



DV から一歩
踏み出すための
ガイドブック



港区



あなたとパートナーとの
関係は？

加害者・被害者チェックリスト

下記のような徴候があると要注意です。

▼あなたのパートナーは…

- あなたの友だちや家族の前で、しばしばあなたを小ばかにするようなことを言ったり、態度をとりますか
- あなたが仕事や活動のなかで、成功することにケチをつけたり、ねたむことがありますか
- あなたがひとりで判断して物事を進めようとする、機嫌が悪くなることはありませんか
- あなたに強圧的に言うことをきかせようとしませんか
- カツとなったら、物に当たったり、あなたに手を挙げたり、ふだん予想がつかないような乱暴な言葉や態度になりますか
- 人がいるときといないときでは、あなたに接する態度に裏表がありますか
- あなたが嫌だと言っても性行為を強要しますか
- 自分にうまくいかないことがあると、あなたに原因があるという態度に出ますか
- あなたを傷つけるような言動に出たあと、しばらくは人が変わったようにやさしくなったり、気をつかったりしますか

▼あなたは…

- パートナーの機嫌がいつも気になりますか
- 自分のやりたいことがあっても、パートナーの機嫌次第でやれないことがありますか
- 相手の言うことが理不尽だと感じて、黙って我慢してしまうことがありますか
- 生活費の範囲でも、自分のために自由にお金を使うことにためらいがありますか
- 相手の機嫌が悪いと、自分にどこか悪いところがあったのではと、自分に非があると思ってしまうことが多いですか



目次

DVってどんなもの? _____ 2

あなたに、あなたのまわりに、こんなことはありませんか?

- ドメスティック・バイオレンスのこと知っていますか?

暴力が与える影響は広範囲 _____ 6

- 心身への影響
- 生活への影響
- 人生への影響

子どもに与える影響 _____ 12

- DV家庭のなかで育つ子ども
- 子どもへの影響

なぜ暴力をふるう? _____ 15

なぜ繰り返される? _____ 17

相談から解決へのプロセス _____ 18

DVから一歩踏み出すために

「デートDV」ってなに? _____ 20

まずは相談して、そして支援して、でもやってはいけないことは…

参考資料

あなたに、あなたのまわりに、

DVって どんなもの？

髪の毛をつかんで
引きずる

首をしめる

相手の気持ちを見殺し
して暴力的にセックスを
する

なぐる ける
壁や家具に物を
ぶつける

いつも緊張
している

無視される
侮辱される

妊娠中も
妻をねぎらわず、
重労働をさせる

留守にすると、どこに行っ
てたか責められる

俺ぐらい稼ぐようになったら
わがママを言え！

何十年も
言われ続けて

収入を教えてくれない

おまえは頭が悪い
(いつも否定される)

大声でどなる

外出先や誰と行く
かをしつこく聞く、
結局行かせてもら
えない

こんなことありませんか？

相手の家族をきらい、
悪口を言い続ける

避妊に協力しない
ポルノを見せられる

怖い

お前の態度が悪く
自分を怒らせるのだ

子どもを暴力に
さらしたくない

絶望

子どもにも暴力をふるう
(ふるう、とおどす)

生活費をお願いしないと
くれない、足りない

大切にしていた
ものを壊す

私が我慢すれば、
家はうまくいく

お金をひとりで
使ってしまう

どこか
おかしいと
思う

携帯電話の履歴を
チェックされる

悔しい

悲しい



ドメスティック・バイオレンスのこと知っていますか？

DVとは？

ドメスティック・バイオレンスはDomestic Violenceの日本語で、略して「DV」と言います。日本では、平成13年に「配偶者間暴力の防止と被害者の保護の法律(略してDV法)」、令和6年に「困難な問題を抱える女性への支援に関する法律」がつけられて、DVをなくすことや被害者を保護し、救済するしくみが実行に移されています。

暴力にはさまざまな形があり、以下の4種類に分類されます。前ページの図に書かれているものを振り分けてみましたが、暴力の意味あいは重なっているものがほとんどで、分類はあくまで便宜的なものです。

身体的暴力	いわゆるなぐる、ける、髪をつかんで引きずるなど、体を傷つける暴力のこと。
物理的暴力	物を壊す。家の中をたたいたり壊したりするなど。
精神的暴力	大声でどなる、おどす、屈辱的なことばを繰り返す、親族の悪口を言うなど。
性的暴力	妻の意思を無視してセックスを強要する、避妊に協力しない、中絶させられる、ポルノを見せられたり暴力的なセックスをするなど。
経済的暴力	生活費を渡さない、支出を細かくチェックされ追及される。
社会的暴力	監視する、行動を制限される。実家に行くことや友だちに会うことをきらうなど。

多くの場合、これらの複数の行為が組み合わされ、繰り返し、継続的に行われています。

令和3年に公表された内閣府の調査では、被害にあったときの状況として、女性の約2割がフリーズ状態(驚きや混乱等で体が動かなかった)になっていたことなどの被害実態も明らかになりました。

DVであることの特徴

DVは配偶者間に起こる暴力と定義されていますが、実際には長年一緒に暮らしている事実婚の関係も法律の対象とされています。また結婚前のカップルに起こるものは「デートDV」(20ページ参照)と定義されるようになりました。

DVは同じ空間で生活を共にしているカップルの間に起こります。その特徴は

- 1** 家庭という密室で起こり、外側からはわからない。
- 2** 長年にわたって繰り返されており、被害者のダメージは深くなる。
- 3** 夫婦間の問題ではすまないで、子どもや親族にも影響がでる。

などです。

社会的な体面として「しあわせなカップル」「しあわせな家族」のイメージを壊したくないために、被害者が我慢し続けるということもしばしばあります。さらに「男は一家の長である」「男は妻ぐらい支配できなくてはいけない」という男らしさや、「女は嫁いで夫に従うべき」「夫が怒るのは自分が悪い(女だ)からだ」という女らしさの規範に縛られている場合もあります。被害者の多数である女性が、経済力がなくて離婚がためられるとか、住んでいる家や地域への愛着を持っていて、なかなか家を捨てて出ていくことができないなどの心情もあります。

こうして、「家庭」で起こるがゆえに長期にわたる要因が多く、そのことがDVから一歩踏み出すことを難しくしているともいえるのです。



暴力が与える影響は広範囲



加害者からの暴力を受けながら生活している被害者の感じ方、考え方などには個人差がありますが、いつ暴力が起きるかわからない状況の中で、自分や子どもを守って生活していかなければならないという共通点があります。とくにそれを目撃したり、耳にしたりした子どもたちにとっては直接暴力がふるわれなくても、精神的暴力を受けている状態であり、大きな影響があります。また、両親の間にDVがある家庭の中には、児童虐待がひそんでいる場合もあります。

またDVから逃れて別居したり、離婚したり、関係を絶ったとしても、すぐに問題が解決して、元気になって元通りの生活ができるものではありません。

愛する夫や恋人、パートナーから繰り返し受けてきた暴力のトラウマによる傷は深く、強い恐怖心や無力感が生まれるだけでなく、その後の心身の状態、生活のあり方、人生そのものに

広範囲に影響を与え(心的外傷後ストレス障害・PTSD(9ページ参照)、回復や自立には長い時間がかかります。身体的外傷は自他共に認知されるので、適切な処置によって回復が早いのですが、PTSDは外見ではわからないため、理解されにくいのです。しかし、それは「異常な出来事に対する正常な反応」であることを、被害者自身、その周囲の人たち、また支援者も知っておく必要があります。





心身への影響

からだへの影響

身体的暴力を受けたために、何らかのケガを負う人が多く、あざ・打ち身、裂傷、骨折など、日常生活にも支障をきたすことがあり、後遺症にも苦しみます。中にはお金を渡してくれないといった経済的暴力のために、十分な治療を受けられない人もいます。

令和4年の警視庁の統計では、配偶者間の暴力に係る相談は令和3年全体8,011件(内女性6,419件)、令和4年全体8,389件(内女性6,657件)、そのうち女性からの相談が79.4%となっています。また、内閣府調査では配偶者間(内縁を含む)における犯罪検挙件数(令和元年度)からみると、女性被害者は傷害2,639件中2,420件(91.7%)、暴行4,987件中4,481件(89.9%)、殺人158件中85件(53.8%)です。殺人数からおおよそ4日に1人の割合で女性が配偶

者から殺されていることとなります。

配偶者の支配下にある女性がより多くの被害を受けていることが推察されます。

一方で、傷害や暴行に占める女性被害者の割合が約90%であることに比べ、殺人については、46.2%の男性被害者がいます。この数値からは、配偶者の支配下にある女性がそこから逃げるためには、夫を殺すしかない、と追いつめられての殺人があることが読みとれます。





心への影響

相手に対して恐怖感を持つようになり、男性(女性)不信におちいります。また絶望感を抱いたり、だれも自分の状況を理解してくれないと人間不信になる人も多くいます。なにも感じない、無感情になったり、反対に物事に過度な反応をしてしまう人もいます。ほかの人との適切な距離感をとることが難しく、異常反応を起こすケースもあります。

また、自律神経失調症を発症したり、うつ状態におちいたり、睡眠が困難になって食欲減退、体調不良など病気がちになってしまうこともあります。無気力になり、自信をなくして自分を大切にしようという気持ちも失われます。避妊に非協力的という性暴力により、望まない妊娠を繰り返し、何度も中絶をしたり、生まれてきた子どもを可愛いと思えないなどの問題も起きています。



PTSD(心的外傷後ストレス障害)

1980年、ベトナム帰還兵の精神的後遺症に対して、アメリカ精神医学会に初めて登場してきた診断名です。戦争というトラウマ体験後のストレス障害(睡眠障害、驚愕反応、フラッシュバック、悪夢、解離や回避症状)などが、強姦被害者(強姦を生命の危機にさらされるトラウマとして体験)の症状と共通することが見出されました。同様にDVや子供の性暴力被害者のPTSDも生命を脅かす暴力行為であることが明らかになりました。

生死にかかわるような災害や、自分のからだに脅威が及ぶような出来事(トラウマ)を体験して、強いストレスを受けたり、家族や親しい人が同様の被害にあうのを目撃した後、数週間~数か月たって現れる精神障害の総称です。PTSDの症状として次のようなものがあります。

- ①フラッシュバックが起きて苦しむ。しかも繰り返し再体験する。悪夢を見ることもある。
- ②外傷を思い出すもの(人、場所、会話など)を避けようとする傾向
- ③外傷に関する記憶の欠落、健忘
- ④入眠困難や不眠、過度の怯え・警戒心
- ⑤感情の麻痺、無気力、孤立感、ひきこもり、自分の将来・人生に対する絶望感など



生活への影響

自分であることの否定

相手に対して恐怖感や不安感がいつも心の中にあるため、自分の気持ちよりも相手のことを優先して考えたり、相手の考え方、価値観、好みなどに合わせたりして、自己であることを否定してしまいます。

また「お前が悪いから」、「しつめのため」と言われ続けていると、自分が悪いからと自分を責めて、自信を失います。そのため自分らしく安心して生きることが難しくなってしまいます。

社会的孤立

いつも支配される生活を送り、友人や実家との関係も管理されていると、自分で考え、自分で決定することが困難になり、人との適切な距離を保つことも難しくなって、安定した人間関係を持てなくなったり、引きこもりがちになって孤立してしまうこともあります。

常に緊張感を強いられる生活の中で、集中力、思考力、記憶力が減退し、家庭生活や仕事の上で支障をきたし、中にはアルコール依存症や、薬物依存になって自己破壊的な行動につながってしまう人もいます。

経済的な困窮

経済的な暴力があると、生活そのものが困難になります。また、別居や離婚によってひとり親になったとき、経済的に困窮する場合も多くあるだけでなく、相手の追跡を逃れるために、住民票の移動ができずにいると、保険、

年金などの社会的保障や公的支援を受けることに支障が出て、ますます生活が苦しくなります。

収入は父子家庭、母子家庭ともに一般家庭より低く、厚生労働省の令和3年度全国ひとり親世帯等調査による

と、母子世帯数は119.5万世帯、父子世帯数は14.9万世帯で、母子家庭の平均年間年収は272万円で、父子家庭の518万円と比較すると、約6割以下となっています。

日本は先進国といわれる国の中で、いまだにM字型就業*カーブのある数少ない国であり、出産、育児期の女性にとって、正規雇用としての就労を継続するための社会資源が十分とはいえません。

*M字型就業：女性が25歳～35歳に出産、育児期に一旦退職をして就業率が下降し、谷間を形成し、35歳～45歳で再び上昇するために、就業率がM字型のカーブになること。

父子家庭と比べて母子家庭のほうが絶対数が多く、さまざまな福祉制度が用意されていますが、それは単に優遇ではなく、母子家庭の母では、非常勤やパートの非正規雇用とならざるを得ないことが大きく関与しています。

そんな中で、いったん退職をすると再び正規雇用の道は開かれていないので、収入の面でますます男性との格差が大きくなるのが現実です。

人生への影響

自分の存在価値が見い出せず、生きていくことの意義や意欲が失われます。そのため自殺願望を持つ人もいます。

別居や離婚をして、ひとりになったり、ひとり親家庭になったりすると、

思い描いていた家庭生活を継続することができずに、挫折感や喪失感を味わうこととなります。このような人には、長期にわたる支援が必要とされますが、周囲からの理解を得られないことも多く、生活再建もままなりません。