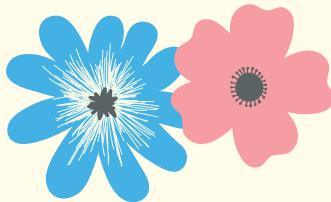


# あなたがあなたで あるために

デートDV  
について考えよう



釧路市こども保健部こども支援課



## デートDVって？

### – カレやカノジョからの暴力被害のことをいいます –

夫婦や同棲相手など、親密な相手との間で起こる暴力を「ダメスティック・バイオレンス(DV)」といいます。また、お付き合いしている学生や若者の間で起こるDVのことを、「デートDV」と呼んでいます。

ケンカは、お互いが同等の立場で言い合うことをいいますが、DVやデートDVは、暴力などの力で一方的に相手を支配、束縛し、思うようにすることをいいます。暴力とは、殴る、けるなどの身体的なもののほか、怒鳴る、おどす、強要するなどといった精神的なものや性的なものもあります。

いま、女性の約5人に1人、男性の約9人に1人が、恋人から暴力を受けたことがある、と言われています。デートDVは意外と身近にあり、あなたも巻き込まれることがあるかもしれません。女性でも男性でも、誰でもデートDVの被害者や加害者になる可能性があります。この冊子を読んで、2人の関係を振り返ってみましょう。

## こんなことは起こっていませんか? ケース1

デート中に飲み物をカレの服にこぼしてしまい、突き飛ばされてひどいことを言われた。

いつもは優しい人だし、ワタシが悪いし我慢しなきゃ。でも最近のカレはキレやすくて、たたかれたりもする…。このままでいいのかなあ。



どんな事情があっても、暴力をふるったり、ひどい言葉を言っていいという理由はありません。

あやまつたり、ふだん  
は優しいからといって、相手の気持ち  
に振り回されていては本当の愛では  
ありません。

## 身体への暴力

殴る、ける、たたく、髪の毛を引っ張る、物を投げつける、押さえつける、殴るまねをしておどす、など

## 言葉の暴力

傷つくことを言う、バカにする、いやみを言う、怒鳴りつける、など



# こんなことは起こっていませんか？ ケース2

最近、2人のラブラブな写真を撮ってはSNSにアップするのが好きなカレ。

投稿も、だんだんエスカレートしてきて、ある日、私の裸の写真が欲しいと言ってきた。仕方なく「いいよ」って言っちゃったけど、本当に大丈夫？

相手から良く思われたいと思うことは自然なことです。でも、あなたが「イヤだ」と思っていることに、言いなりになる必要はありません。最近は、交際解消後に性的画像をネット上に公開されるという犯罪もおきています。「撮影させない、相手に画像を送らない」ことが重要です。

## 性的暴力

無理にキスやセックスをする、ポルノなど無理やり見せる、スマホや携帯電話で裸の写真を撮る・撮らせる、避妊をしない、など



## こんなことは起こっていませんか? ケース3

ボクは友だちが多い。力ノジョとつきあい始めたら、他の子と遊ぶと怒ったり、誰から連絡があったのかも気になってしつこく聞いてくる。

この前は、SNSのアカウントを勝手に削除されちゃった。ボクが愛されている証拠なのかな。



「好きだから、恋人の言うとおりにすることが当たり前」という人もいるかもしれません。でも、相手を自分の思うとおりに支配・束縛することが、相手を愛していることとはいえません。

## 社会的·精神的暴力

友達づきあいを制限する、SNSや通話履歴をチェックする、行動を細かく報告させる、自分の考えを押し付ける、思いどおりにならないと、怒鳴ったり、責めたり、おどしたりする、など

※他にもこんな暴力があります

## 經濟的暴力

デートの支払いを押し付ける、  
アルバイトをさせる・やめさせる、  
借りたお金を返さないなど



# 2人の関係をチェックしてみよう

あなたと恋人との関係を  
チェックしてみよう。  
Yes・Noで答えてね。

## スタート

恋人には、絶対に隠し事  
ができない

Yes

No

恋人が、他の異性と話したり  
するのはイヤだ!

恋人とばっかりじゃなく、  
自分の時間を持つことも大切

好きなら、多少イヤな  
ことでも我慢するのは  
当然

いつも、恋人の機嫌ばかり  
を気にして、恋人を優  
先する

自分のやりたいことがで  
きなくて困っている

キレられたり、た  
たかれて、恋  
人だから仕方  
がない

別れたくても、恋  
人が「好きだから  
別れない」と言つ  
たら、言うとおり  
にする

自分ひとりで決  
定することができ  
ず、恋人に決  
定してもらう

恋人にでも、イヤ  
なことははっきり  
「NO!」と言える

2人はアウトかも  
相手を自分の思  
いどおりにする  
のは間違いだよ。  
どんな理由で  
あっても、暴力は  
許されません!



2人はピンチかも  
束縛は愛情じや  
ないよ。自分  
の気持ちが言え  
ず、相手の言い  
なりになつてい  
ない?相手に自  
分の思いを押し  
付けていない?



2人はビミョーかも  
少し息苦しさを  
感じていない?  
自分勝手な行動  
になつていない  
かな?お互の  
気持ちを、言葉  
でしっかり伝え  
あおう。



2人はハッピーだね  
対等にお互いを  
「大切な存在」と  
認め合えてい  
ます。これから  
も、幸せなお付  
き合いができそ  
うだね。





# なぜ起こる?デートDV



デートDVが起こる理由として、2人の関係が「上 ⇄ 下」「主 ⇄ 従」のような「対等ではない」関係になっていることが考えられます。どちらかが大きな力をもって相手を思いどおりにすることは、良い関係ではありません。

相手のことが好きだから我慢したり、怖かったり、自分が悪いからと何も言えなかつたりしてはいませんか?本当に愛しているのなら、お互いの気持ちを考え、尊重し合い、健全で対等な関係をつくりましょう。

あなたがあなたであるために。



## すてきな関係になるために



### 暴力を認めない

暴力はとてもつらい経験となり、身体にもこころにも深い傷を負います。どんな事情があっても、暴力を振るうことは絶対に許されるものではありません。

### 自分のことを大切にする

人はみな、生まれながらにして一人ひとり大切にされなければなりません。もし暴力をふるわれたときや嫌なことをされたとき、相手に対してはっきり「NO!」と言うことが大事です。

### 恋人のことも大切にする

自分のことを大切に思うのと同じように、相手が自分と違う意見や考えをもっていても、話を聞き、違いがあることを認め受け入れましょう。そして、自分はどう思うのか、相手に言葉で伝えましょう。

# ひとりで悩まないで相談しよう

ひとりで悩んでいると、ますますつらく苦しくなってしまいます。思い悩んでいてエスカレートしてしまう前に、勇気をもって家族や信頼できる先生、友だち、相談窓口に相談しましょう。相談窓口では、あなたの秘密は守られます。

そして、もし、あなたのまわりで悩んでいる友だちがいたら、相談窓口を教えてあげてね。



## 相談窓口

●釧路市こども保健部 こども支援課 …… TEL0154-31-4204

●釧路市こども保健部 健康推進課 …… TEL0154-31-4525

●釧路市教育委員会 教育支援課 …… TEL0154-23-5189

●釧路地方法務局 人権擁護課  
(子どもの人権 110 番) …… TEL0120-007-110  
(女性の人権ホットライン) …… TEL0570-070-810

●北海道立女性相談援助センター …… TEL011-666-9955

●釧路総合振興局  
配偶者暴力相談支援センター …… TEL0154-41-1110

●少年サポートセンター …… TEL0120-677-110

●釧路児童相談所 …… TEL0154-92-3717

●駆け込みシェルター釧路 …… TEL0154-32-7704

●釧路こども家庭支援センター …… TEL0154-32-1150

●ふれあい相談センター …… TEL0154-24-7837