

「デートDV」

令和初年度の学校生活が折り返しを迎えました。今年度2回目の便りになります。

さて今回の話題はデートDV（付き合っている人同士で起こる暴力）についてです。殴る、蹴るなどされる身体的暴力はわかりやすいのですが、束縛がきつい、暴言を繰り返されるなどの精神的暴力は、これぐらいは暴力には入らないと自分でごまかしながら、でもつらくて泣いたり悩んだりしている高校生もいます。

以下はソクバッキー（付き合っている相手をきつく束縛しようとする人）のあるあるセリフや行動です。

◆ことばから見えてくる束縛とその影響 < >内はソクバッキー自身も意識できていない本音です。

- ◇「他の男（女）とLINEしないで」→そのうちLINE制限だけでなく→異性の友達がなくなる
本音<実は自分に自信がないため、自分以外の人と楽しい思いをしてほしくない、比べられるから>
- ◇「変な友達とは付き合わないで」→相談する相手、友達が極端に少なくなる→いろんな意見が聞けず冷静に判断できなくなる→彼（彼女）というしかなくなる
本音<周りからあなたを孤立させることで「自分しかいない」と自分にしがみついてほしい>
- ◇「約束して」→約束がどんどん増えていく→守れないと怒る。嘘をつくとますます怒って約束が増える→やれることがどんどん減っていく→自由がなくなる
本音<あなたに自分の思い通りに動いてほしい。あなたを本当は信用していない>
- ◇「何をするにも自分に相談してから決めて」→やりたいことを「〇〇のためだ」「〇〇はわかってない」と反対される→「〇〇はダメだ」などばかにされることが多くなり、自分に自信がなくなる。→何でも許可を求めるようになる→将来設計や進路の可能性が減られ、本気で自分はダメだと思い込む
本音<あなたのためなど考えていない。自分で決められない無能な彼（彼女）の方が、相手に必要とされているという優越感が味わえるから>

◆よくあるDV ちっくな約束 約束が多い恋人同士はDVの匂いがプンプンします。

「必ず一緒に帰ろう」「家に着いたら必ずLINEして」「LINEはすぐ返信して」「スカートはかないで」「二人のことを他の人に言わないで」「学校で人と話さないで」「嘘は絶対つかないで」「夜はLINEをつなぎっぱなしにしよう」「お互い秘密はなしだよ」

◆デジタル暴力 最近はスマホがらみの束縛系精神的暴力も増えています。

LINEのアイコンに二人で写りたがる・パスワードを知りたがる・二人だけの秘密の写真を撮りたがる・自分も送るからと裸の写真を送るように強要する・GPSをつけろと言う・返信が遅いと怒る・いいねの友達をチェックする・ツイッターなどを勝手に消す・今居る場所の写メを送らせる

お互いに束縛し合って、いつもイライラしながら、でも別れられない恋人たちが多くいます。要はお互い自分に自信がなく、相手に嫌われてしまうのではとすぐ不安になるのだと思います。相手を縛っても本当の意味での自分の不安は消えません。相手の個性を愛せていますか？恋愛について実は自分が勝手に常識だと思っている思い込みはありませんか？下の項目にいくつチェックが付きまか？

- ☐ 付き合ったら大体の人は24時間一緒にいたいと思うものだ
- ☐ 束縛が強いということはそれだけ愛されている証拠
- ☐ 好きの量とヤキモチの量は比例する
- ☐ 付き合ったら男はぐいぐい引っ張り、女はそれについて行く方がうまくいく

実はこれらは恋愛の常識ではありません。その他にもたくさんのチェック項目があります。相談室に「あなたの思い込みチェック」「自分の性格チェック」のリストがあります。やってみたい人は相談室に声をかけてください。

また、この便りを読んであなたと彼（彼女）との関係に不安を感じる人は、ぜひ相談に来てください。

【来校予定は「相談室だより」を参照してください】



