

かなしかったり
さびしかったり
こわかったり
しんぱいしたり
はらがたったりしたことを
ほかの人に話すことは
とってもだいじなことなんだ。



話をして聞いてもらうことで
心がかるくなるんだよ。
どんな気持ちになった？
どんなことを話したいかな？

書いてみよう！

友だちに話した

パパとママに話した

おじいちゃんや おばあちゃんに話した

おじさんや おばさんに話した

先生に話した

ほけんしつの先生に話した

きんじょの人に話した

けいさつの人に話した

じどうそうだんしょに電話して話した

(じどうそうだんしょ

: 子どものなやみを きいてくれるところ)

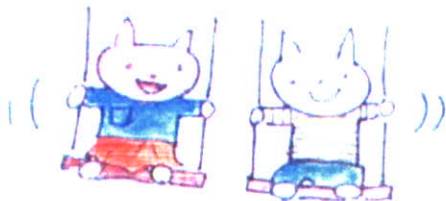
ふいじんそうだんしょや じょせいセンターに

電話して話した

(ふいじんそうだんしょ、じょせいセンター

: ママがたたかれている時 そうだんできるところ)

楽しいことをしよう！



きみが好きなことや 楽しいことを
書きだしてみよう！

ほかの友だちは どんなことをしたかな？

絵をかいた

友だちと おいかけっこをした

うんと 走った

大声で 歌をうたった

きょうだいと あそんだ

なわとびをした

べんきょうをした

友だちと話した

すきなマンガを読んだ

ゲームにむちゅうになった

犬やねこと あそんだ

いっしょうけんめい スポーツをした

はらがたったら どうする？



いやな気持ちで
いらいらしたり むかついたりする時は、
体をうごかしたり
大声を出すといいね！

友だちや きょうだいをたたくと、
その時は すっとするかもしれない。
でも、友だちが 少なくなったり
きょうだいのなかが わるくなったりするから
やめようね

どうしても はらがたった時は、
ひとりで ふとんをたたこう

自分をすきになろう



きみってすごいね！

自分でできることが いろいろあるね！

このパンフレットを読んで、

自分に じしんをもてたかな？

自分でもやってたこと、

自分にもできることが

きっとあったよね！

自分のことが すきになったかな？

どんなところをすきになったか 書いてみよう！

ゆう気を出して
元気に なることをしよう！
人に話してみよう！
きみと同じような友だちが
たくさんいるよ！



同じように パパとママが けんかをしていた
子どもからのメッセージだよ。

きっときみも 強くなれるよ。

「とっても だいじなことだよ。
ママに いっしょに家を出ようと言うんだ。
これが だいじなことだよ。
もし、自分には どうしようもないと思ったら、
とにかく だれかに話すんだ。
話したあとのことを しんぱいしてちゃだめだ。
とにかく だれかに話すんだ。
ぼくたちは強くなれるんだよ。
もし、家を出ることができたら、
自分に言いきかせるんだ。
自分は、今あんぜんだって。
だいじょうぶなんだって。
そういうふうに、自分に言いつづけるんだよ。
そして、じしんをもつようにするんだ。
ぼくたちは もっと強く もっとじしんを
もつようになれるんだよ。
強くなるんだ、きみならできる。」

(14歳 男の子)

ドメスティック・バイオレンスを経験した
子どもたちのためのパンフレット制作班
肥前精神医療センター
家族精神医学研究室内

DV 被害をのりこえるために



1. ドメスティック・バイオレンスとは

Domestic Violence は、しばしば「DV」と略されて使われています。直訳すると、「家庭内の暴力」となります。

「配偶者や恋人等の親密な関係にある、又はあった者から振るわれる暴力」という意味で使われています。

2. 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

平成 13 年に成立、平成 16 年に一部改正

この法律では、被害者を女性に限定していませんが、被害者の多くが女性です。

前文に「配偶者からの暴力は、犯罪となる行為をも含む重大な人権侵害」と明記。経済的自立困難な女性に、配偶者が暴力を振るうことは、個人の尊厳を害し、男女平等の妨げとなっている。この状況を改善するために、通報・相談・保護などの支援体制を整備し、暴力の防止と被害者の保護のために制定された。



3. 配偶者からの暴力の実態

(1) 統計から推計される被害実態

これまでに配偶者から身体的暴行、心理的攻撃、性的強要のいずれかを一つでも受けたことが「何度もあった」人は女性の10.6%、(10人に1人) 男性の2.6%
(H.17 内閣府「男女間における暴力に関する調査」)

(2) 様々な暴力の形態

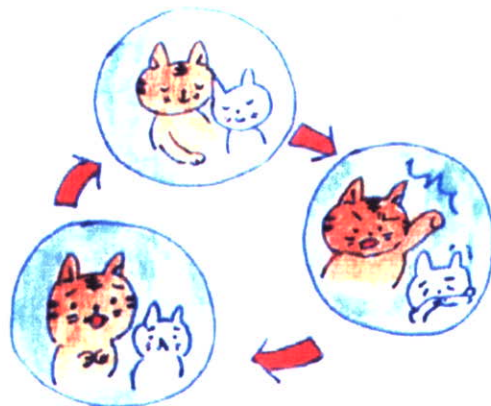
- ① 身体的暴力 (殴る、蹴る、物でたたく、階段から突き落とす)
- ② 精神的暴力
 - ・ 言葉の暴力 (暴言、罵倒、説教等)
 - ・ 脅し (威嚇、脅迫、物を壊す、物を投げる)
 - ・ 経済的制限 (生活費を渡さない、働かない、借金)
 - ・ 行動制限 (実家・友人との交流制限、外出を嫌がり、頻繁に電話)
- ② 性的暴力 (性の強要、避妊に協力しない、嫌がるのにポルノを見せる等)

暴力によって支配しコントロール
八つ当たりし、感情のはけぐちとしている!



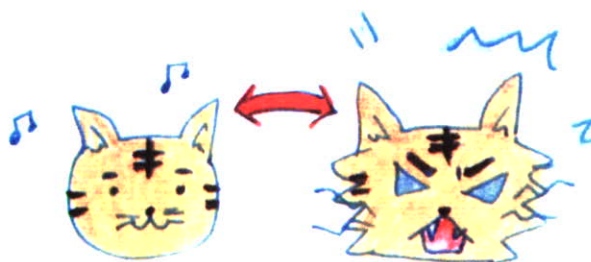
4. 暴力の特徴

- ① 交際の早期の段階から始まることが多い
- ② 些細な事がきっかけで始まり予測がつかない
- ③ はじめは言い返し、やり返し、家も出るが、追及・脅迫・謝罪・自殺をほのめかすなどにより逃げられなくなる
- ④ 繰り返され、エスカレートする



5. 加害男性について

- ① 外面よく口がうまい。外では普通の社会人・よい人が、家では全く別の面を見せる二重人格（家では短気で切れやすい、思い通りにならないと暴力）
妻には暴力を振るってよいと使い分けをしている
- ② 嫉妬深い、しつこい
- ③ 身勝手に子どもっぽい、妻に母親の代わりに求める
- ④ 強い男尊女卑
- ⑤ 過度に几帳面、神経質、強迫的、完璧を要求
- ⑥ 暴力の正当化（暴力を振るわせるお前が悪いと責任転嫁）



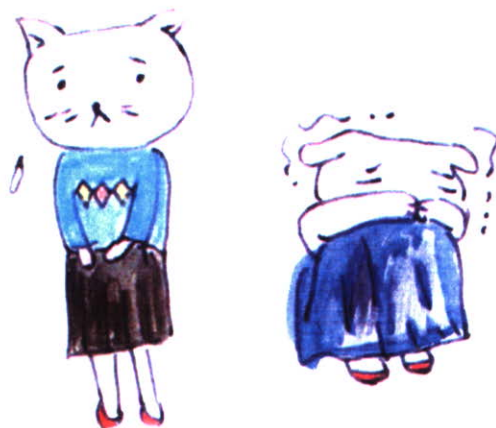
6. DVによる女性の被害

① 家にいる時

- ・相手の顔色を窺いびくびくする。
- ・怒らせないように気を使い、言いたい事も言えない
- ・自信がなくなる
- ・自分が悪い、上手に出来ないから怒らせると思う
- ・誰にもわかってもらえないと思う
- ・家にいても息苦しい
- ・こんな夫を選んだのも自分の責任と思う
- ・逃げてても親や兄弟に友人に迷惑がかかると心配する
- ・笑顔がなくなる
- ・眠れない、眠りが浅い
- ・物忘れが起きる
- ・夫に殺されるか、自分が殺すしかないと思いつめる
- ・子どもに当たってしまう

② PTSD（外傷後ストレス障害）の理解

- ・侵入症状（トラウマ体験が本人の気持ちと関係なく「侵入」し、その時と同じ気持ちがよみがえる）
- ・回避・麻痺症状（トラウマ体験の記憶や実感が乏しくなる。ボーっとする、思い出せない、現実感がない）
- ・過覚醒（物音や刺激に敏感になる。不眠、眠りが浅い、集中困難）



③家を出て思うこと

- ・将来の生活の不安（経済的、子育て、見つかると殺されそうで怖い）
- ・出てきてよかったのか迷う、戻りたいと思う
- ・子どもの父親を奪ってもいいのか。自分さえ我慢すれば子どもの生活は保障される
- ・夫は暴力さえなければいい人
- ・自分にも悪いところがあった、悪いところを治せばやり直せるのではないか
- ・自分がもっと上手に対応すればやっていけるのではないか
- ・夫のいいところだけ思い出す。
- ・夫ともう一度話しあいたい。第三者を交えて話したい。
- ・夫が反省している。もう一度チャンスを与えたい、
- ・夫はかわいそうな人 自分しか支えられない、



こんなふうに考えてみよう！

* 生活の不安について

- ・ 生活や子育てには福祉事務所等からの支援がある
- ・ 安全に生活する方法はある

* 子どもの父親を奪うことになる。自分さえ我慢すればいいのでは

- ・ 暴力を振るう父親がいる事は子どもにとっては虐待である。
- ・ 母親が子どものために我慢することは子どもにとって虐待を継続させることになる。
- ・ たとえ経済的に苦しくても、母親にも子どもにも暴力のない生活が大切

* 暴力がなければ夫はいい人

- ・ 夫には暴力があった。暴力を振るうことによって、ストレスを発散し、いい人でいられる時もあったかもしれないが、暴力がない人ではなかった。
- ・ 暴力をふるう時とふるわない時の両方があることが問題である。

* 自分にも悪いところがあった・悪いところを治せばやり直せるのではないか

- ・ 女性の側に何か悪いところがあったとしても、夫の暴力はその何倍も悪い。
- ・ 夫は自分の思い通りにならないストレスを妻が悪いことにしていなかったか
- ・ 夫のストレスは夫が自分の責任で処理するべき問題であり、妻を巻き込み、八つ当たりする問題ではない。どんな理由があっても暴力は許される事ではない。暴力を振るわれてよい人はいない。女性だけを一方的に非難するのは対等ではない。

* 夫のいいところだけ思い出す

・長い間、つらい経験を見ないように考えないようにして生き抜いてきた
後遺症、麻痺症状の可能性もある。現実には暴力はあった。

* 夫ともう一度話し合いたい

・今までに話し合いで解決できたのだろうか。言葉によるコミュニケーション
ができません。暴力となっていたのではないかと、第三者を交えることの意味
はないわけではない。しかし、暴力は第三者がいないところで起きる

* 夫にもう一度チャンスを与えたい

・今まで何度も謝罪を繰り返している。謝っている人を前に「許さない」
事は普通の人には難しい。しかし、許されたことで、彼の暴力は許容さ
れた事になる。
・自分が納得するまでやり直す権利はある

* 自分が夫を支えたい

・彼の心の病気は彼の今までの人生の中で形成されている。本人が治す意
思をもち、治療を続け、今までの人生の長さの倍はかかると考えたほう
がよい。

④身体的健康

頭が重い、気分がすっきりしない、風邪をひきやすい、前の方が元気だった

⇒これは、PTSD症状のほか今までの疲れが出ていると考えてよい。症状がで
るのは回復のために必要な過程。精神科治療を受けたほうがよい場合もある。