

# デートDV傾向にないかチェック！

## 相手は…？

- あなたのことをバカにする。
- 自分を優先にしないと怒る。
- 機嫌が悪くなると無視する。
- 電話やメールなどであなたの行動を常にチェックする。
- 怒ったときに物にあたる。
- 人が変わったように態度が急変する。
- いつもあなたが悪いと責める。
- あなたの携帯をチェックする。
- 付き合っているからあたり前という態度をとる。
- あなたの意見を無視して物事を勝手に決める。

## あなたは…？

- 相手が自分の意見に従わないとイライラする。
- 他の人と仲良くすると嫉妬して責める。
- 相手が何をしているか常に気になる。
- 相手の服装や髪型を自分好みにしたい。
- 腹を立てたとき物にあたる。
- 腹を立てたとき相手をたたいたりする。
- 自分がイライラしているのを相手のせいにする。
- 相手をリードしなければと思う。
- 二人のことを自分ひとりで決める。
- 相手を「自分のもの」だと思ふ。

★ひとつでも該当する項目があったら互いの態度・行動を見直そう

# DVに関する主な県内の相談機関

熊本県女性相談センターDV相談専用電話  
(熊本県配偶者暴力相談支援センター)

☎096-381-7110  
平日 8:30~22:00  
土・日・祝 9:00~22:00  
(年末年始を除く)

## DV相談+ (プラス)

☎0120-279-889  
SNS相談・メール相談  
<https://soudanplus.jp>  
電話・メール24時間対応

熊本県男女共同参画相談室 い  
(熊本県男女参画協働推進課)

☎096-333-2666  
(月・火・木・金)  
☎096-355-2223  
(土)

9:30~16:00 (火曜日は19:30まで)

熊本市DV相談専用電話  
(熊本市配偶者暴力相談支援センター)

☎096-328-3322  
平日 8:30~17:15

熊本県警察本部 警察安全相談室

#9110【24時間対応】  
※最寄りの警察署や交番でも  
相談を受けつけております

※各福祉事務所等でも相談できます。

# 「デートDV」について正しく知ろう！

## デートDVとは

DV (ドメスティック・バイオレンス) とは「配偶者や恋人など親密な関係にある、またはあった者から振るわれる暴力」であり、「デートDV」とは実際相手から振るわれる暴力のことです。

デートDVと聞いても自分には関係のないことと考える人もいるかもしれませんが、調査によると女性では5人に1人、男性では10人に1人が被害にあっていると報告されています。暴力は殴る蹴るなどの身体的暴力だけでなく、携帯電話をチェックすることや交友関係を制限することなども暴力にあたります。「暴力」を暴力と気づかずに加害者や被害者になっている人も少なくありません。

「デートDV」をなくすためには、まずはデートDVについて正しく知ることから始めましょう。

## 主なDVの種類

### 身体的な暴力

殴る蹴るなど、身体に痛みや不快さを加えるもの

### 精神的な暴力

バカにする、怒鳴る、無視する、携帯電話等のチェックなど、心の自由を奪うもの

### 社会的な暴力

友人などとの付き合いを制限するなど、交友関係の自由を奪うもの

### 性的な暴力

性行為を強要するなど、性的に相手の人格を傷つけるもの

### 経済的な暴力

デート代を常に支払わせるなど、経済的負担を強いるもの

熊本県

## 若者に多く見られる恋愛観

### DVにつながりやすい考え方とは・・・？

◆つき合っている2人の間に秘密や隠し事は許されない

⇒プライバシーを守ることは人としての基本的な人権です。相手のことを信じるのが大切です。

◆つき合っているのだから相手を束縛するのは当然

⇒束縛は自分勝手な気持ちの押しつけです。相手の気持ちを尊重して理解することが大切です。

◆嫉妬からの暴力は愛してる証拠

⇒どんな理由があっても「暴力」は間違った手段であり、決して許されるものではありません！

◆暴力を振るわれる側にも問題がある

⇒暴力は振るう側のみにも問題があります。暴力を振るわれなくてもいい人など存在しません。

### DVでよくある間違った認識

『束縛』は「自分を愛している証拠」だと思いませんか？また、付き合っているのだから少しくらいは許されると思いませんか？

束縛は相手の気持ちを尊重しない自分勝手な行動です。また、束縛がやがて支配（コントロール）に変わり、自分の価値観を相手に押しつけることでDVの始まりになるおそれがあります。相手を束縛せず、尊重した付き合いをすることが大切です。

## デートDVをなくすために

よいよい関係をきづくためのキーワードは…  
「対等」と「尊重」

### 相手を思いやろう

- ・相手のことを考えて発言し行動しよう
- ・お互いの意見や考えを尊重し合おう
- ・お互いをよく知って、理解し合えるように努力しよう
- ・「ありがとう」の気持ちを素直に伝えよう

※自分が嫌な思いを我慢して相手の言うことを聞くことが思いやりではありません。

### 自分を大切にしよう

- ・規則正しい自分の生活リズムを大切にしよう
- ・趣味など自分の時間を大切にしよう
- ・嫌なことは「イヤ」と伝えよう
- ・自分は大切な存在だと認識しよう

※相手のことを考えず、自分の思い通りにすることが「自分を大切にすること」ではありません。



もし、交際相手との関係に悩んだら…

### 一人で抱え込まず、相談しよう！

相談することでデートDVから抜け出すきっかけが生まれます。一人で抱え込まず信頼できる人に相談してください。

友だち 親 学校の先生 相談機関 警察 など