



大切な人のはずなのに
一緒にいると
なんだかツライ？
なぜだろう…



あなたのパートナー。夫や妻、恋人かもしれませんね。
大切な人のはずなのに、なんだか一緒にいるのがツライ？

こんなことはありませんか？

相手は…

- 「バカ、ブス」などあなたのイヤがることを繰り返し言う
- あなたが友人や家族と付き合うことをイヤがる
- 不都合なことはすべてあなたの責任だと言って責める
- 無視をして口をきかない
- 「誰に食わせてもらっているんだ」と言う
- あなたの携帯電話の通話記録やSNSの記録をチェックする
- あなたのためだと言って、長時間説教をする
- ふきげんになると物を壊したり、投げつけたりする
- セックスを強要したり、応じないとふきげんになったりする
- 避妊に協力しない
- 「文句は(もっと)稼いでから言え」と言う
- あなたの態度が気に入らないと子どもにあたる
- 生活費を渡さなかったり、
お金の使い道を細かく報告させたりする
- 出かけようとするとき「やることはやったのか？」などとイヤミを言う
- 気に入らないことがあると、暴力を振るう
- 暴力の後、あなたのためだ、愛していると言って、やさしくする

ひとつでも当てはまっていたら、それは **DV** (ドメスティック・バイオレンス) かもしれません。

あなたは、相手のきげんを損なうのを怖れて、
自分の気持ちや意見を言えなくなっていますか？
自分にも悪いところがあるからと、思っがまんしていませんか？





DVとは、配偶者や恋人など親密な関係にある（あった）人からの暴力を言います

配偶者からの暴力の被害経験（女性）

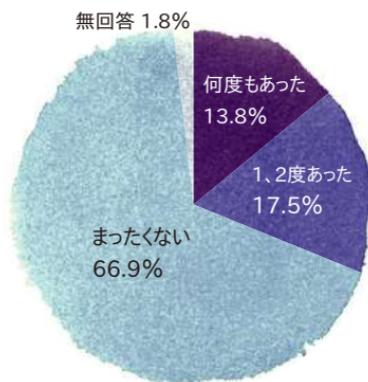
“暴力”というと、おおげさで、自分には関係のない特別なことと感じるかもしれません。

しかし、内閣府の調査によると、結婚している女性の3人に1人が夫から暴力を受けたことがあり、7人に1人が、何度も受けたと回答しています。

DVは、決して珍しいことでも特別なことでもありません。

あなたの身に起きていることもDVかもしれません。

そして、それはあなたの人としての尊厳を傷つけ、**犯罪**にもなりうる**重大な人権侵害**です。



出典：内閣府男女共同参画局
「男女間における暴力に関する調査」
(平成29年12月調査)



DVをする人は自分で暴力を選んでいきます。問題の解決方法は暴力以外にもいくらでもあるはず。「わたしも悪かったから」と思う方もいるかもしれませんが、たとえどんな理由があろうと、暴力を正当化することはできません。**暴力を振るう方が100%悪い**のです。

あなたは、何も悪くありません！





DVは、“殴る・蹴る” だけではありません

経済的暴力

生活費を渡さない
仕事をさせない
家計管理を独占する

身体的暴力

殴る・蹴る
ものを投げつける
髪を引っ張る

精神的暴力 言葉の暴力

無視する・暴言を吐く
バカにする・脅す
恥をかかせる

これらはすべて、DVです。

子どもを使った暴力

子どもに危害を加えると脅す
子どもの前で罵倒する

社会的暴力

行動を監視する
外出を制限する
友人と連絡させない

性的暴力

性行為を強要する
避妊に協力しない
無理やりポルノを見せる

DVは**暴力**であり**虐待**です。DVの本質は、「**力による支配**」です。

支配が目的で力は手段です。相手を自分の思い通りにするために、自分のもつ力や権力を使い、様々な方法で虐待するのがDVです。

DV被害者に女性が多いのは、「女らしさ」「男らしさ」といった社会的な役割意識が大きく関係しています。

「女性は控え目に、男性のあとをついていくもの」という思い込みが、主従の関係をつくり、「力による支配」を生み出しやすくしているのです。

もちろん、女性の方が男性よりも力の強い関係性の場合には男性が被害者になることもありますし、同性間のDVもあります。



周りの無理解

DVについて知らない人や、間違った思い込みをしている人が大勢います。

あなたの親、きょうだい、ともだちもそうかもしれません。そういう人は外面のいい加害者に味方したり、被害者を責めたりしがちです。あなたが話しても信じてくれず、あなたが傷つくだけかもしれません。ぜひDVの専門家に話してください。



DVの加害者は、常に暴力を振るっているとは限りません



加害者は、

「二度としない」と謝って反省することもあります。

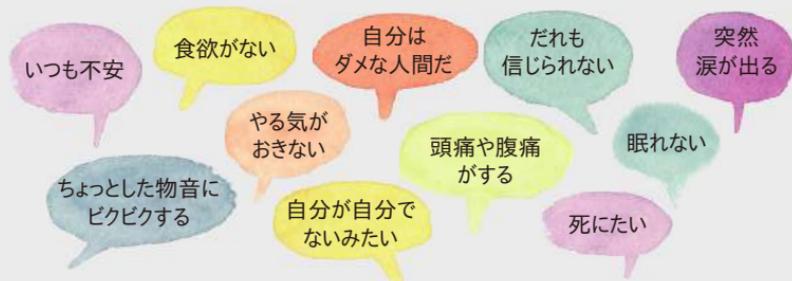
被害者は、「普段はやさしいから」「今度こそだいじょうぶ」と考えます。

このサイクルが何度も繰り返されることで、被害者は混乱して長い間被害に気づけなくなってしまいます。そして、DVが次第にエスカレートしていくのです。



DVを受け続けるとどうなるのか

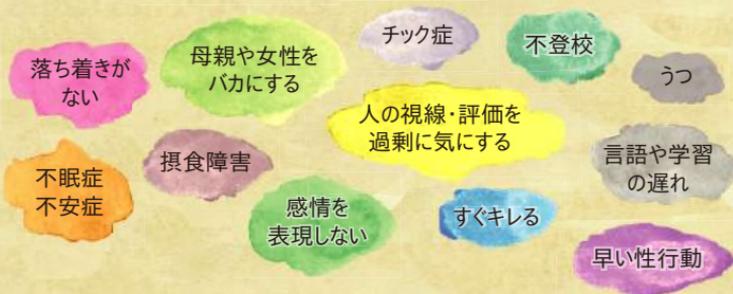
怪我などの身体的な影響だけでなく、心にも深刻な影響を受けます。



このように、それまで持っていた **価値観や人間関係、自信、自由、自尊心を奪われて** いきます。そして、「わたしが悪い」と自分を責めて暴力を“おかしい”と気づけなくなってしまい、「何をやっても無駄だ」と、DVから抜け出す気力を失っていくのです。



DVは、子どもにも甚大な影響を与えます



直接暴力を受けた子どもはもちろん、DVを目撃した子どもも苦しみます。

両親間のDVを自分のせいだと責めたり、家族の中で居場所を見つけられずに孤立したりします。身体的暴力を目撃した子どもには脳の萎縮がみられ、子どもにとって心身だけでなく行動にも影響がでできます。親のさげんを気にして非常に「良い子」になる場合もありますが、そのような子は感情を抑えてがんばってしまうため、疲れ果ててしまいます。

子どもの面前でのDVだけが問題ではありません。

子どもは気配でDVを感じ取り、何がおきているのか察知しています。

子どもへの直接の暴力がなくても、DVをすることは子どもへの「虐待」です。

また、日常的にDVの環境にさらされて育つと、男性が女性を支配することを当たり前だとか、暴力を問題解決の一つの手段だと思いこんでしまいがちです。

子どもは、“愛のための暴力”は暴力ではないと誤って学習して育つため、将来DVの加害者になってしまうこともあります。

子どもは親の「言う」通りにするのではなく、 親の「する」 通りにするのです。





DVの解決方法はいろいろあります

いまの状況を受け入れて我慢することはありません。DVをする相手に変わるよう要求したり、家から追いだしたりすることも考えられます。あなた自身が相手から離れることもできます。

DVは命の危険をも伴うものです。**まずは、とにかくご相談ください。**

三重県男女共同参画センター「フレンテみえ」 059-233-1133

女性の相談員による女性のための総合相談です。電話相談・面接相談・法律相談あり。
まずはお電話ください。 ※詳細は裏面参照

三重県女性相談所(配偶者暴力相談支援センター) 059-231-5600

女性が抱えているさまざまな悩みについて、相談に応じます。

DV相談ナビ 0570-0-55210

全国共通。最寄りの相談機関の窓口へ自動転送され、直接ご相談いただけます。

三重県警察本部 警察総合相談電話 #9110 または 059-224-9110

警察に対する一般相談窓口です。#9110は全国どこからでも、電話をかけた地域を管轄する警察本部などの相談窓口につながります。ただし、**緊急を要する時は110番へ!**

法テラス 犯罪被害者支援ダイヤル 0570-079714 なくことないよ IP電話からは 03-6745-5601

DVや児童虐待などの犯罪被害を受けている方へ、法制度・相談窓口をご案内するほか、状況に応じて弁護士による法律相談へおつなぎします。

監修者メッセージ

DVはただの夫婦げんかでもなし、個人的な問題でもありません。社会が生み出している問題です。日本は男女平等の進み具合が先進国なのに異様に遅く、世界153か国中121位(2019年)※です。性別役割の固定化が、社会的には女性の経済や政治への進出を阻み、個人的な親密関係には序列を生み出してDVを起こします。DVをなくすためには、女性が経済的に自立しやすく、政治にも参加しやすい仕組みをつくり、ひとりひとりが「DVは他人ごとではなく自分ごと」というふう意識を変えることが重要です。



山口のり子(アウェア代表)

※世界経済フォーラム(WEF)「グローバル・ジェンダー・ギャップ指数」より

あなたがあなたでいられるために。



いちばん大切なのは、
あなたのココロとあなたのカラダです。

三重県男女共同参画センター フレンテみえ相談室

・女性のための電話相談 **059-233-1133** ※秘密厳守 相談は無料です

		月	火	水	木	金	土	日
朝	9:00~12:00	休 館 日	●	●	●	●	●	●
昼	13:00~15:30		●			●	●	●
夜	17:00~19:00					●		

※月曜日が祝日の場合[朝][昼]相談あり(翌平日は休館日)

編集・発行：公益財団法人三重県文化振興事業団(三重県男女共同参画センター「フレンテみえ」)

〒514-0061 三重県津市一身田上津部田1234

電話：059-233-1130

<https://www.center-mie.or.jp/frente/>

E-mail: frente@center-mie.or.jp

監修：山口のり子(アウェア代表)

イラスト：山舖恭子

2020年3月発行