

北島中学校 スクールカウンセラーだより 2月号

スクールカウンセラー／高嶋知子 心の相談員／大石宇紀 R3年2月

みんなに知っておいてほしいーデートDVって何だろう？ー

DV（ドメスティック・バイオレンス）とは、同居している恋人や夫婦（分かれた場合も含む）など親密な関係にある人との間で起こる暴力のことをいいます。一方、デートDVは、交際相手との間に起こる暴力をいいます。どちらも、暴力によって相手を支配し、自分の思いどおりにすることです。

「えっ？私たちは大丈夫だよ」、「付き合ってる人いないから、自分には関係ないな」と思うかもしれませんが、誰もかデートDVの加害者・被害者になってしまう可能性があります。今、交際相手がいないくても、正しい知識を身につけておきましょう。

1. 暴力は、殴る・蹴るだけじゃない

身体的暴力

殴る、蹴る、たたく、髪の毛をひっぱる、腕などを強くつかむ、物を投げつける、刃物などを使っておどす など

精神的暴力

嫌な呼び方をする、馬鹿にしたり傷つく言葉を使う、無視する、大声でどなる、持ち物を壊す、「お前が悪い」と一方的に責める など

経済的暴力

高価な物を無理やり買わせる、デートの費用をいつも払わせる、貸したお金を返さない など

性的暴力

性的に嫌なことを言う、嫌なのに体を触ったりキスしたりする、見たくない画像を見せる、裸の画像を撮って送ってと言う、性的行為を無理強いする など

行動の制限

電話やLINEの反応が遅いとキレる、携帯の履歴をチェックする、どこで・誰と・何をしているかをいつも知りたがる、友だち関係を制限する、服装や行動を細かく指示する、自分を最優先にしないと怒る、行動監視アプリを入れる など

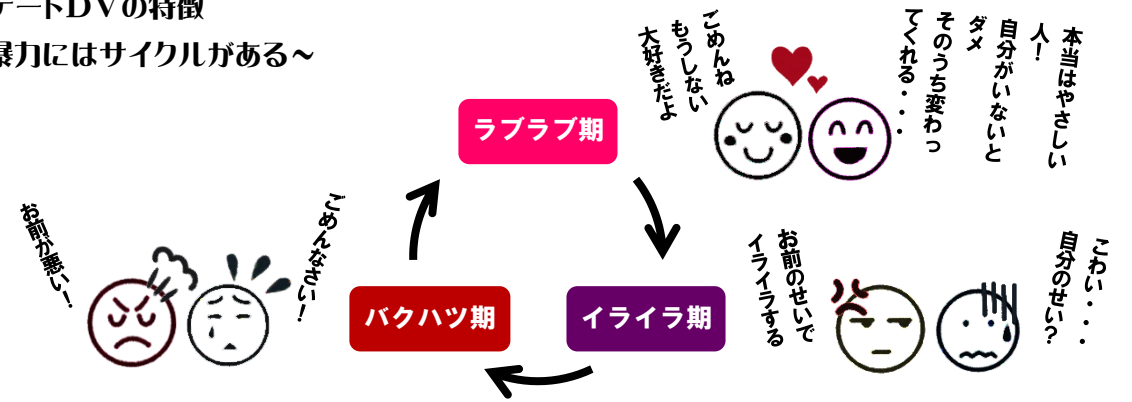
デートDVは男性から女性、女性から男性、同性のカップルの間にも起こります。



付き合ったらいつも一緒が当たり前？

好きな人とは「いつも一緒にいたい」という気持ちになります。でも、「付き合っているから自分のことを最優先にしてほしい」、「少くらの束縛はして当然」と思っていると、相手の行動に制限をかけるようになってしまいます。相手が困るほどメールやLINEをひんぱんに送ったり、「LINEの返事はすぐにして」と強要するのもデートDVにあたります。

2. デートDVの特徴 ～暴力にはサイクルがある～



※ デートDVは受けている人が気づかないことが多く、はじめは少なかった暴力が、くりかえすうちにだんだんエスカレートしていく特徴があります。

3. デートDVかも？と思ったら

もしかして、自分はデートDVを受けているのかも...

→あなたは決して悪くありません。自分を責めないでくださいね。自分の気持ちを大切にしましょう。相手に「いやだ」と伝えていいんです。一人で抱え込まずに、勇気を出して誰かに相談してみましよう。



周囲の友だちは...

→「別れた方がいい」、「だから言ったのに」といった言葉は、本人がそれ以上話せなくなってしまいます。「あなたは悪くないよ」と伝えて、ただ話を聞いてあげるだけでその人の力になります。また、友だち同士で解決するのは難しいことが多いので、信頼できる大人に相談するよう勧めてください。

4. 素敵な関係ているために

お互いの考えや気持ちを尊重して、嫌なことにはNOと言い、相手のNOも受け入れられる。相手のことも、自分のことも大切にする。そして、暴力は決して認めない。対等な関係でいることが大切です。



相談室の開室日

2021年2月				
月	火	水	木	金
1 大石	2	3	4 高嶋	5 大石
8 大石	9	10	11 建国 記念日	12 大石
15 大石	16	17	18 高嶋	19 大石
22 大石	23 天皇 誕生日	24	25 高嶋	26 大石

(月・金) 13～17時：心の相談員 大石
(木) 13～17時：スクールカウンセラー 高嶋
相談室予約票は相談室2、保健室、図書室に置かれています。先約がなければ、当日そのまま相談室に来てお話しすることもできます。

