

どうすればいいんだろう…

★気持ちを整理しましょう。

お金や子どものこと、住まいなど心配事や不安があると「無理」と思うかもしれません。暴力を受け、気持ちをコントロールされてしまっているときには、難しいことかもしれません。それでも次の一步をふみ出すために、あなたの本当の気持ちをひとつずつ整理し、準備しましょう。

あなたが自分らしい人生を過ごすための相談室があります。「つらいけど、DVじゃないわ」と思っていることも含めて、精華町家庭こころの相談室や京都府の女性のための相談室を利用してみましょう。

★準備するって、何を？

暴力をふるう男性から一時的に避難できる「一時保護」という制度が法律（DV防止法）で定められています。どういう準備をすればいいかを相談しながら考えましょう。



経済的な不安をいっしょに考えましょう。お金は、引越しをしたり、家を借りたりするときに力になります。たとえわずかでもあなたが自由に使えるお金を少しづつ準備しましょう。

正しい情報を知ることが、あなたの助けになります。親権や養育費のことも、加害者のことばをうのみにせず正しい情報を得ましょう。

今できることがあります！

- 誰かに相談する。
- 病院に行って診察を受ける。診断書をとる。
- 求人情報を見る。
- 少しの時間でも働く。
- 本を読んで情報を探す。
- 一時的にでも身を寄せることのできる場所を考えてみる。
- とっさのときにすぐ家を出られるように荷物をまとめておく。
- 子どもにこれからのこと話を。
- 少しずつお金をためる。
- 漠然と考えていたことを、書き出してみる。



避難時の持ち物リスト

- ◆ 現金
- ◆ 預金通帳と印鑑
- ◆ クレジットカード
- ◆ 健康保険証（コピー可）
- ◆ 運転免許証・パスポートなどの身分証明書
- ◆ 相談機関や知人等の電話番号リスト・住所録
- ◆ 財産に関する法的書類のコピー（土地の権利書など）
- ◆ 常備薬・処方薬
- ◆ 本人や子どもの着替え
- ◆ 本人や子どもの大切なものの（写真・学校の道具など）
- ◆ 調定・裁判の際に証拠となるもの（診断書・被害届・日記など）

①

- ・わたしの心配はなんだろう。そのわけは？
- ・どうしたら心配ごとを避けられるだろうか？
- ・彼との関係をこのまま続けていて、良いことは？悪いことは？
- ・彼と離れて良いことは？悪いことは？
- ・彼に何を期待しているのだろう？
- ・それで、彼が変化したことがあるだろうか？
- ・わたしは自分のことを大切にしているだろうか？
- ・自分のことを十分考える時間があるだろうか？
- ・自分がどうしたいのか自分で考える力は残っているだろうか？

子どもが暴力に染まる前に

○子どもも被害を受けています。

DVは子どもの側からみれば、まさに虐待です。直接暴力を受けることもありますし、暴力を受けている母親から受けることもあります。

子どもが直接暴力を受けていなくても、母親への暴力の現場にいることにより、子どもは深く傷つきます。

○子どもが暴力を目撃しています。

長期間にわたって、暴力が日常的に行われている環境にいると、心理的虐待を受けた場合と似た深刻な影響を受けます。

言葉の暴力などの精神的な暴力や物を壊すなどの行為は、子どもに恐怖と極度の緊張をもたらしています。

○今度は子どもが暴力をふるうようになります。

DVのある家庭で育つ子どもがみなそうなるとはいえません。また、そう決め付けてしまうのはさらに子どもたちへの偏見で傷つけることになりかねませんが、米国の統

計結果によると世代から世代へと受け継がれてく世代間連鎖が多く報告されています。

米国の統計では、DVの加害者の多くは、子どもの頃に親から受けたか、親のDVを目撃していたといわれています。

暴力を見て育った子どもは、大人になって同様の暴力をふるうようになったり、暴力をふるうような人をパートナーに選んだりする「暴力の世代間連鎖」が問題になっています。



○子どもの安全な生活や発達が保障されません。

暴力は自分を大切にする気持ちを奪います。うつや不眠、摂食障害、飲酒や喫煙、薬物への依存や自分を傷つけることもあります。また、人間不信となり対人関係で悩んだり、自分自身に自信が持てないなどDVは多くの影響を与えます。

DVは子どもの側からみれば、まさに虐待なのです。



「子どものためにがまんする」は、結果的に子どもの将来に深刻な影響を残します

結婚していないけれどもDV？

結婚していないなくても、つきあっている場合にもDVは起こります。これをデートDVとよんでいます。

学生ですが・・・DV？

暴力が低年齢化しているので、高校生のデートDVもかなり深刻です。子どもは親に心配をかけまいと打ち明けにくく、子どもの場合は特に「自分が悪かったのではないか」と考えがちです。

大人になってから受けるDVよりも学生のときのDVのほうが、後々の精神的な障害（PTSD）が起こりやすいといわれています。

束縛や暴力は愛情表現ではありません。相手に暴力をふるわれたら、たとえ1回でもデートDVだと考えましょ

配偶者暴力防止法が平成13年4月に制定されています。

<支援の概要>

暴力を受けた

身体に対する暴力または生命等に対する脅迫に限る

加害者を引き離してほしい

相談したい

加害者がないところに逃れたい

被害者への
接近禁止命令
(期間は6か月)

被害者の子又は親族
等への
接近禁止命令
(期間は6か月)

電話等禁止命令
(期間は6か月)

退去命令
(期間は2か月)

保護命令の申立て

※詳細は配偶者暴力相談支援
センター等にご相談ください。

地方裁判所

保護命令発令

加害者

命令に違反すれば、1年以下の懲役
または100万円以下の罰金

配偶者暴力相談
支援センター

婦人相談所

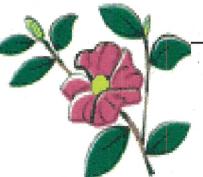
警察

一時保護

(民間シェルターに委託する場合あり)

DVはみんなの問題です

DVは一部の夫婦や恋人だけの問題ではありません。あなたの子どもや姉妹、身近な友人が被害を受ける心配はないでしょうか。いっしょに考えてください。



なぜ起こるDV

今の社会に原因があります。

DVの起こる背景には、男女間の経済的格差や「男は仕事・女は家庭」といった意識の結果として生まれた制度や慣行などの社会のしくみがあります。

「夫は一家の長で、家族を養っている」「妻は夫を支え、子どもを育て家庭を守る」といった性別による男女の役割を固定することが、あたかも「女性が自分の所有物」であるかのような「男尊女卑」の意識につながり、「誰が食べさせてやっているんだ」「夫に逆らった妻が悪い」といったDVを生み出す意識や背景を生んでいます。また、この性別による役割分業は、女性が経済的に自立することを妨げ、女性が暴力から逃れることを困難にする要因になっています。

どうしたらDVがなくなるの？

意識改革が必要です。DVの根絶のためには、暴力行為を法律などで取り締まるだけでなく、社会の意識と人の意識を変革していくことが必要です。

どんな理由があろうとも、相手が妻なら、恋人なら、女性なら「男性の言うことを聞くのはあたり前」「男はそれくらいのことをしててもよい」と暴力をふるうのを許してはいけません。