

## 「人と人とのより良い関係を持つために」

2013/07/11 学生相談室主任 小柴孝子

ひとは皆生まれながらにして、一人ひとり大切にされるべき存在です。私たちは自分のことは自分で決め、嫌なことには「NO」という「自己決定権」を持っています。そして、相手の話にも耳を傾けて、自分と異なる考えも認めて「相手を尊重」し、自分がどう思うのか言葉で伝えましょう。

### 1. デート DV とは

- ◆ Domestic Violence (DV) とは、親密な関係にあるパートナー（婚姻関係）に対して、繰り返し行われる、身体や心に対する暴力のことです。
- ◆ 若者の間でも、相手と親密な関係ができると、身体的・精神的・性的な暴力を通して交際相手を思い通りにコントロールしようとする場合があります。そのような暴力をデート DV と言います。
- ◆ DV もデート DV も大切な人を深く傷つけ、ふたりの関係を壊してしまう行為です。

### 2. 暴力の4つのタイプ <暴力と優しさを交互に繰り返されると、判断能力が失われます>

身体的暴力・・・殴る、蹴る、突き飛ばす、物を投げる、髪の毛を引っ張る、首を絞める

精神的暴力・・・束縛する、服装を制限する、友だちに会わせない、携帯電話をチェックしてメールやアドレスを勝手に消す、何でも自分で決める、バカにする、無視する、暴力を相手のせいにする

性的暴力・・・性行為を無理強いする、応じないと不機嫌になる、アダルト DVD を見せる、避妊しない

経済的暴力・・・貢がせる、借金させる、アルバイトをさせない、お金を取り上げる

もしあなたが、交際相手から大切にされていないと感じるのなら、まずは誰かに相談してみよう。友達や先生や親などあなたの相談しやすい人に話してみよう。大学では保健センターや学生相談室でも相談できます。ひとりで問題を抱え込み、悩んでいると、ますます辛くなってしまいます。誰かに相談することで、ひとりでは気づくことができなかった解決方法がきっと見つかるはずです。

### 3. もし、友だちから相談されたら

- ◇ 友だちの話を、責めたり批判せずにじっくり聞きましょう
- ◇ 「あなたの責任ではない」と何度も言ってあげましょう
- ◇ あなたが解決してあげようと思わないでください
- ◇ 友だちが自分で決められるよう支えてあげましょう
- ◇ 信頼できる大人に話して、サポートを広げるよう励ましましょう

### 4. 素敵な恋愛をしましょう

- ◇ お互いを信頼して心を開き、安心して自分を表現し、一緒に過ごす時間を楽しみましょう
- ◇ お互いの考え方や時間の過ごし方を尊重し、それぞれが友人とも楽しめる時間を大切にしましょう
- ◇ 物事を決める責任を分かち合い、何か問題がおきたら話し合っ解決しましょう