

思いやりを持ち、 尊重しあえる 関係づくりを ～DVをなくすために～



レジリエンス
中島 幸子

私がレジリエンスという団体でDV（ドメスティックバイオレンス）についての活動を始めて4年ほど経ちます。レジリエンスでは主にDVについての講演・講座・研修などの活動を行っています。レジリエンスとは、回復力、復元力などを意味する英語です。どのような逆境に置かれてもそこから脱する力やふんばる力、またマイナスのものをプラスに変えていく力をイメージしています。また、レジリエンスでは被害者のことを、被害という側面に焦点をあてた呼び方をするのではなく、☆さん（ほしさん）と敬意を込めて呼んでいます。レジリエンスという力を持ち、自分らしさという輝きを持っている人たちだからです。



レジリエンスでなぜDVをテーマとした活動を始めたかという、その理由は20年ほど遡った私の経験にあります。

当時、20歳の大学生だった私は、彼（Bさん）と出会い、付き合うようになりました。Bさんは出会った頃はとても優しく、親切で、サッとドアを開けてくれ、笑顔で会話をするような人でした。しかし、付き合い始めて10日ほどしたある日、ちょっとした口論の際に平手打ちで私の顔を叩き

ました。あまりにも突然のことで唖然としていた矢先に、Bさんは「自分でも今何が起きたのかわからない。許してほしい。」と泣きながら謝りました。そんなBさんを見て私は許すことにしましたが、まさかこの出来事から私の人生が狂っていくことをその時は全くわかりませんでした。

最初の出来事から数日後、またちょっとしたことで殴られ、今度は2度目だし許せないと思った私は抵抗しました。すると、Bさんの暴力は極度に悪化し、ボコボコに殴られただけでなく、「どれだけ抵抗しても、抵抗しきれないほどのひどい暴力を振るえる人なのだ」という実感と大きな恐怖感を植えつけられました。結果的に、私はこのBさんと4年半付き合うのですが、その間一緒に暮らすこともなく、結婚もせず、子どももいない、といった関係性が続きました。最近「デートDV」という言葉で表されているような経験です。今となっては、何度も殺されていたかもしれない、と思う出来事を多々経験しました。



しかし、現在DVに関する仕事をしていながらつくづく感じるのは、DVの暴力は必ずしも私が経験したような身体的暴力だけではない、ということです。テレビなどでDVのニュースが報道される時には、ほとんど必ずどなたかが殺されているか、重症になっています。しかし、DVは（DV

だけでなく虐待・モラルハラスメント・いじめ・パワーハラスメントなども同じですが）背景にパワー（権力、力関係）とコントロール（強制、支配）という要素があります。この二つの大きな要素が歪んで発生するからこそ、☆さんは加害者から離れられないとを感じるのです。でも、テレビではこういったパワーやコントロールについては報道されません。なぜなら、映像でこれらの要素はとらえられないからです。でも、こういったパワーやコントロールといったものがあるからこそ、繰り返されるタイプの暴力は発生し続けるのです。



また、暴力を振るうという行為は病気ではありません。病気は、風邪ひとつでもコントロールが効かず「止まれ！」と言って止む風邪はありません。DVや虐待などの加害者は、暴力を振るう相手を見定めています。例えば、自分の先輩や上司には丁寧に対応し、その反面、後輩や部下、そして自分の家族には暴言を吐いたり、物を投げつけたりする。こうしたことは、完璧にコントロールが利いた行動です。つまり、自分の目の前にいる人が誰かによって自分の出方を変えるといった思考と、自分が見下している人たちには何をやってよい、といった考えが加害者の発想にあることを表しています。



加害者は、よく問題のすり替えもしてきます。例えば、「うちのはかたづけが下手なんですよ。私はただかたづけをもう少しまくしてほしい、と伝えたかただけで…」といった説明があったとします。この言い分だけを聞いていると、かたづけが下手な人のせい、と聞こえます。しかし、本当の問題点はかたづけの話ではありません。元々の問題をどのように解決するかを考えた時に、暴力という手段以外の選択は必ずあるのにも関わらず、暴力といった方法を選んだ人に100%暴力の責任が発生します。どんな問題であっても、暴力という方法以外の手段は必ずあることを忘れないでください。



私がDVについての活動をこれからも行っていきたい理由は大きく二つあります。一つはやはり一人でも多くの方々にDVの複雑さを理解していただきたいという思い、もう一つは、暴力のある生活の中で混乱している☆さんたちに、暴力の責任は☆さんたちには全くない、ということをお伝えしたい気持ちがあるからです。世間では、DVの理解がまだまだ乏しい状態で、誰かがDVで悩んでいると訴えても「そんなに大変なら別れればいいのに」と言われてしまいます。簡単に別れられるものなら、きっとそのように言われる前に別れる決断をすると思います。そう簡単に別れないからこそ悩むのです。また、暴力に遭えば誰でも混乱しますし、傷つきます。そして、自分を責めがちになります。暴力は振るった人にしか責任はありませんし、☆さんは悪くありません。

DVを含め、世の中の暴力を減らすためには、もっと人との関係性において尊重という要素を増やしていかなければならないと思います。これは、パートナーシップだけのことではなく、親子関係、友人関係、職場での関係など、どの関係においても大切なことです。相手を尊重していればその人に対して暴力を振るうことはありえなくなります。尊重と暴力を両立することは不可能だからです。つまり、尊重が増えれば、暴力は減るはず。DVも虐待もいじめも他人事ではありません。誰にでも起こりうる出来事です。もっともっとお互いを大切にし合い、それぞれの考えや意見を認め合い（同意しなければいけないということではありません）、思いやりをもった接し方をするように、私たちひとりひとりが心がければ、人が人を傷つけることは減ると信じています。



人が必要な情報を得ると、それは知識になり、知識はその人の力になります。私はレジリエンスの活動を通して、情報を広めたいと考えています。そして、自分も相手も尊重する方法を、多くの人に知って実践してほしいと願っています。



レジリエンス ホームページ <http://www.resilience.jp/>

11月25日（日）クレオ大阪中央において、中島さんをお招きして講演会「DVのない社会をめざして～知っておきたいDVの現状と本質」を開催します。詳しくは4ページをご覧ください。