

# 東京ウィメンズプラザ「令和2年度配偶者暴力（DV）防止講演会」講演録

講師 千野洋見さん（公認心理師、精神保健福祉士）

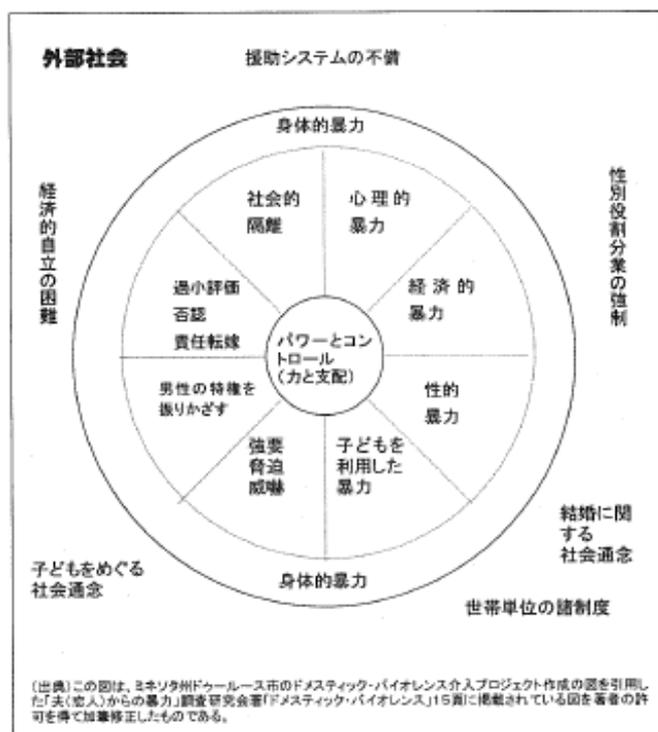
## 講演①：配偶者暴力（DV）が子供に及ぼす影響

### ●配偶者暴力の本質とはなにか

配偶者暴力(DV)とは、配偶者や恋人など親密な関係にある、又はあったものから振るわれる暴力のことを意味します。「配偶者からの暴力の防止及び被害者の保護等に関する法律」では、「配偶者からの身体に対する暴力、又はこれに準ずる心身に有害な影響を及ぼす言動」と定義されています。

親密な関係になると「相手を所有している」という所有感覚が生まれます。所有感覚とは「自分のものである」という感覚なので、相手の欲求や気持ちを尊重するよりも、「相手を自分の思い通りにしたい」という気持ちが強くなります。そして「相手を思い通りにしたい」という気持ちが「相手を思い通りにする権利が自分にはある」、「相手は自分の言うことを聞くべきである」という思いに発展し、それを実現するための手段として暴力が選択された時にDVが起こると言えます。

つまりDVの本質とは、暴力という手段を用いて相手を自分の思い通りにすること、相手を支配することです。



こちらの図はパワーとコントロール、つまり「力と支配の車輪」と呼ばれているものです。DVの被害者には男性よりも女性の方が多いのが現状です。女性に対して行われるDVという暴力行為の構造を、車輪を用いて説明します。  
(神奈川県立かながわ女性センター『女性への暴力』に関する調査研究報告書』p.9)

車輪の表面にあるのが身体的暴力です。殴る蹴るといった身体的暴力は女性の体に、あざやケガといった見えやすいかたちで現れます。

しかし、表面上には見えにくい心理的暴力や経済的暴力、性的暴力、子供を利用した暴力、強要、脅迫、威嚇など多様な暴力が車軸となって外輪を回しています。そしてその中心軸にあるのが社会における男性の優位性、特権的地位など男性が持つ力と、その力によって女性が男性の支配下に置かれる性差別構造です。

また車輪の外側には、私たちの社会に根強く残る性別役割分業の強制、結婚や子供に関する社会通念、女性の経済的自立の困難さ、援助システムの不備などがあり、車輪が回るのを加速させています。

つまり、DV は当事者だけの問題ではなく、社会全体の問題と言えます。  
 ただし、DV の被害者には少なからず男性もあり、男性は男性なりの苦しみがあります。

### ●配偶者暴力には色々な形がある

暴力とは平手で打つ、足で蹴るなどの身体的暴力だけに限りません。

精神的暴力: 大声で怒鳴る、「誰のおかげで生活できるんだ」、「甲斐性なし」などと言う、実家や友人と付き合うのを制限したり、電話や手紙を細かくチェックしたりする、何を言っても無視して口をきかない、人の前で馬鹿にしたり、命令するような口調でものを言ったりする、「子供に危害を加える」と言って脅す など

性的暴力 : 見たくないのにポルノビデオやポルノ雑誌を見せる、嫌がっているのに性行為を強要する、中絶を強要する、避妊に協力しない など

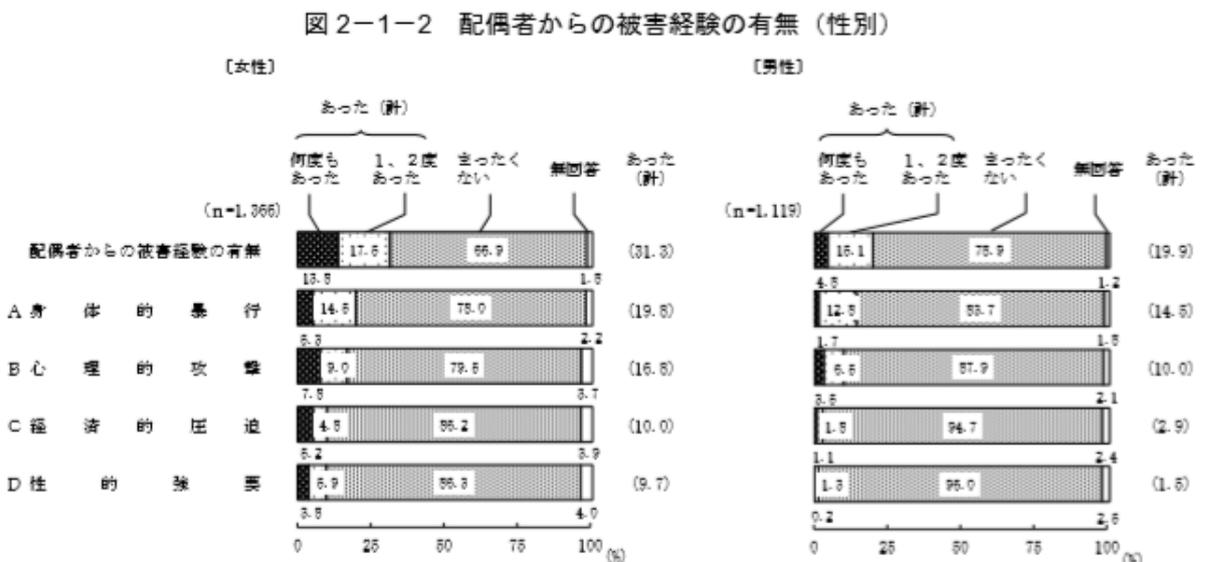
社会的暴力: 「外で働くな」と言ったり、仕事を辞めさせたりする、友人や家族と連絡を取ったり、交流することを禁じる など

経済的暴力: 生活費を渡さない、お金を巻き上げる など

暴力が単体で存在するということはありません。一度でも殴られた事のある人は、また殴られるかもしれないと不安や恐怖を持ちます。つまり、すべての暴力の背後には精神的暴力が存在しています。

それでは、このような暴力被害をどのくらいの人が経験しているのでしょうか？

内閣府男女共同参画局が公表した平成 29 年度「男女間における暴力に関する調査」によると、女性の約 3 人に 1 人、男性の約 5 人に 1 人が被害経験ありと回答しています。



女性は DV 被害経験が何度もあったと回答した人の割合が 13.8%、1,2 度あったと回答した人の割合は 17.5%となっています。一方、男性の方は何度もあったと回答している人は 4.8%、1,2 度あったと回答している人は 15.1%となっています。いずれの暴力においても、女性の被害割合が男性の被害割合を上回っています。

特に経済的圧迫と性的強要においては男女差が大きく出ています。経済的圧迫における女性の被害経験率は男性の3倍強であり、男女における賃金格差がその背景にあると考えられます。また性的強要における女性の被害経験割合は男性の6倍強となっています。性的強要によって女性は妊娠や中絶など、心身への負担に加え、大きな精神的ダメージも被ります。

## ●子供を巻き込む暴力

DVは、親密な関係にある二者だけの問題ではありません。子供がいる場合には、子供がDVに巻き込まれて被害を受けることや、子供を利用して被害者を傷つけることがあります。

例えば、被害者を守ろうとして子供が被害を受けるということがあります。被害者を蹴ろうとしたその足に子供がしがみつき、子供が振り飛ばされる、又は子供を抱えた状態で被害者が暴力を受けることによって子供も暴力被害を受けるということがあります。

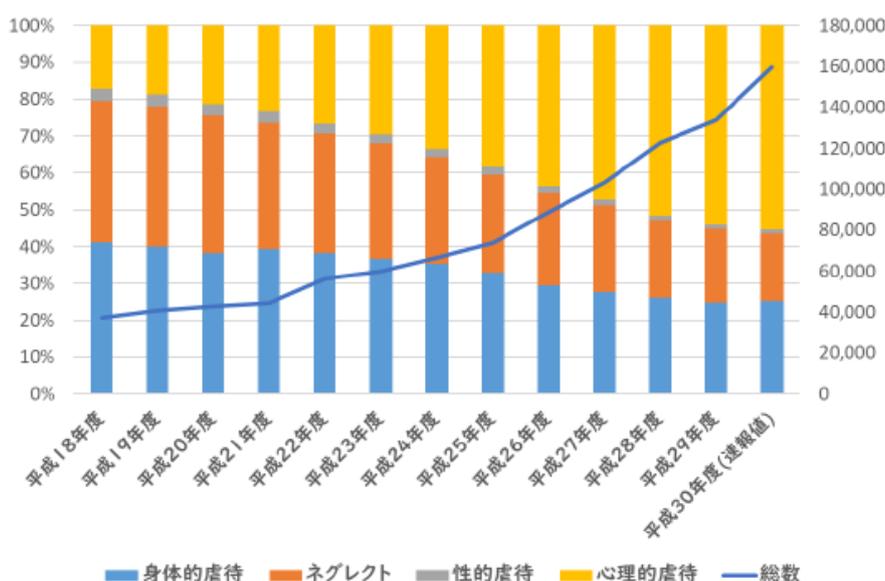
子供の目の前でDVが行われることを「面前DV」と呼んでいます。これは心理的虐待として、児童虐待防止法に位置付けられています。

被害者の前で子供を危険な目にあわせることも暴力の一種です。

また、被害者の行動を子供に監視させ報告させる、子供と引き離す、児童相談所に虐待のウソ通告をする、離婚したら養育費や学費を支払わない、といった様々な脅しなどがあります。加えて最近では、「母親が子供の世話をすることを許さない」という形で子供の死亡事例があったことが記憶に新しいことと思います。

これらの暴力行為は、全て児童虐待に当たります。

児童相談所での児童虐待相談対応件数を見ても、心理的虐待の占める割合が年々増加しています。2004年に児童虐待防止法が改正され、子供の目の前でDV、いわゆる「面前DV」が子供への心理的虐待として定義されました。加えてDVや、DVに絡んだ児童虐待死が相次いだことにより、警察による積極的介入が行われるようになりました。今まで見えてこなかった「面前DV」による子供への被害状況が少しずつ明らかになってきています。



厚生労働省平成30年度児童相談所での児童虐待相談対応件数<速報値>よりまとめ

## ●家庭内での暴力が子供に及ぼす影響 ～子育てが大変になる理由～

それでは家庭内での暴力、DV が子供にどのような影響を及ぼすのでしょうか。

DV によって被害者は様々な影響を受けます。骨折や打撲、ケガといった身体への影響、うつ、PTSD、不安障害、不眠といった心への影響、貧困や生活のための借金といった経済的影響、望まぬ妊娠や中絶といった性的影響、人間不信、家族・友人関係の断絶といった社会的影響を受けます。避難後に加害者から追跡がある場合は、追跡にも対応しなくてはなりません。そのため、経済的余裕がない中で、何度も転居を強いられる方も少なくありません。

これだけの影響を受けた状態で、被害者は仕事を失い、人間関係を断たれ、見知らぬ土地で一から生活を再建しなければなりません。避難を機に様々な精神症状が出てくることも多く、その結果、養育力低下に繋がることも少なくありません。

子供への影響には、脳の萎縮、骨折、打撲、ケガなどがあります(脳の萎縮については後で説明します)。

心への影響としては、うつ、PTSD、落ち着きのなさや集中力欠如といった、いわゆる ADHD のお子さんにみられるような症状、そして「暴力の誤学習」などが見られます。「暴力の誤学習」とは、何か葛藤があった時に、その葛藤を話し合いなどの平和的な方法ではなく、家庭の中で行われていたように暴力という手段を用いて解決するということを学んでしまうということです。そして子供は貧困といった経済的影響も受けます。親の貧困により、子供も貧困になるのです。その結果、十分な学業を受けることができなくなるなどの影響が表れます。

性的影響の中には、性暴力被害や、年齢にふさわしくない形での性行動(加害も被害も)、すなわち性化行動が見られることがあります。そして人間不信や、いじめの加害・被害といった社会的影響、そして女性は男性よりも下の存在なので、言うことを聞かせるためには男性は暴力を振るっても良いというジェンダー観への影響も考えられます。子供は、友達やおもちゃなど自分にとって大切なもの、加害親との突然の別れなどによる喪失を体験します。ただし、加害親との突然の別れというのは、子供にとっては安全な環境になるということでもあるため、加害親との突然の別れによる喪失体験と、安全なところに避難したことによる安心な体験とが合わさって、両価的な想いを抱くことも多くあります。暴力環境から離れ、安全・安心が確保されたことで一気に症状が見られることがあります。

最近の脳研究から虐待などの不適切な養育(マルトリートメント)が子供の脳を傷つけるということが明らかになってきました。性的被害を受けた場合は脳の視覚野の容積の減少が、被暴言虐待者の脳は聴覚野の容積の増加が、被厳格体罰経験者の脳は前頭前野の容積の減少が見られました。そして、暴言を聞くことは身体的暴力を目撃することの6倍のダメージがあるということ、例えば家庭の中で両親間の暴言を聞くことが子供の脳を傷つけるということも明らかになりました。

では、このことが親子関係にどのような影響を及ぼすのでしょうか。

被害者はDVの影響によりメンタルヘルス面だけでなく、身体面でも様々な問題を抱えやすくなり、その結果、養育力が低下するということがあります。子供の場合は、メンタルヘルスへの影響が行動面、例えば腹痛や頭痛、イライラ、不登校、学業不振、友達とのトラブル、親への反抗、抑うつなどのかたちで現れることが多いように思います。

このような困難な状況にある親子を支援するには、たくさんの社会資源が必要となります。親が元気になると子供のケアをすることができるようになり、子供も次第に元気になっていきます。養育力が低下している親を責めるのではなく、親の養育力を回復していくような支援が必要になります。

## 講演②：新しい暮らしを始めよう - つながりの中での回復をめざして

### ●これって DV と思ったら ～次の一歩をどう踏み出す？

加害者の元を離れた後、まず一番初めにやらなくてはいけないことが安全な生活を確保することです。安全な生活を確保するための支援機関には警察、配偶者暴力相談支援センター、民間シェルター、地方裁判所、病院などがあります。

警察では、被害者の保護や相談、加害者の検挙、ストーカー規制法に基づく警告等をしてくれます。

生活安全課というところに相談に行きましょう。

配偶者暴力相談支援センターは、必ずしも全自治体に配置されているわけではないので、配偶者暴力相談支援センターがなければ、男女共同参画センターや女性センターなど、地域にある女性のための相談窓口で相談をしておきましょう。

ここでは被害者の保護、相談、一時保護、自立生活の促進のための様々な情報提供を受けることができます。

民間シェルターは、それぞれが独自の活動を行っています。

配偶者暴力相談支援センターから一時保護が委託される場合もあります。

地方裁判所は保護命令や仮処分命令などの法的な措置を手助けしてくれる場所になります。



内閣府男女共同参画局 HP より

[https://www.gender.go.jp/policy/no\\_violence/e-vaw/shien/index.html](https://www.gender.go.jp/policy/no_violence/e-vaw/shien/index.html)

次にしなくてはならないことが法的手続きです。すぐに離婚せず別居生活を送る場合でも、婚姻費用の請求などがありますので、自分の生活のためにどのような法的手続きをする必要があるのか、ぜひ相談してみてください。法的手続きを進めるには弁護士を依頼することをお勧めいたします。

調停においては弁護士を立てなくても手続きを進めることができますが、DV の場合、被害者に危険が及ぶ場合がありますので弁護士を依頼した方が安全に行えるでしょう。

弁護士費用に心配がある場合は、法テラスを利用することができます。

資産要件を満たした方は、法テラスのサービスを利用することができます。

3 回までの無料法律相談に加え、弁護士費用の一時立て替えなども利用することができます。

実際に離婚手続きに進む場合は家庭裁判所で手続きを行うことができます。

詳しくは弁護士相談で相談をしてみてください。



次に自立生活促進のための支援機関をご紹介します。

避難を希望する場合は婦人相談所、一時保護を希望する場合には婦人保護施設といった施設を利用することができます。

各自治体の福祉窓口や福祉事務所でも様々な支援を受けることができます。

住居の確保については公営住宅や民間アパートを利用することになります。

子供の保育についてもさまざまなサービスがありますので、自治体に問い合わせをしておくとい良いでしょう。

また、転校が必要な場合は教育委員会の支援を受けることができます。どこに転校したのかわからないようにする必要がありますので、ぜひ相談してみてください。

就職活動ではハローワークなどの施設で就労情報を探することができます。

マザーズハローワークなどといった母親に特化したハローワークもありますので、そこで就労情報を探することができます。



## ●親子の回復の途上で起きること、回復に必要なこと

生活が整い、法的解決が図れても、全ての問題が一気になくなるわけではありません。被害者は DV の影響により、メンタルヘルス面だけではなく、身体面でも様々な問題を抱えやすくなります。例えば暴力によって骨折したりすると、完全には元の機能が戻らないことがあります。また、DV 被害からのストレスにより免疫疾患や婦人科系疾患に悩む人も少なくありません。

その結果、思うように身体が動かず養育力が低下することがあります。

子供の場合、メンタルヘルスへの影響は行動面で現れやすいと言われています。

また、子供が加害親と一緒に住んでいた時には見せなかった言動をするようなこともあります。それは加害親と離れ、今まで我慢してきたことが表に現れるからですが、被害親にとってはかなりのストレスになります。時に子供が加害親と同じような言動することがあり、被害親は加害者から離れた途端、子供から加害を受けているような気持ちになってしまうことも少なくありません。なお、大人にとって困ったように見える子どものこのような言動は、回復のプロセスに必要なことであり、安全・安心な場所に来たからこそ出てくるものと言えます。

では親子の回復にとって何が必要なのでしょうか？

キーワードは「安心・安全・尊重」です。

具体的には、適切な「枠組」の設定、予測のつく環境です。

DV があったときには、いつパートナーが怒るか、いつパートナーに暴力を振るわれるのか分からない、不安定な日々を過ごしていたと思います。だからこそ、予測のつく環境の中で日常生活を送ることが大切になります。

暴力を振るわない親との強い絆、これもとても大切になります。

子供にとって暴力を振るわない親との強い絆は、回復にとって必要不可欠です。

自分の存在をそのまま受け止めてもらい、強い絆で結ばれることは子どもの回復にはとても重要です。

大人に対する心配からの解放。

被害者の中には、暴力は子供の見ていないところで行われていたから、「子供は知らないはず」という方がいますが、多くの場合、子供は何が起きているのか知っています。そして被害親の心配をしています。

子供は本来、親をはじめ大人から心配される存在です。子供が親を心配するというのは役割逆転が起きていることを表しています。そのため、できるだけ健全な大人との触れ合いを通して、大人に対する心配から開放してあげることが子供には必要です。

先ほどお伝えしたように、家を離れた被害者も子供も様々なものを喪失しています。

この喪失を癒すことは、回復にとってとても重要です。子供は、幼ければ幼いほど言語表現能力が十分ではないので、遊びを通して自らの心の内を表現すると言われています。また遊びの中での自由な表現を通して、子供が自分で自分を癒していく、そんな力を子供たちは持っています。

子供に何か質問をするときは、できるだけ選択肢を与えるようにしてください。暴力被害とは、自分自身が持っている力を奪われる行為です。暴力被害を受けた人は、大人であれ、子どもであれ、しばしば物事を決めることができなくなっています。なぜなら物事を決める判断基準は加害者だからです。そのため回復には「自分で決めることができる」という自己効力感を取り戻すことが必要です。

暴力関係とは支配と被支配の関係です。上か下かではなく、対等な関係性のロールモデルにたくさん出会い、対等な関係性を経験することが大切です。

養育力が低下した被害親が、自らの不適切な養育に気づいたら行動を反省し軌道修正をしていきましょう。時には子どもに謝ることも大切です。

子どもにとって、親や養育者周囲の身近な大人に認められることは健康な人生観を作る基盤になります。

## ●周囲にしてほしいこと、してほしくないこと

周囲の人に最も配慮していただきたいことは、二次加害にならないために被害者の視点で話を聞くということです。

被害者の話を聞くときには、次のような点に配慮をしてください。今まで気づかずに加害者擁護の立場に立っていることがあるかもしれません。

「あなたの方でももう少しまく相手を立てながらやればいいんじゃない？」と言ったことはありませんか？これは二次加害になりますので言わないようにしましょう。

被害者には迷いがある当たり前です。迷いに寄り添いながら話を聞きましょう。その際、お説教にならないように対等であることを意識してください。

そして、決して被害者のハンドルを奪わないようにしましょう。被害者自身の自己決定を尊重します。情報提供をした後は本人が選ぶことを尊重します。

被害者支援には忍耐強く寄り添う人が必要です。

DVについての正しい情報を伝え、相談機関を紹介してください。

被害者の話を聞く時の4つのNGワードをご紹介します。

### ①「怒らせる方が悪いんじゃない？」

怒りは健康的な気持ちです。怒ったからといって暴力を振るってよいということにはなりません。

### ②「愛されている証拠だよ！」

暴力は愛ではありません。この言葉は被害者を傷つけます。

### ③「二人でよく話し合ったら」

暴力関係とは支配と被支配の関係です。対等でない関係性の中では話し合うことができません。この言葉は被害者をより一層追い詰めてしまいます。

### ④「別れちゃえばいいんじゃない？」

被害者は別れたい気持ちと、別れたくない気持ちの間で揺れ動きます。この言葉は被害者を追い詰める言葉になります。

それでは、どのように話を聞いたらいいのか、いくつかのヒントをお伝えしたいと思います。

被害者から話を聞いたら、「そうだったんだね」と言って、まずは被害者の話を信じて受け止めてください。

「どんな気持ちだった？」「今どんな気持ちでいるの？」と被害者の気持ちを聞いてください。これは被害者の気持ちを大切に  
する質問です。

そして加害者の行為が暴力であるということを伝えましょう。しばしば被害者は自分が受けている行為が暴力である、DVであると認識していないことがあります。「あなたが受けているそれは暴力だよ!」ということをぜひ伝えて下さい。

「あなたは悪くないよ!」暴力の責任は100%加害者にあります。暴力を振るわれた人に責任はないということを伝えましょう。

「相談できるところがあるよ!」ぜひ専門機関の情報を伝えてください。DVは、時に周囲の人にも危害が加えられることがあります。自分だけで抱え込まずに、様々な相談機関につなげるようにしてください。

DV被害者支援には様々な窓口があります。情報提供をしても、その情報提供を受け取って相談するかしないかは、被害者本人に任せるようにしましょう。被害者の気持ちを尊重するということを忘れないでください。

<相談機関窓口>

- ・ 配偶者暴力相談支援センター
- ・ 子どもと家庭に関する相談窓口
- ・ 男女共同参画センターの女性相談・男性相談
- ・ 行政機関の窓口(生活保護・住民票の支援措置・保険証など)
- ・ 裁判所(保護命令の申し立て・離婚調停・裁判)
- ・ 弁護士(養育費・婚姻費用分担金・離婚の調停)
- ・ 民間支援団体
- ・ よりそいホットライン(0120-279-338 24時間 365日)
- ・ DV相談+
- ・ 警察(生活安全課)
- ・ 保育園・学校など
- ・ 医療機関(外科・内科・精神科など)

## ●一人のできるリラックス法

何をすればリラックスできるかは人によって違います。ぜひ自分にとってのリラックス法を見つけて下さい。

(例)

- |              |              |
|--------------|--------------|
| ・呼吸法、深呼吸     | ・ウインドウショッピング |
| ・ヨガ          | ・料理をする       |
| ・散歩          | ・瞑想する        |
| ・筋弛緩法        | ・映画を観る       |
| ・カラオケ        | ・本を読む        |
| ・運動          | ・掃除をする       |
| ・絵を描く        | ・お風呂に入る      |
| 友だちとおしゃべりをする | ・アロマをかぐ      |

ご清聴ありがとうございました。

## ● 皆様へのメッセージ

『DV』の問題は、『男性 vs 女性』でも、『加害者 vs 被害者』でもありません。

『DV』を容認している社会全体の問題です。

女性も男性も子どもも生きやすい社会は、DV も虐待も無い社会です。

どうしたら DV や虐待を無くすことができるのか、自分には何ができるのか、

この講演会が皆さまにとって考えるきっかけになったら嬉しいです。

自分は被害を受けていると気づかれた方へ。

ひとりで苦しみを抱えず、ぜひ身近な相談機関に相談してみてください。

きっと出口が見つかると思います。

## ● 参考図書案内

友田明美『子どもの脳を傷つける親たち』(NHK 新書、2017)

白川美也子(監修)『子どものトラウマがよくわかる本』(講談社健康ライブラリーイラスト版、2020)

白川美也子『赤ずきんとオオカミのトラウマ・ケア 自分を愛する力を取り戻す[心理教育]の本』

(アスク・ヒューマン・ケア、2016)

レジリエンス(著/文)『傷ついたあなたへ わたしがわたしを大切にすること』(梨の木舎、2005)

レジリエンス(著/文)『傷ついたあなたへ2 わたしがわたしを幸せにすること』(梨の木舎、2010)

伊藤絵美『セルフケアの道具箱 ストレスと上手につきあう100のワーク』(晶文社、2020)