ほけんだより特別号

桶川西高等学校
２－１保健委員

デートDVについて学ぼう

7月10日　性教育講演会がありました。わかりやすくまとめたので復習しましょう！

デートDVとは、相手を思い通りにして自由を奪い、相手を傷つける暴力で人権侵害です！偏った思い込みや恋愛についての間違った思い込み（束縛は愛）などによって起こる身近な問題です。自分や周りの人は大丈夫か考えてみましょう。

〈暴力と警戒すべき９つのサイン〉

１．萎縮させる　相手に怖い思いをさせる。
２．無視する　　ご機嫌斜めのときに返事しない。
３．脅す　　「好きって言ってくれなきゃ死んでやる」と言ったりする。
４．操る　　異性と話さないように言ってきたりする。
５．干渉する　　位置情報アプリで監視しながら連絡してくる。
６．侮辱する　　「お前太ってるよな」など言葉で傷つけてくる。
７．嫉妬する　　スマホを見ようとしたり「好きな人できた？」と聞いてくる。
８．管理する　　「どこに誰と何をしに行くか報告して」「電話はワンコールで出て」「返事がなかったらその場に行くよ」等と言う。
９．孤立させる　悪口を言って友達がいなくなるよう仕向ける等。

デートDVは自分が負けてばかりの**上下関係**、**けんかは**勝ったり負けたりの**対等な関係**。デートDVは平等な関係ではないのです。自分の気持ちも相手の気持ちも大事にしつつ、上のサインに気づけるといいと思います。

〈デートDVかも？と思った時のアドバイス〉

①自分が受けているかも、と思ったら
あなたは悪くない！周りでちゃんと話聞いてくれそうな人に相談してみるといいよ！
②友人が受けているかも、と思ったら
まずは友達の話をちゃんと聞いてあげて！頼れる大人や相談先に相談する方法もあるよ！
③自分自身がしているかも、と思ったら
「○○されると悲しいなあ」みたいに相手を責めずに自分の気持ちを伝えたり、ちゃんと話を聞いてくれそうな人に相談したり、まずいと思ったらその場を離れてクールダウン！

どんな理由があっても暴力はダメで、暴力は加害者の責任（悪いのは加害者）です

〈今回の講演で特に印象に残ったこと〉

「恋人がいる、いないで自分の価値は決まらない。」「自分で自分を幸せにできる。」
心の寂しさや不安を埋めるために恋人だけを求めるのではなく、趣味や友達との時間も大切にすることで恋人だけに依存しないで自分自身を大切にすることが大事だと感じました。