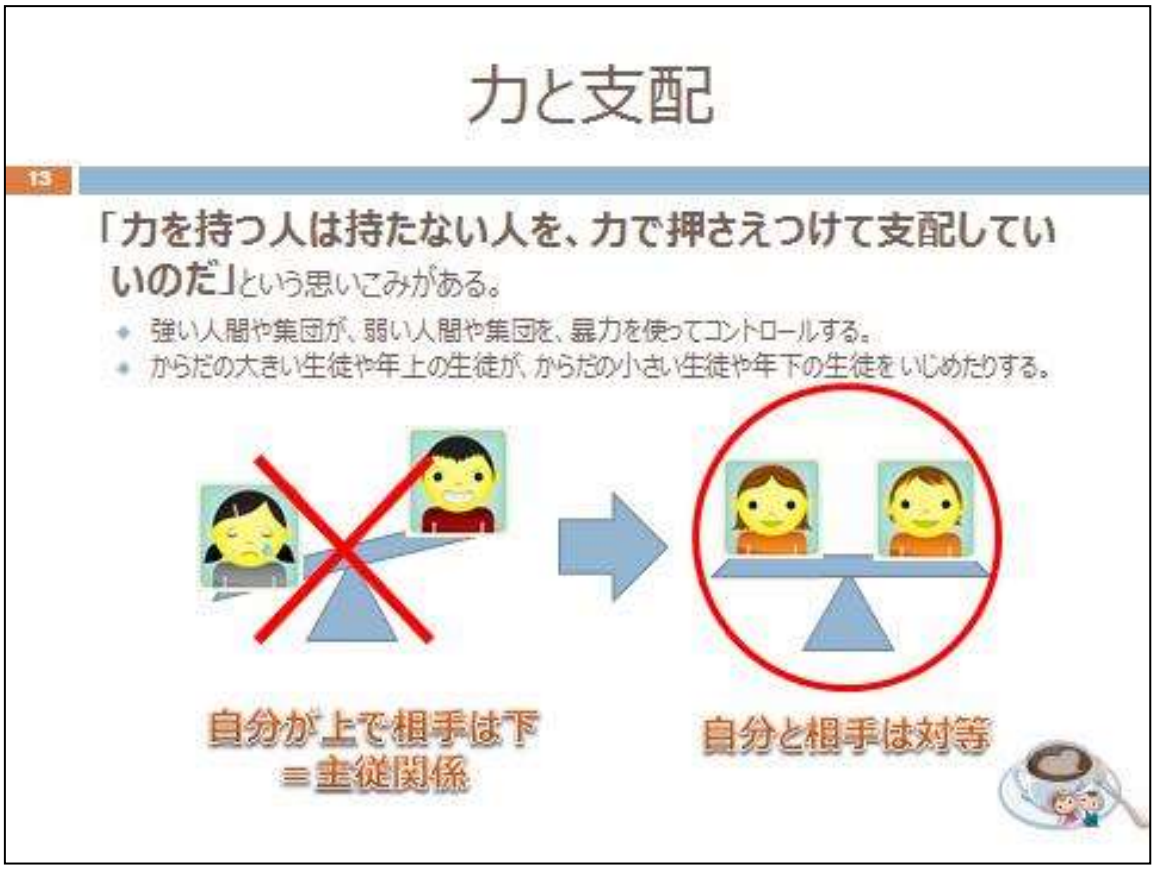
（２）暴力容認

（３）性別による偏見（ジェンダー・バイアス）

● **進め方**

デートＤＶがおこる３つの要因を説明します。

【スライドNo.13】



（1）力と支配（パワーとコントロール）

● 生徒に伝えること

デートＤＶがおこる背景には、「力（パワー）を使って相手を支配（コントロール）していい」という考え方があること、こういった考え方を人は持ちがちであるため、誰もがデートＤＶをする人・される人になる可能性があることを伝えます。

また、本来、交際中のふたりの関係は対等なもので、上下・主従はないことを伝えます。

● 解説

デートＤＶで、前述のような暴力が使われる背景には、「力（パワー）を使って相手を支配（コントロール）していい」という考え方があります。デートＤＶをする人は、自分の思いどおりに相手を動かす手段として、前述のような様々な暴力を選び、組み合わせて使っているのです。

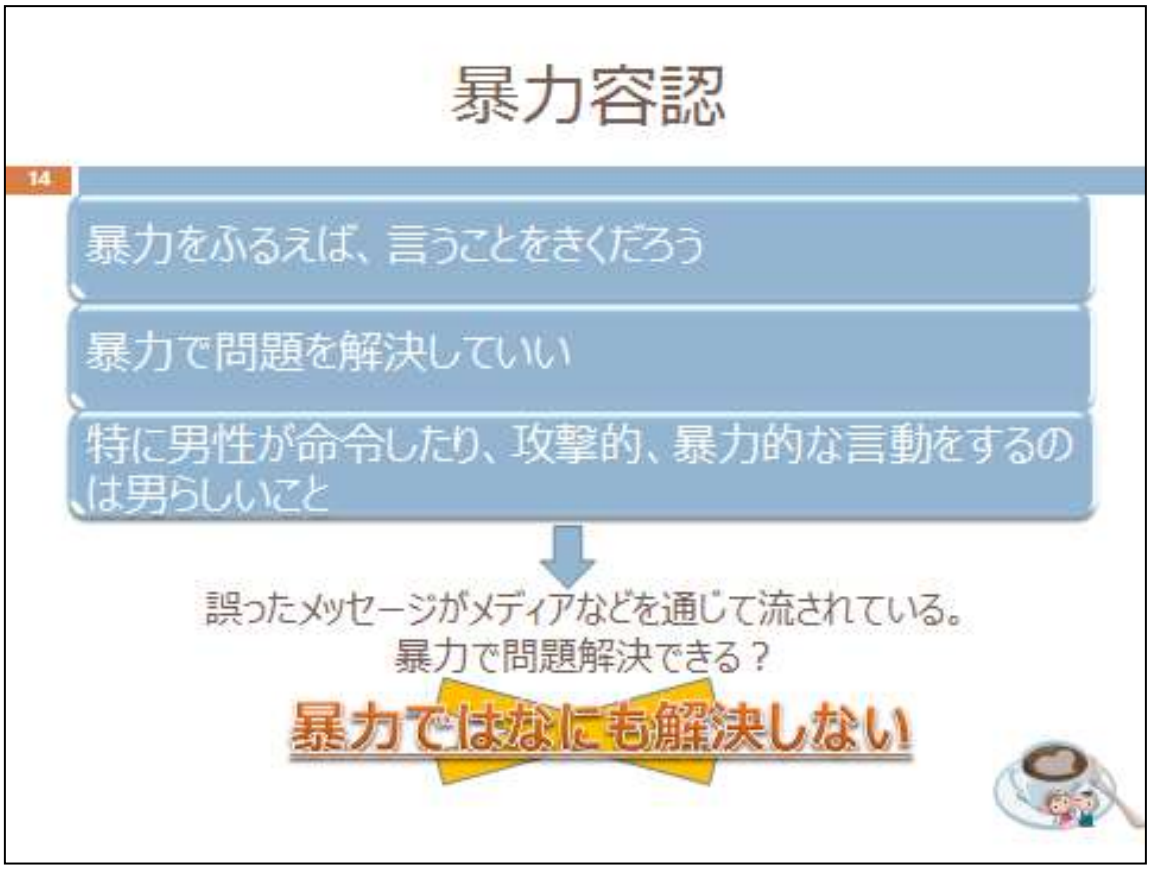
「力を持つ人が、力を持たない人を、力を使って押さえつけ、支配していい」というような考え方は、大なり小なり誰もが持ちがちです。親からの体罰や、学校でのいじめ、会社でのセクシャルハラスメント、パワーハラスメントなども、このような考え方のもとにおきていることです。

ですから、誰もがデートＤＶをする人・される人になる可能性があるのです。

デートＤＶがおきているカップル間の関係は、上下や主従の関係です。このような場合は、ふたりの関係が対等ではないため、デートＤＶを受けている人（下・従）は、デートＤＶをしている人（上・主）に対して自分の意見が言えなくなってしまいます。

本来、交際中のふたりの関係は対等なもので、上下・主従はありません。

【スライドNo.14】



（2）暴力容認

● 生徒に伝えること

私たちの周りには、様々なメディアからの暴力の情報があふれており、そういった情報の中には、暴力を容認するものが数多くあることを伝えます。

暴力では問題は何も解決しないこと。デートＤＶをしない・されないためには、「どのような理由があっても暴力はいけない」という、暴力を許さない気持ちをお互いにもつことが大切であることを伝えます。

● 解説

「力を使って相手を支配していい」という考え方を、私たちはどこで学ぶのでしょうか。

私たちの周りには、テレビのドラマやニュース、映画、マンガ・雑誌、ゲーム、インターネットなど、様々なメディアからの暴力の情報があふれています。

そういった情報の中には、「暴力をふるえば、相手は言うことをきく」「暴力で問題を解決しても良い」「暴力的・攻撃的な言動をするのは、男らしいことだ」「暴力はカッコイイ」というような暴力を美化したもの、容認するものが数多くあります。

そういった情報に多く接することによって、「暴力をふるえば問題は解決する」というメッセージを受け取ってしまうのです。

また、多くの人は「暴力はいけない」と思っていても、「そこに愛情があれば、多少

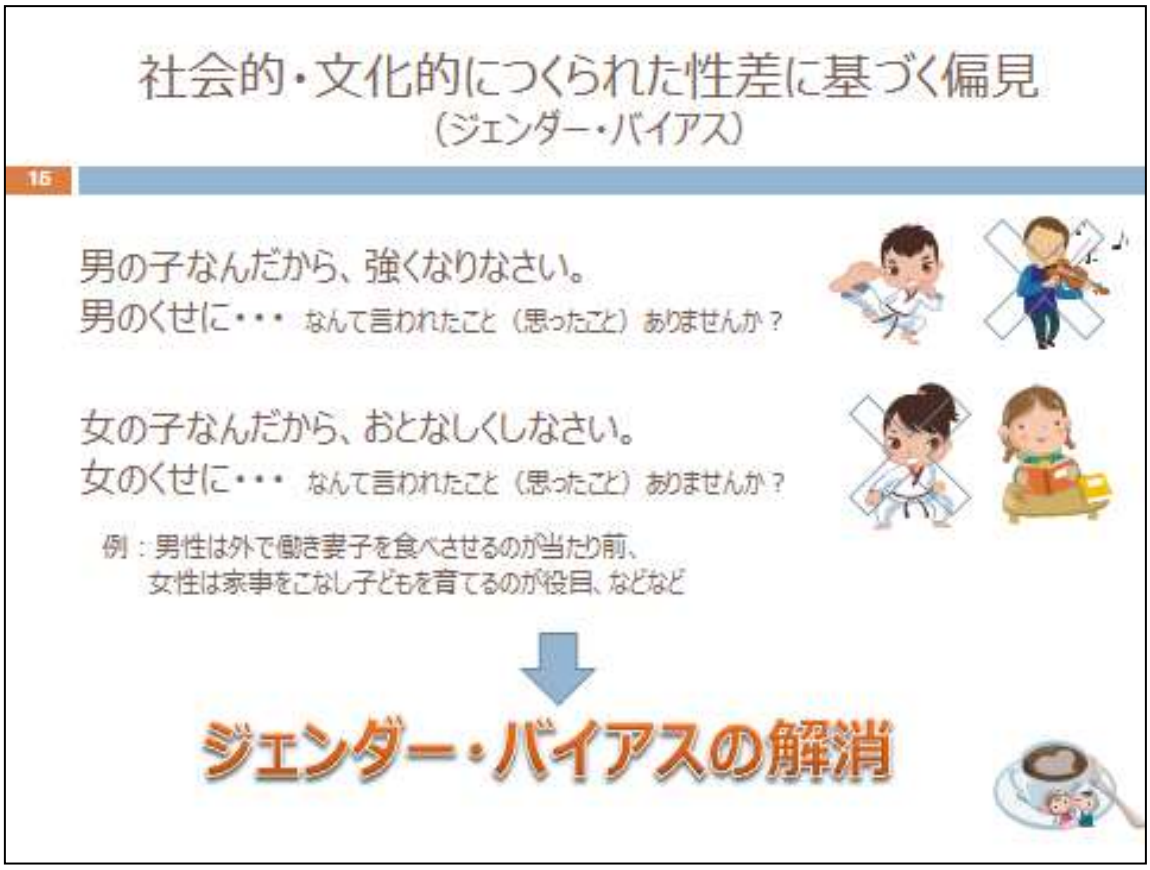
の暴力は許される」「暴力によって、問題が解決するのであれば許される」と条件をつけて容認している場合もあります。

恋愛関係にあるときは、「相手のことが好きだから、嫉妬してしまって」「相手は自分のことを気にかけてくれているから」と束縛という暴力を愛情の証と考えてしまいがちですが、暴力で相手を思いどおりにすることは、相手の心や身体を深く傷つけ、暴力をふるわれた人は、相手を好きだという気持ちも次第になくなっていきます。

暴力では問題は何も解決しません。ふたりの関係を壊すだけです。

デートＤＶをしない・されないためには、「どのような理由があっても、暴力はいけない」という、暴力を許さない気持ちをお互いがもつことが大切なのです。

【スライドNo.15】



（３）社会的・文化的につくられた性差に基づく偏見（ジェンダー・バイアス）

● 進め方

ジェンダー・バイアスの意味を説明し、私たちが無意識のうちにジェンダー・バイアスによる「思いこみ」にとらわれていることを意識してもらうため、クイズを行います。

● 有能な外科医のクイズ

路上で交通事故がありました。大型のトラックが、ある男性と彼の息子を轢きました。父親は即死しました。息子は病院に運ばれました。

彼の身元を病院の外科医が確認しました。外科医は、「息子！これは私の息子！」と叫び声をあげました。

外科医は、なぜこのようなことを言ったのでしょう？

答えは、「外科医は、息子の**母親だった**から」です。

女性の医師が増えてきたとはいえ、医師には男性が多く、「外科医」というと自然に男性の姿を連想してしまいがちです。すると、答えは、「息子には父親が２人いたから」となってしまいます。

このように、私たちは無意識のうちに「思いこみ」にとらわれることがあります。

● 生徒に伝えること

社会的・文化的につくられた性差に基づく偏見（ジェンダー・バイアス）の意味を説明します。

私たちは無意識のうちに、この「ジェンダー・バイアス」による思いこみにとらわれており、その思いこみのため、男女間に上下・主従の関係（力の差）を作ってしまうことを伝えます。

● 解説

生物学的な性差「セックス」とは別に、社会的・文化的につくられた性差のことを「ジェンダー」といいます。いわゆる、「女らしさ・男らしさ」と言われるものです。

「バイアス」とは、「偏見・先入観」のことです。

わたしたちの社会には、このジェンダー・バイアスの情報が溢れています。

この「女らしさ」「男らしさ」という言葉から連想されるイメージとは、どのようなものでしょうか。

「男らしさ」として連想されるものには、強い、たくましい、積極的、リーダーシップがある、感情を表さない、弱音をはかない、男は外で仕事をする・・・などがあります。こうした先入観が偏ったまま成長し、交際を始めると、「相手をリードしなければ」「相手を守らなければ」「男の自分を優先して欲しい」と考えがちです。

また、「悲しい」「つらい」という自分の感情を表現しないために、「言わなくてもわかって欲しい」という相手に対する欲求が満たされず、「お前がわかってくれないからだ」という「怒り」に変わってしまいます。

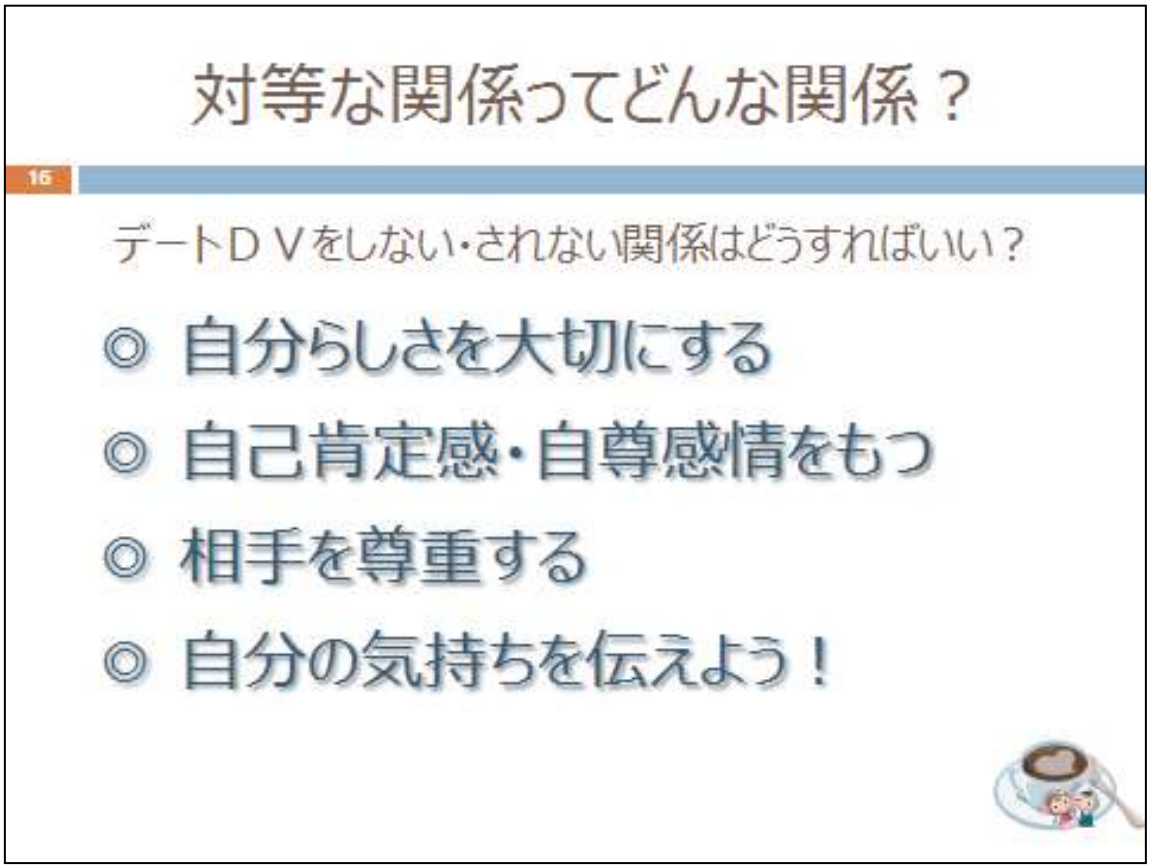
「女らしさ」として連想されるものには、か弱い、おとなしい、優しい、従順、可愛い、ひかえめ、面倒見が良い、気が利く、女は家庭に入り家族の世話をする・・・などがあります。こうした先入観が偏ったまま成長し、交際を始めると、「女性は男性より控えめにしないと」「相手に従っていれば嫌われない」「相手に頼って甘えたい」と考えがちです。

このようなふたりの関係は、次第に対等ではなくなり、上下・主従の関係（力の差）ができてしまうのです。

デートＤＶがおきる背景には、ジェンダー・バイアスの影響が強いため、デートＤＶをする人は男性が多く、デートＤＶを受ける人は女性が多いのです。

７　対等な関係ってどんな関係？

【スライドNo.16】



● **ねらい**

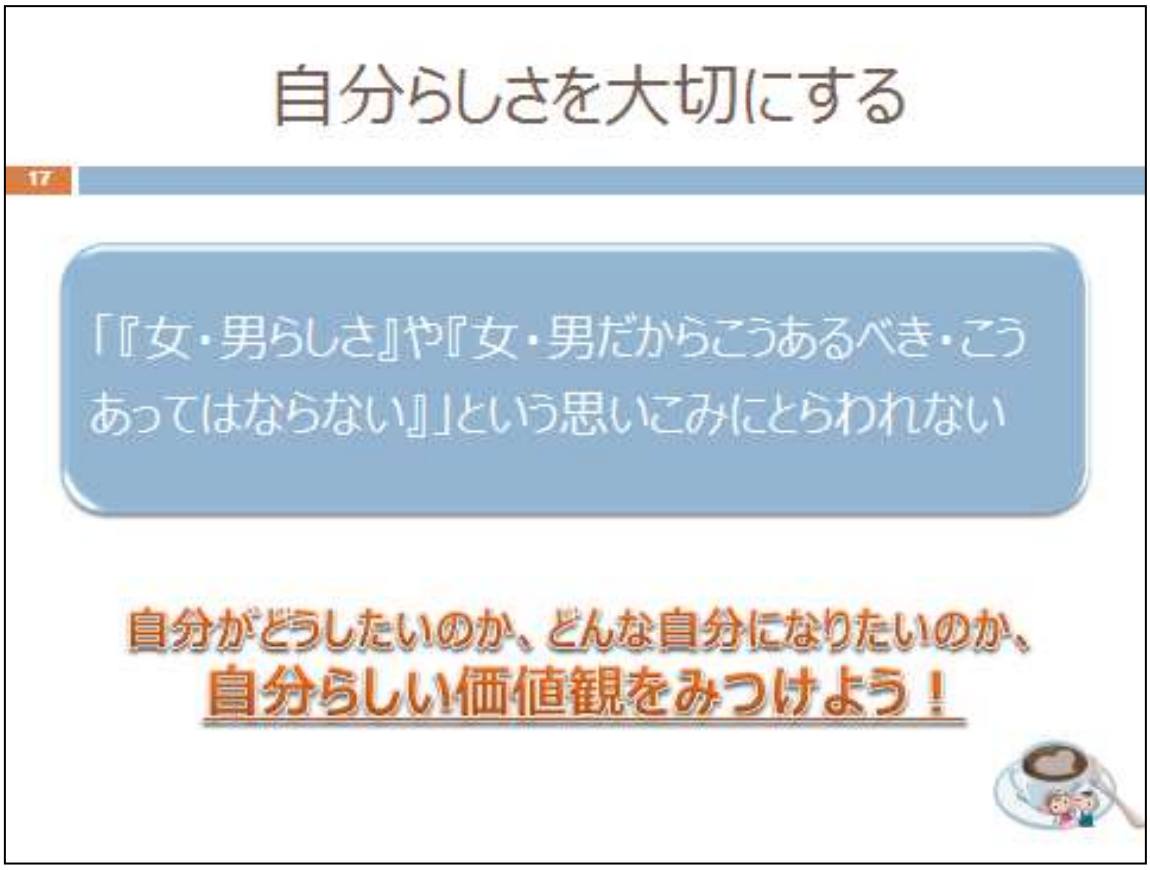
デートＤＶをしない・されない「対等な関係」とはどのような関係か、また、どうすれば「対等な関係」が築けるのかを考えます。

● **進め方**

デートＤＶをしない・されない「対等な関係」を築くためのポイントを、以下の４つの視点から説明します。

（１）自分らしさを大切にする
（２）自己肯定感・自尊感情をもつ
（３）相手を尊重する
（４）自分の気持ちを伝えよう！

【スライドNo.17】



（1）自分らしさを大切にする

● 生徒に伝えること

「女・男らしさ」や「女・男だからこうあるべき・こうあってはならない」という考え方にこだわるのではなく、「自分自身はどうしたいのか」「どんな自分になりたいのか」という、自分の気持ちを大切にしようと伝えます。

● 解説

前述のジェンダー・バイアスで学習したとおり、「女・男らしさ」や「女・男だからこうあるべき・こうあってはならない」という考え方にこだわると、ふたりの関係が対等でなくなり、上下・主従の関係（力の差）ができてしまいます。こうした関係の下では、デートＤＶがおきやすくなります。

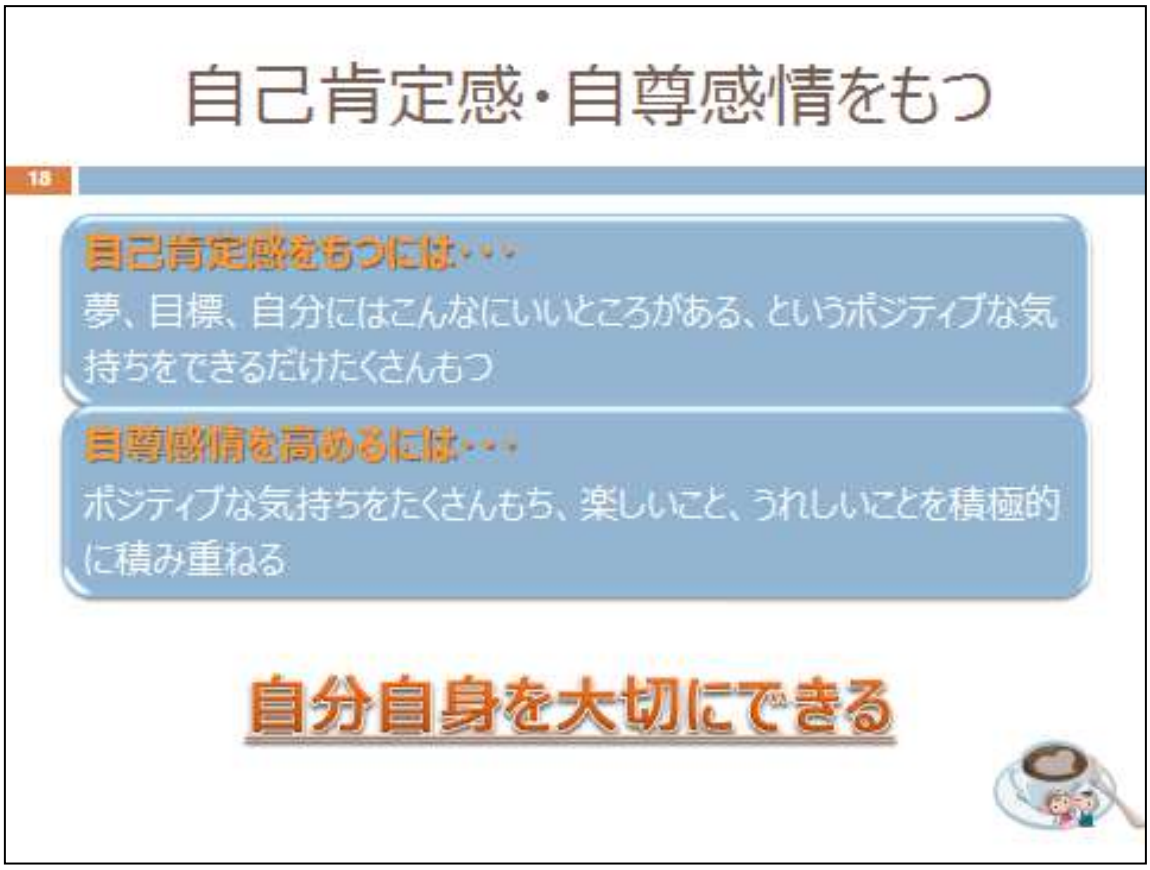
また、ジェンダー・バイアス以外にも、メディアなどによる情報から、「普通はこうだ」「こうあるべきだ」といった価値観にとらわれてしまうことがあります。

たとえば、「高校生の大部分は、交際相手がいる」「付き合ってから、ある程度の期間が経っていれば、セックスして当然だ」といった情報や価値観です。

若い人は特に、「カノジョ（カレ）がいて一人前と認められる」といった価値観や「周りは皆、初体験を済ませているから、遅れをとりたくない」というプレッシャーがあるようです。

しかし、そういった情報や価値観に流されず、「自分自身はどうしたいのか」「どんな自分になりたいのか」という自分らしい価値観を持つこと、自分の気持ちを大切にすることが重要です。

【スライドNo.18】



（2）自己肯定感・自尊感情をもつ

● 生徒に伝えること

自分の内側に、自分を大切にする気持ち、自分のやりたいこと、目標、夢、自分にはこんなにいいところがある、などポジティブ（前向き）な要素をできるだけ多く育てること。内側に良い要素が多いと、自立し、自尊心が高まり、自分を肯定できるようになることを伝えます。

● 解説

恋愛関係にあるときには、「嫌われたくない」などの心理が働き、相手の意見や希望に合わせようとしてしまいがちです。特にデートＤＶの関係にある場合、デートＤＶを受けている人は、自分の意見や希望を抑え、相手に従い合わせるあまり、自分らしさを失ってしまいます。

また、デートＤＶを受けている人は、日常的に暴力を受けているため、自分に自信が持てなくなってしまいます。

デートＤＶに陥らないためには、「自分が悪いから仕方がない」「自分なんかこの程度の人間だ」などと、暴力を受ける自分・罵られる自分を認め、あきらめてしまうのではなく、「自分は尊い存在だ」「人に愛されるに値する人間だ」という気持ちを強く持つことが大切なのです。

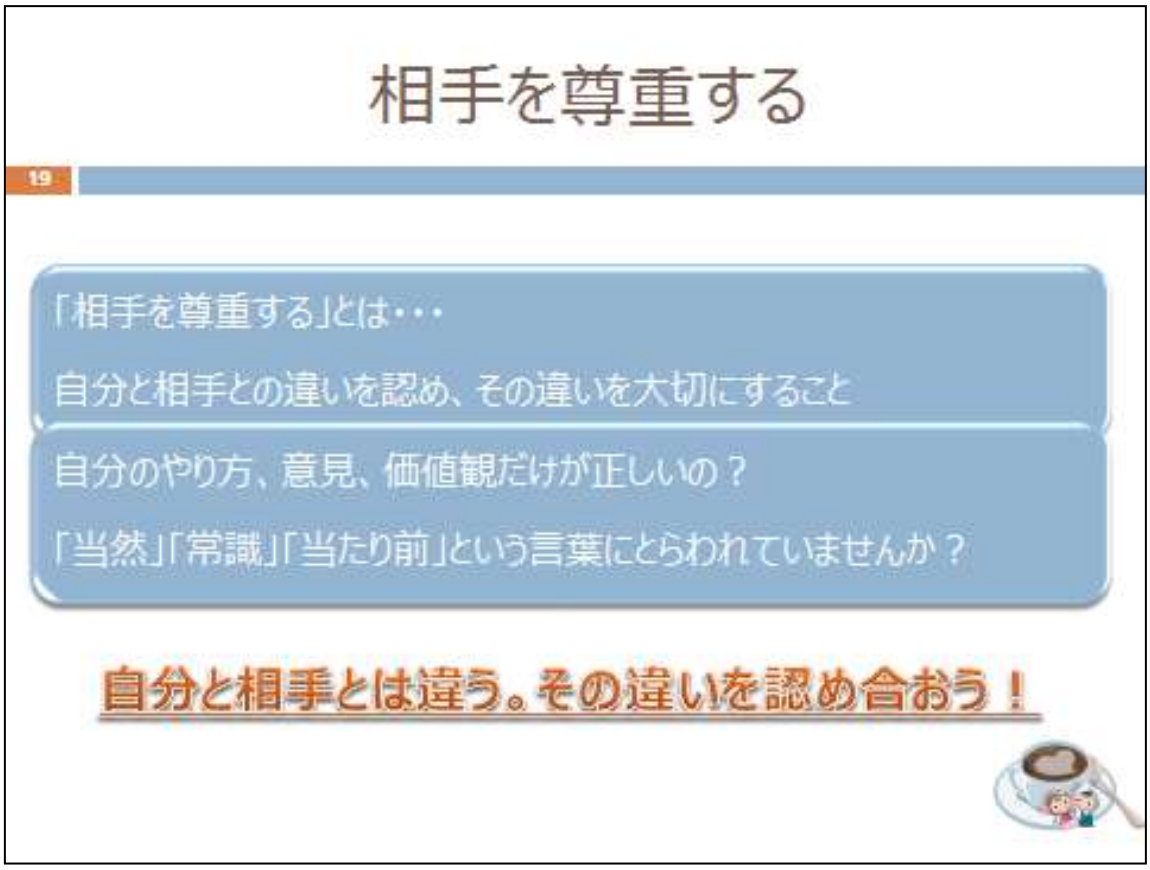
まず、自分の内側に、自分のやりたいこと、夢、目標、自分にはこんなにいいところがある、などポジティブ（前向き）な要素をできるだけ多く育てます。

自分の内側にこのポジティブな要素が多いと、自立し、自分を肯定できるようになります。自己肯定感は、「自分を粗末にしたくない」という自分自身を思いやる自尊感情となって、「暴力を受け続けるのは嫌だ」とデートＤＶに陥った関係から抜け出す力になるのです。

しかしながら、こういった自尊感情・自己肯定感をひとりで築き上げるということには、限界があります。本来、こういった感情は、他者との関係性の中で培われていくものなのです。

親や先生・友だちなどから、「あなたは尊い存在だ」「あなたにはこんなにいいところがある」と言葉や態度で伝えられることによって、培われていくものなのだということを指導者は知っておく必要があります。

【スライドNo.19】



（3）相手を尊重する

● 生徒に伝えること

「相手を尊重する」とは、自分と相手との違いを認め、相手を大切にすること。

「自分と相手は違うんだ」と認め、相手のやり方・意見・価値観などが自分と同じではなかったとしても、大切にしようと伝えます。

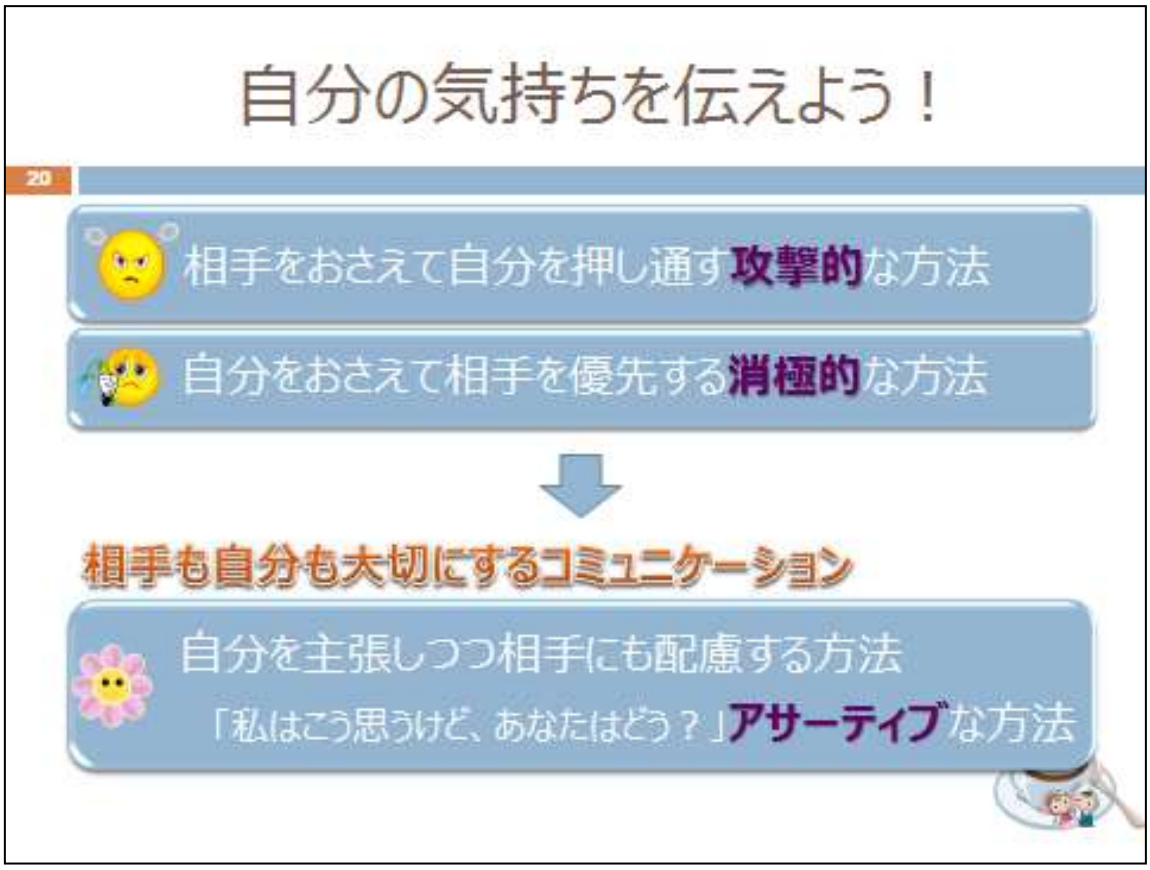
● 解説

自分が尊い存在であるように、相手も同じように尊い存在です。「相手を尊重する」とは、自分と相手との違いを認め、大切にすることです。

自分のやり方、意見、価値観を正しい、常識、当たり前と思ってしまいがちですが、世の中には様々なやり方、意見、価値観があります。自分と同じでないやり方、意見、価値観があったとしても、それを全く否定してしまうのではなく、「自分と相手は違うのだ」と認めることが大切です。

ただし、「相手を尊重する」ということは、相手のやり方、意見、価値観に全て自分を合わせるということではありません。相手から「当然」「常識」「当たり前」と強く言われると、相手のやり方、意見、価値観と同じでなければならないと思ってしまいがちですが、それは違います。やはり、「自分と相手は違うのだ」と認め、自分の意見も大切にすべきなのです。

【スライドNo.20】



（4）自分の気持ちを伝えよう！

● **ねらい**

自分の気持ちを言葉で相手に伝えることの大切さと、その方法について学びます。

● **進め方**

具体的な場面を設定し、上記３通りの方法を、次に示す事例を使ってロールプレイをします。

それぞれの伝え方の違いと、相手への伝わり方の違いについて説明します。

● **生徒に伝えること**

自分の意見を押し通したり、自分を抑えて相手を優先させたりするのではなく、「自分の気持ちを相手に伝え、相手の気持ちも大切に聴く」アサーティブなコミュニケーションを身につけることで、良い関係を築くことができると伝えます。

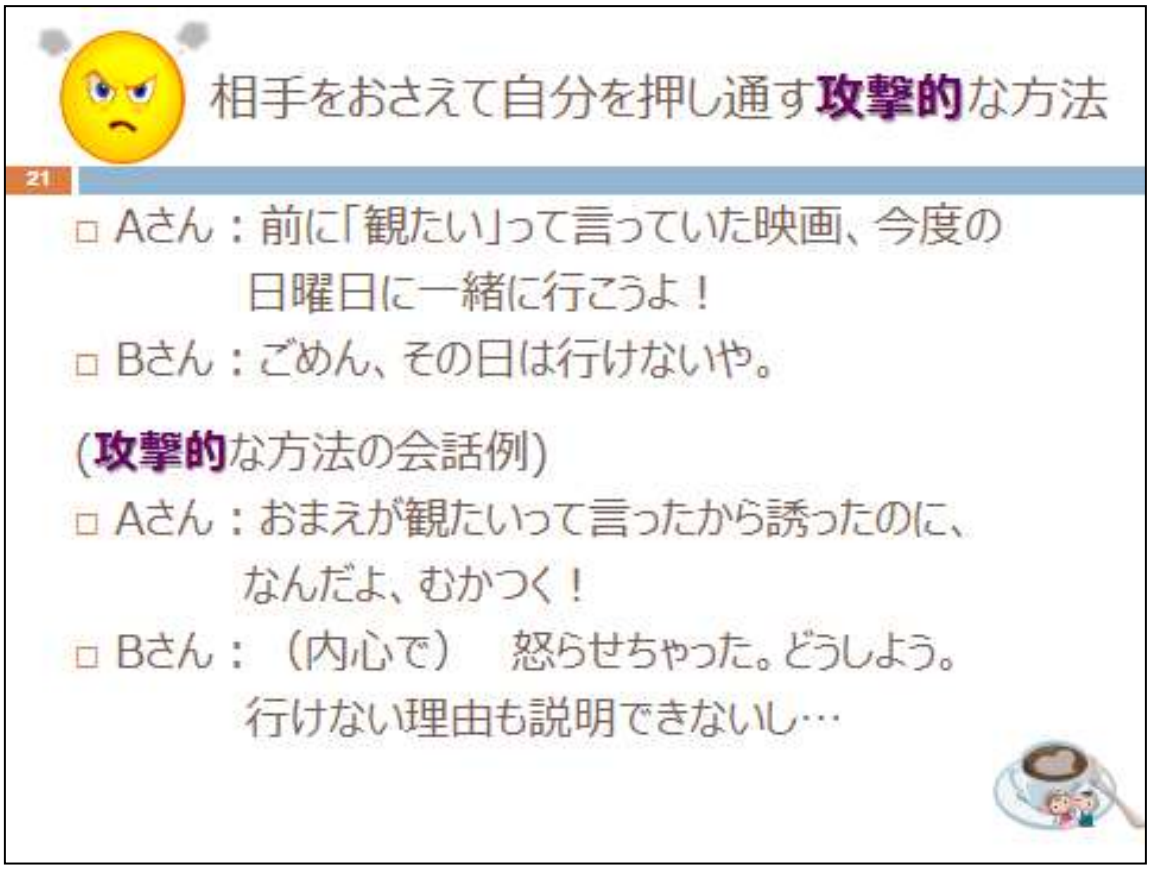
● **解説**

全ての気持ちを暴力や怒りで表したり、逆に気持ちを表せずに内に溜め込んでいては、良い関係を築くことはできません。相手に、自分の気持ちを言葉で伝えることが大切です。

しかし、自分の気持ちを言葉で伝えると言っても、その方法によって、相手への伝わり方は全く違います。

ここでは、具体的な例をあげて説明します。

【スライドNo.21】



● **進め方**

Ａ：前に「観たい」って言っていた映画、今度の日曜日に、一緒に観に行こうよ！
Ｂ：ごめん。その日は行けないや。

この会話のつづきが、以下のパターン①～③でどのように伝わり方が違うか考えさせましょう。

相手をおさえて自分を押し通す攻撃的な方法
Ａ：お前が観たいって言ったから誘ったのに、なんだよ！むかつく！
Ｂ：（内心で）怒らせちゃった。どうしよう。行けない理由も説明できないし･･･

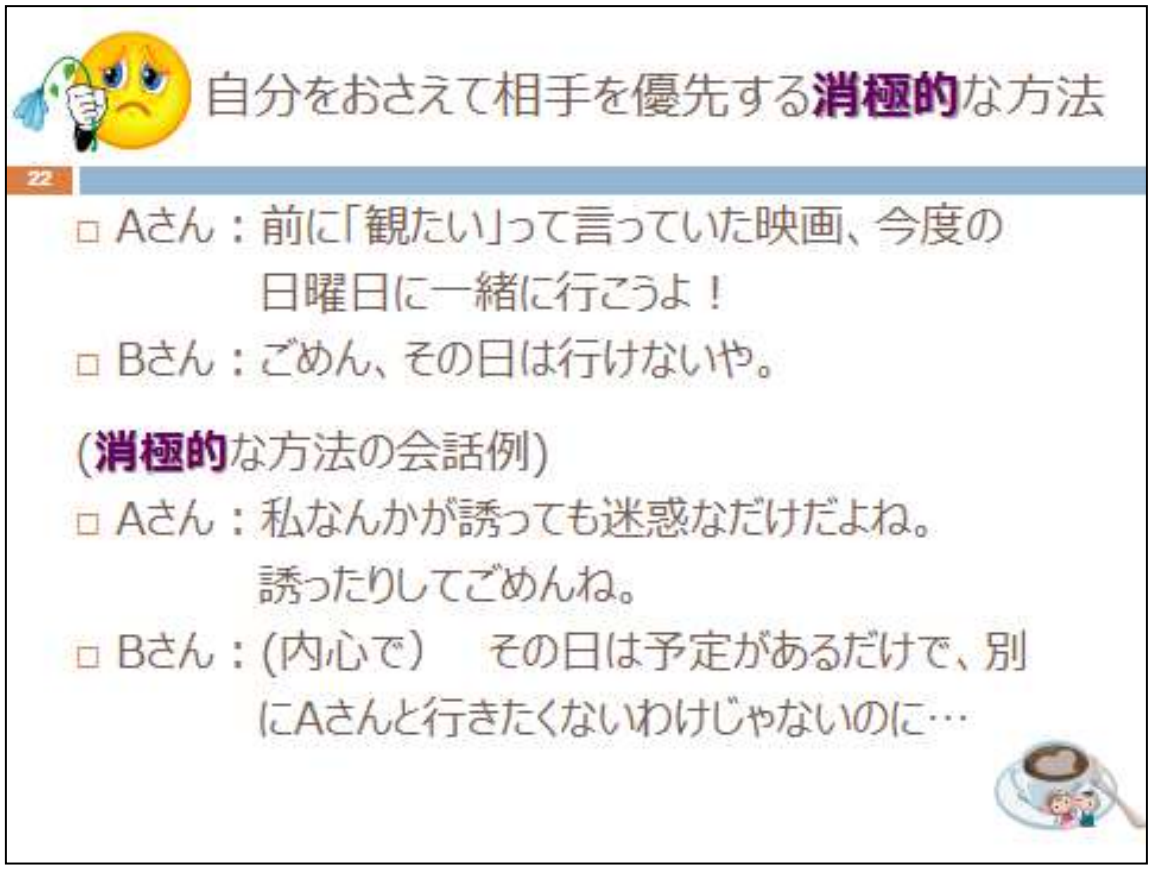
このＡは、相手より上に立とうとする表現をしています。

● **解説**

自分の主張を押し通し、相手を自分の思いどおりにしようとすることを第一に考えています。

「お前が観たいと言ったから」と相手を主語にして話す『あなた（You）メッセージ』を使って、相手を打ち負かすように自分の主張を伝えています。

【スライドNo.22】



自分をおさえて相手を優先する消極的な方法

Ａ：私なんかが誘っても迷惑なだけだよね。誘ったりしてごめんね。

Ｂ：（内心で）その日は予定があるだけで、別にＡさんと行きたくないわけじゃないのに･･･

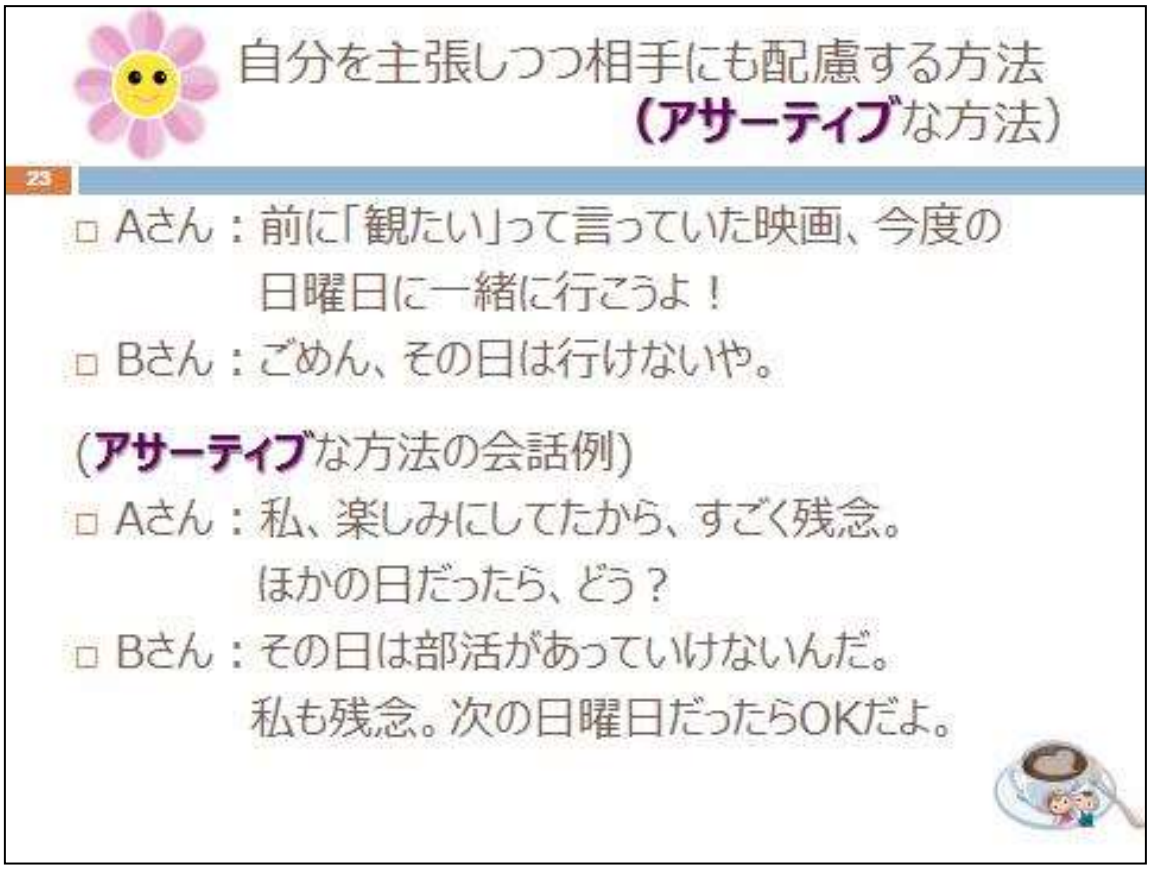
このＡは、相手より下に立とうとする表現をしています。

● **解説**

相手と対立することを恐れて、自分の気持ちを押し隠しています。

相手が自分の気持ちを察してくれないかと期待して主張をせず、自分で選択・決定をしていません。

【スライドNo.23】



自分を主張しつつ相手にも配慮する方法（アサーティブな方法）
Ａ：私、楽しみにしてたから、すごく残念！ほかの日だったら、どう？
Ｂ：その日は部活があっていけないんだ。私も残念。次の日曜日だったらＯＫだよ。

● **解説**

このＡは、相手と対等に向き合おうとする表現をしています。

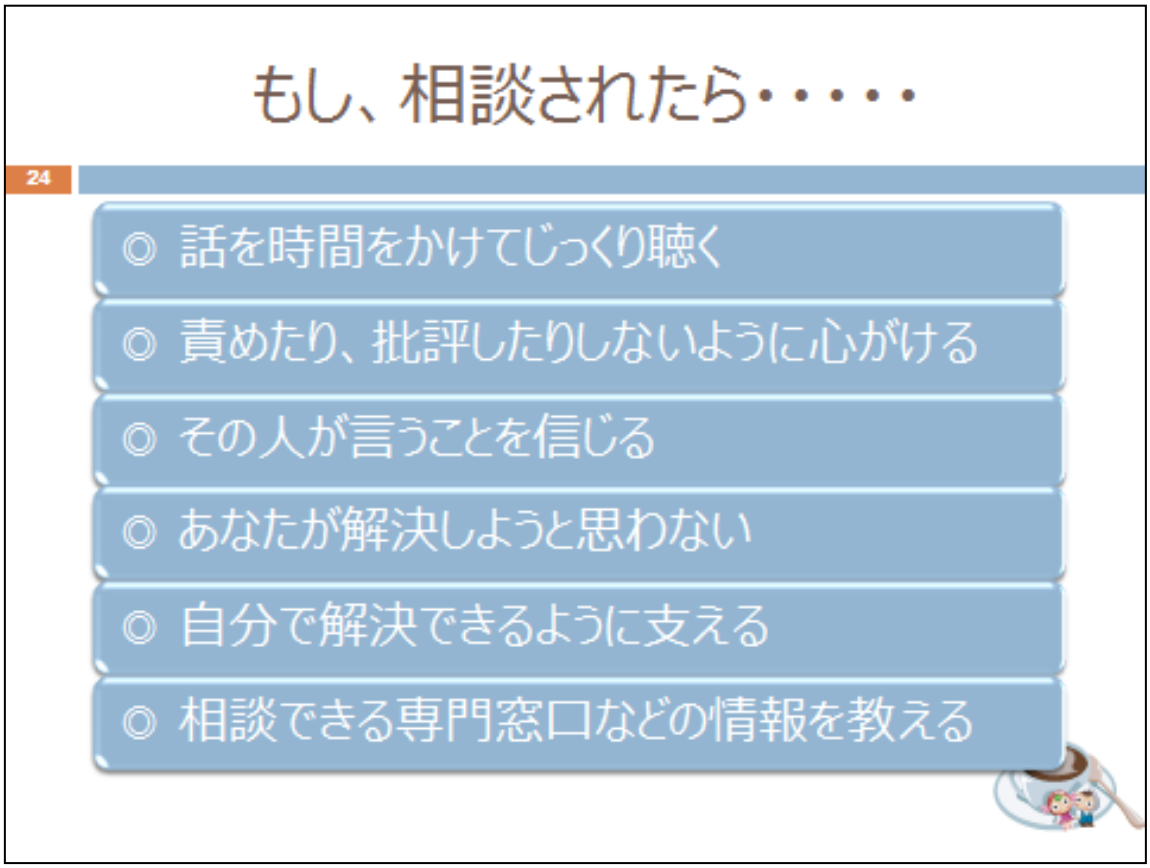
「私は残念だ」と自分を主語にして話す『わたし（I）メッセージ』を使うことによって、残念に思う自分の気持ちを相手に誠実に伝え、「ほかの日だったら、どう？」と相手の都合や気持ちにも耳を傾けます。

自分の気持ちを正直に認め、相手の気持ちとの違いを尊重しています。気持ちをおたがいにやりとりすることで、問題を解決し、対等な関係をつくろうと努めています。

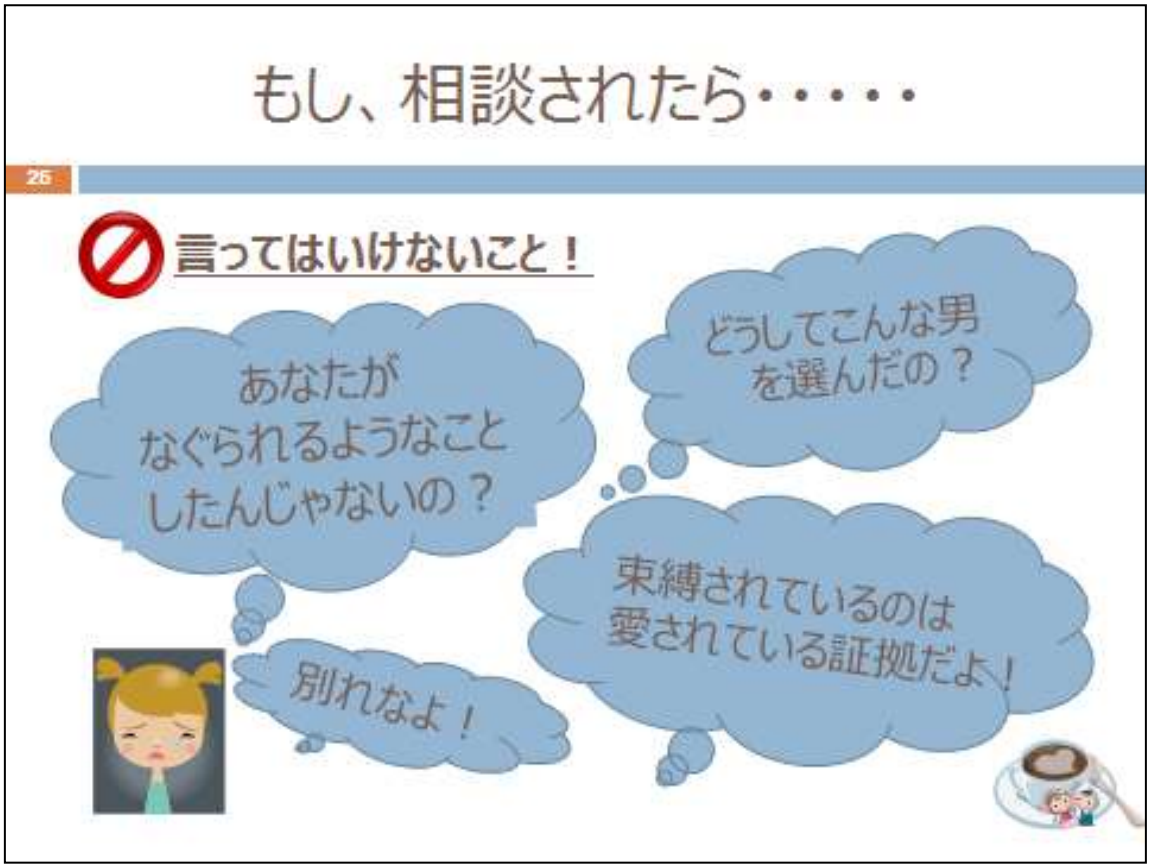
自分の主張を相手に伝えることは、悪いことではありませんし、相手の主張を認めることは、負けることでもありません。自分も相手も大切にするアサーティブなコミュニケーションを身につけることで、良い関係を築くことができるのです。

８　もし、相談されたら

【スライドNo.24】



【スライドNo.25】



● ねらい

デートＤＶを受けている友だちから相談されたとき、どのような対応をすれば良いのかを学びます。

● 生徒に伝えること

相談をされたときは、とにかく、話を聴くことを強調して伝えます。その上で、言ってはいけないこと、言うべきことを伝えます。

相談された人は、ひとりで抱え込まないよう、専門の相談窓口があることを伝えます。

● 解説

★ 自分で解決しようとは思わない

平成 23 年に実施された内閣府の調査『男女間における暴力に関する調査』（巻末参照）をみると、デートＤＶを受けたことがある人がその行為について相談した相手は、「友人・知人」がもっとも多くなっています。

しかし、友だち同士でデートＤＶの問題を解決するのは、とても危険なことです。

まず、暴力の話を聴くということは、想像以上に精神的負担が大きいものです。専門の相談員であっても、長時間暴力の話を聴いていると強いストレスがかかります。まして、経験の少ない高校生では、話の内容を受けとめきれず、相談された生徒が悩んでしまうことがあります。

また、相談された友だちが別れさせようと行動した場合、デートＤＶをしている相手から嫌がらせを受けるというような場合もあります。

こうなると、相談をしてくる友だちの話を聴くのが嫌になってしまうでしょう。

相談していた友だちから、「その話はもう聴きたくない」などと言われてしまったら、デートＤＶを受けている人は、もう、どこにも相談できなくなり、孤立してしまうことになります。

★ 言ってはいけないこと

デートＤＶを受けている人は、相手の暴力に対して「つらい」「苦しい」「何かがおかしい」とは思っていても、自分がデートＤＶを受けているとは認めにくいものです。暴力について苦しい思いを聴いて欲しいとは思っていても、別れたいとまでは思っていないこともよくあります。このようなときに、暴力をふるう相手を非難したり、安易に「別れなさい」と言ったりすると、もう、その人には相談できなくなってしまいます。

また、相談された人は、暴力の原因を探してしまいがちです。デートＤＶは交際相手など親密な関係にある人を力で支配しようとして暴力をふるわれるものですから、原因などないのです。デートＤＶをする人は他人からみれば、とても暴力をふるうようには見えない場合もありますので、「そんなことをされるからには、あなたが何かしたのではないか」などと言わないようにしましょう。

もうひとつ、若い人に特徴的なこととして、嫉妬されたり束縛されたりすることは、愛されている証拠だと思いがちです。たしかに恋愛中、嫉妬という感情を持つことは誰でもあることですが、デートＤＶのような行き過ぎた束縛は愛情ではあり

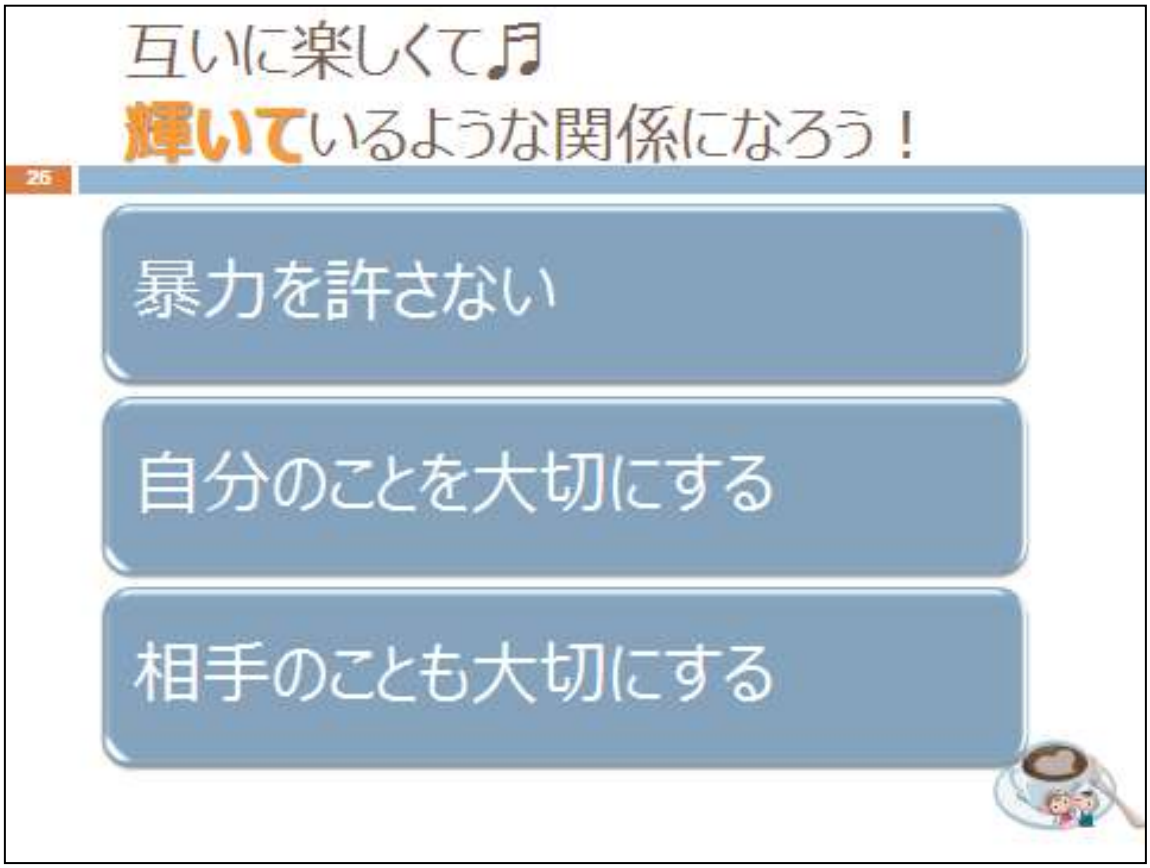
ません。デートＤＶを「それは愛情だ」と言われてしまっては、デートＤＶを受けている人は、ますます、その関係から逃れられなくなってしまいます。

★　伝えること

もし、相談をされた場合は、相手を責めたり批評したりせず、とにかく話を聴いてください。その上で、「どんな理由があっても、暴力はいけない。相手を大切にしていないことだと思う。」とはっきり伝え、専門の相談窓口の情報を教えてあげてください。

９　まとめ

【スライドNo.26】



● **ねらい**

一緒にいると楽しくて笑顔になれる関係、お互いを認め合い対等でいられる関係になるために、大切なことをまとめます。

● **解説**

★　**暴力を許さない**

ＤＶやデートＤＶの問題は、「個人の問題」として扱われることが多く、人権問題として社会の理解が十分だったとはいえません。これからは、多くの人々が社会問題として認識し、「暴力はどんな形であれ許されない」という社会をつくっていくことが大切です。

★　**自分のことを大切にする**

人は誰でも、ひとりひとり、かけがえのない存在です。暴力をふるわれていい人などどこにもいないのです。

ですから、自分を大切にしてください。自分の心とからだを大切に思うことができれば、自分を守るために、嫌なことには「NO!」といえるようになります。自分の気持ちをきちんと伝えられるようになります。

★　**相手のことも大切にする**

自分がかけがえのない存在であるように、相手もかけがえのない存在です。

相手と自分は違う。その「違い」を認めましょう。

Ⅳ　様式

１．タイムテーブル等一覧

テ　ー　マ	１０代のデートＤＶ　－これってほんとに恋愛？－
キーワード	暴力、ジェンダー・バイアス、アサーション、コミュニケーション
目　　的	（1）デートＤＶ（ドメスティック・バイオレンス）とは何かを知ることにより、 デートＤＶを未然に防止すること （2）対等な人間関係を築くことの大切さについて、考える機会とすること
対　象　者	中学生～高校生程度
講　　師	デートＤＶ（ドメスティック・バイオレンス）について全般的な知識がある者
所要時間	５０分
会場形式	講義形式
機　　材	パソコン（パワーポイント使用）、プロジェクター、スクリーン
配付資料	自己チェックシート、事後アンケート

【タイムテーブル・内容】			【スライドNo.】	【掲載ページ】
0:00		開始		
7分	1	自己チェック（「あなたは大丈夫？自己チェックシート」）	2	6
0:07	2	ＤＶ（ドメスティック・バイオレンス）とは？	3	8
3分				
0:10	3	デートＤＶの現状	4	１０
3分				
0:13	4	暴力の種類		
7分		多様な暴力の種類　＜０．５分＞	5	１２
		・身体的暴力　＜１分＞	6	１４
		・精神的暴力・ことばによる暴力　＜２分＞	7	１５
		・社会的暴力　＜２分＞	8	１６
		・経済的暴力　＜０．５分＞	9	１７
		・性的暴力　＜１分＞	１０	１８
0:20				
3分	5	暴力のサイクル　＜３分＞	１１	１９
0:23	6	デートＤＶはなぜおきるの？	１２	２１
１２分		力と支配（パワーとコントロール）　＜３分＞	１３	２２
		暴力容認　＜３分＞	１４	２３
		社会的・文化的につくられた性差に基づく偏見（ジェンダー・バイアス）＜６分＞	１５	２５
0:35	7	対等な関係ってどんな関係？	１６	２７
１０分		自分らしさを大切にする　＜１分＞	１７	２８
		自己肯定感・自尊感情をもつ　＜２分＞	１８	２９
		相手を尊重する　＜２分＞	１９	３１
		自分の気持ちを伝えよう！　＜１分＞	２０	３２
		・相手をおさえて自分を押し通す攻撃的な方法　＜１分＞	２１	３３
		・自分をおさえて相手を優先する消極的な方法　＜１分＞	２２	３４
		・自分を主張しつつ相手にも配慮する方法　＜２分＞	２３	３５
0:45	8	もし、相談されたら	２４・２５	３６
3分				
0:48	9	まとめ	２６	３９
2分				
0:50		終了		

あなたは大丈夫？自己チェックシート

□ 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聞かないと、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。付き合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くる。

□ 8　相手は、私とケンカをしたとき「おまえ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。

○○○○学校　アンケート

今後の企画・運営の参考にしたいと思いますので、アンケートにご協力をお願いします。
当てはまる項目に○をつけてください。

問1　あなたの性別は？

女　　男

問2　あなたの年齢は？

15歳　　16歳　　17歳　　18歳　　その他

問3　あなたは、「デートDV」を知っていましたか？

どんなことか知っていた　　聞いたことはあるが、どんなことかは知らなかった　　全く知らなかった

問4　「デートDV」は自分にとって身近なことだと感じますか？

身近だと感じる　　少し感じる　　あまり感じない　　身近ではない

問5　この講座を受講して「デートDV」のことがわかりましたか？

よくわかった　　少しわかった　　よくわからなかった

問6　「デートDV」について詳しく知りたいと思いますか？

詳しく知りたい　　ある程度知りたい　　あまり知りたくない　　知りたくない

問7　この講座を受講して、感じたことや気づいたことがありましたら、自由に記入してください。

ご協力ありがとうございました。

Ⅴ　参考資料

１　参考文献

このプログラムを作成するにあたり、以下の図書を参考としました。

・『それ、恋愛じゃなくてＤＶです』　瀧田信之著　2009 年　WAVE 出版

・『女も男も　№113　デートＤＶをなくすために　－理解とサポートの基礎知識』　山口のり子・中島幸子共著　2009 年　労働教育センター

・『愛は傷つけない』　ノーラ・コーリ著　2008 年　梨の木舎

・『恋するまえに　デートＤＶしない・されない　10 代のためのガイドブック』　バリー・レビィ著　山口のり子/小野りか訳　2008 年　アウェアＦネット支援の会

・『デートＤＶ　愛か暴力か、見抜く力があなたを救う』　遠藤智子著　2007 年　KK ベストセラーズ

・『季刊 SEXUALITY　№32』　2007 年　エイデル研究所

・『傷ついたあなたへ　わたしがわたしを大切にするということ　ＤＶトラウマからの回復ワークブック』　レジリエンス著　2005 年　梨の木舎

・『デートＤＶ防止プログラム実施者向けワークブック』　山口のり子著　2003 年　梨の木舎

・『自分の気持ちをきちんと＜伝える＞技術』　平木典子著　2007 年　PHP 研究所

・『７days アサーティブネス　こじれない人間関係のレッスン』　八巻香織著　2006 年　太郎次郎社エディタス

・『男女間における暴力に関する調査』　2012 年　内閣府男女共同参画局

・『大切なわたし　大切なあなた』　2009 年　いわて人権教育意識啓発事業推進委員会

・『デートＤＶってなに？』　2009 年　千葉市市民局生活文化部男女共同参画課

・『ドメスティック・バイオレンスを知っていますか』　2008 年　栃木県県民生活部青少年男女共同参画課

２　デートＤＶに関する相談機関

【配偶者暴力相談支援センター】

相 談 機 関 名	電 話 番 号	受付日	相 談 時 間
とちぎ男女共同参画センター相談ルーム	028-665-8720	月～金 土・日	9:00～20:00 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～土	9:00～17:00 （第４土は 9:00～12:00）
日光市配偶者暴力相談支援センター	0288-30-4140	月～金	8:30～17:15
小山市配偶者暴力相談支援センター	0285-22-9602	月～金	9:00～17:00

【民間団体】

相 談 機 関 名	電 話 番 号	受付日	相 談 時 間
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～金	9:00 ～ 17:00
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～金	10:00 ～ 16:00