

～あなたはかけがえのない大切な人～

DVは、被害者(あなた)が一人で背負うには重すぎる問題です。あなたが、加害者(パートナー)の心の支えになろうとすることや、言動を変えようとするのは困難で危険です。

しかし、あなたやあなたの子どもには暴力を乗り越えて生きていく力があります。自由に、希望をもち、くらしを楽しむ権利があるのです。

もしかして、DV? ...そう思ったとき、どうぞ気軽に相談してください。まずは電話をしてみてください。

あなたの話を受けとめて、一緒に考え、力になりたいと思っている人がいます。

いのちまるごとプロジェクトネットワークが
あなたの力になりたいと思っています。

いのちまるごとプロジェクトネットワーク

- ハーモニーネット未来 0865-63-4955 (月～金 9:00～17:00)
080-2900-6078 (毎日24時間)
✉ kodomo1@kcv.ne.jp
- ホッとる一むふくやま 080-3127-4375 (毎日 9:00～17:00)
- オレンジハートつやま 080-2895-0506 (毎日24時間)
- こどもステーション 084-965-6625 (月～金 10:00～16:00)
(子育てひろば[もこルーム]) ✉ info@kodomostation.or.jp

■24時間ホットライン

- よりそいホットライン 0120-279-338 (毎日24時間)

■配偶者暴力相談支援センター

(岡山県内)

- 女性相談所 086-235-6060 (月～金 9:00～16:30)
- ウィズセンター 086-235-3310 (火～土 9:30～16:30)
- 相談ほっとライン 086-803-3366 (水～月 10:00～19:30)
(日・祝日 10:00～16:30)
- ウィズアップくらしき 086-435-5670 (火～土 9:00～17:00)
- DV夜間相談(女性相談所) 086-235-6101 (月～金 16:30～20:00)

(広島県内)

- 東部こども家庭センター 084-951-2372 (月～金 10:15～17:00)
- 休日・夜間電話相談 082-254-0399 (月～金 17:00～20:00)
(土日祝 10:00～17:00)

■DV休日電話相談

- NPO法人 さんかくナビ 086-227-1002
(日・祝日・年末年始 9:30～16:30)

緊急時は
110番!!

子ども(18歳以下)がかける専用ダイヤル

- チャイルドライン 0120-99-7777 (毎日 16:00～21:00)

子ども(18歳以下)の話を聞いてくれるところ

- 児童相談所全国共通ダイヤル 189 (毎日24時間)

誰でもかけられるところ

- 子ども・家庭電話相談室 086-235-4157 (月～土 9:00～20:00)

～あなたはひとりぼっちじゃありません～

このリーフレットは、
DVについて理解をふかめ、
DVによっておこる影響を知り、
DV被害者や子どもたちが
身近な人たちのサポートにより、
安全な環境で、
安心して幸せなくらしを取り戻すことを願って
作成しました。

もしかして、これってDV?

そう思ったとき、
あなたやあなたの身近な人の
力になれるよう、
このリーフレットを
届けます。

サポーターのあなたへ

あなたの周りにいる大切な友人や知人が、
『DV被害を受けているのかもしれない...』
そう思ったとき、このリーフレットをそっと手渡して
ください。あなた一人で解決しようとしなくていい
のです。当事者の話をしっかりと聴き、ひとりぼっち
じゃないことを伝えてください。

よく話してくれたね
あなたの話を信じるよ
あなたの責任ではないよ

発行元：いのちまるごとプロジェクトネットワーク

事務局：認定NPO法人ハーモニーネット未来
(旧子ども劇場笠岡センター)

〒714-0081 岡山県笠岡市笠岡5909
TEL:0865-63-4955
0865-61-4002

制作協力：NPO法人こどもステーション
NPO法人ホッとる一むふくやま

※本リーフレットを許可なく、複製・転載・引用・改変することを禁止します。
ご使用希望の場合は、上記事務局までお問い合わせください。

ひとり親・生活困窮者支援
いのち
まるごと
プロジェクト事業

もしかして...

DV?

ドメスティック・バイオレンス

パートナーとの交際や同居、結婚生活を
“つらい”と感じていませんか?

もしかすると あなたは DVの中にいるのかもしれない

私は
あなたのサポーター



山本助成
独立行政法人福祉医療機構 社会福祉振興助成事業
平成28年度

※このリーフレットを置いてくださる店舗の
名称などを記入する際にご利用ください。

あなたは自分らしく 安心した生活を送っていますか？ このような思いをしたことはありませんか？

- パートナーのことを怖いと思ったことがある
- いつもパートナーの顔色をうかがってしまう
- 自分の考えや感情がよくわからなくなる
- 自分がダメだから、パートナーを怒らせてしまう
- 今のパートナーがいないと何もできないと思う
- パートナーがときどき見せる優しさに、暴力さえなければ「いい人」だと思う
- パートナーと何とかうまくやっっていこうと努力して、
疲れている

今のあなたのしんどさは、**暴力(DV)**の影響なのかもしれません

暴力をふるう人には次のような傾向があります。

- 自分が優先されて当然だと思っている
- あなたのことを自分の所有物のように扱っている
- 疲労やストレス、病気やアルコールを理由に暴力をふるう
- 独占欲・嫉妬心が強く、あなたの行動を束縛する
- “愛しているから”“お前のため”と、自分の暴力を正当化する
- 話し合いには応じず、常に自分が正しいと言い、
間違っているのはあなただと責任を転嫁する
- 暴力の後、優しくしたり、セックスを求めたりする

※これは、“チェックがいくつでDV”と決めるためのリストではありません。
目に見えにくい力とコントロールを実感して、パートナーとの関係を
客観的に見るきっかけにしてください。

パートナーに暴力をふるう人たちの多くは、自分がDV加害者であるとは思っていません。自分のしていることは単なる「夫婦喧嘩」だと思っている人もいます。「暴力をふるうのは、お前のため」「たいしたことはしていない」「俺を怒らせるお前が悪い」などと本気で思っている人もいます。

そして、自分の暴力を正当化するために、暴力の後で謝ったり、優しくすることがあります。

そのためDV被害を受けていても気づかないことがあります。また、被害者の周りにも気づきにくいのです。

**暴力はふるう人の責任です。
あなたは悪くありません。**

DV

ドメスティック・バイオレンスとは…

DVとは、「夫婦や交際相手など、親密な関係(年齢や性別に関係ありません)でおこる暴力によるコントロール」のことです。暴力は、殴る・蹴るなどの身体的な暴力に限られません。心とからだを傷つける様々な暴力があることを知ってください。



身体的暴力

たたく・蹴る/押さえ込む/たばこの火を押し付ける/首を絞める/監禁する/家に入れない/置き去りにする/食事や睡眠を制限する/物を投げる など

精神的暴力

常に批判する/脅す/機嫌が悪くなる/無視する/責任を転嫁する/人前や子ども前で恥ずかしい思いをさせる/大事なものを捨てる・壊す/自殺すると脅す/監視する/行動を制限する/パートナーの体調不良を軽く扱う/説教する/ペットを虐待する など

子どもを使った暴力

子どもに暴力を見せる/子どもを危険な目に遭わせて脅す/子どもに親を侮辱させる/子どもを取りあげると脅す など

経済的暴力

生活費を渡さない・「ください」と言わせる/無理やり働かせる/働かせない/お金の使い道を細かくチェックする/「誰に食わせてもらっているんだ」と言う/収入の額を教えない/浪費する/借金の名義にさせる など

性的暴力

セックスを無理強いする/避妊に協力しない/ポルノなどを無理やり見せる/性的な侮辱をする/他の人と性的な関係をもつ/性的な写真を撮る/暴力の後のセックス など

DVの中にいる 子どもたち



安心できるはずの家庭のなかで、誰かがおびやかされ、傷つけられているDVは、子どもへの心理的虐待です。直接暴力をふるわれることがなくても、子どもは心に大きなダメージを受けています。

・ 子どもへの影響 ～静かな叫び～

被害を受けている親をかばおうとしてケガをする、“何もできない”と無力感を感じる、“自分のせいで暴力が起こっている”と罪悪感をいだく、加害者に殺意を覚えるなどさまざまな状態があらわれます。

また、被害を受けている親のストレスのはけ口や、ネグレクト状態になっていることもあります。必死に“良い子”を演じ、大人の役回りをすることもあります。

逆に、被害を受けている親を非難して、暴力をふるう親に同調しながら生き延びようとしたり、性的な犠牲を強いられながらも助けを求められずにいることもあります。

子どもたちは、家庭の安全を求めて静かな叫びをあげているのです。

・ 子どものSOS

その一方で、仲間へのいじめや暴言など、攻撃的な態度をとりやすくなることがあります。

不安から、学習に集中できず、不登校や引きこもりなど、自分の殻に閉じこもることもあります。

希望や夢を見いだせず、自暴自棄になって自傷行為や性産業に身を投じてしまうこともおこりやすくなっています。

DVの中で子どもたちは、自分を大切に感じることや、対等で尊重しあう人間関係を学ぶことができずに苦しんでいるのです。

どんな状況になっても、子どもには「回復する力」があります。その力を引き出すには、安全で、安心した基本的な生活環境と、暴力をふるわない親との強い絆が必要です。

そのためにはまず、その親自身がサポートを受けて回復することが重要です。