



最近、ホッと一息、ついてますか？

毎日寒い日が続きますが、みなさんいかがお過ごしですか？

いよいよ長い春休みに入りますね。予定はすでに立てられたでしょうか。

この機会に短期留学に行く人、アルバイトに精を出す人、見聞を広めに旅行を計画している人・・・2 か月足らずの春休み、普段はなかなかできないことに挑戦してみるチャンスですね。大学生の今だからこそできることを存分に楽しみ、来るべき春に向けて英気を養ってください。

～DVについて知っていますか？～

DV(ドメスティックバイオレンス)という言葉は、みなさん聞いたことがあると思います。

DVとは、「親密な関係にあるパートナーからの暴力」のことです。親密な関係というのは、主に夫婦や恋人を指しますが、元恋人や、友人関係であってもDVに含まれますし、男性から女性に対する暴力だけでなく、女性から男性、あるいは同性間で起こる暴力も含まれます。また、ここでいう暴力とは、身体的なものだけでなく、精神的、性的、経済的暴力など、いろんな要素を含んでいます。

殴る、蹴るなどの身体的暴力のほか、脅したり罵倒したりする、メールをチェックしたり常に人間関係や行動を監視する、セックスを強要するといったこともあります。「そんなことをする人とは付き合わないから大丈夫」「もし彼氏(彼女)がそんなことをしてきたら、すぐに別れればいい」と思うかもしれませんが、でも、実際には、仕返しされるのが怖かったり、被害者側が「自分が悪い」と思い込んでしまったりして、その関係から抜け出せないことも多いのです。DVの加害者側も常に暴力的なわけではなく、優しい部分を見せることもありますから、相手が変わってくれることを期待したり、「私がいないとだめだ」と思ってしまったり・・・相手のことを嫌いになれないために、どうしても別れることができないということも起こってきます。

もしも、今あなたがDVの被害を受けているなら・・・まずは自分の身の安全を確保し、誰か信頼できる人に相談しましょう。2人きりの関係の中で冷静な判断ができなくなっているかもしれません。第三者に十分に話を聞いてもらい、その上で自分にとってどうすることがいいのかを考えてください。親や友達、相談できる場所に助けを求めることが大切です。

もしも、あなたの周りで被害を受けている人がいたら・・・まずはよく話を聞いてあげましょう。「別れないとダメ」など断定的な意見は避け、まずその人の安全を守ることが大切であることを伝えてあげてください。そして、助けを求める場所があることを教えてあげてください。

学生相談室では、DVを含め、人間関係の中で起こってくるいろんな問題、悩みについて、共に考えながら解決のお手伝いをしていきます。困った時にはぜひ一度訪ねてみてください。

