

大切な家族・友人をDV被害から守るための基礎知識

DV防止支援者セミナー

ドメスティック・バイオレンス



エセナおたでは女性に対する暴力をなくすための講座を行なっていますが、2009年12月2日のDV防止支援者セミナーでは、自らのDV被害体験を通して、DV被害者の支援を行なっている、西山さつきさんのお話をうかがいました。

◆すべての人に回復する力がある



私はNPO法人レジリエンスで働いています。レジリエンスという言葉は回復力、復元力、マイナスをプラスに変えていく力、さまざまな意味の力を表しています。私たちの内面には、このレジリエンスという力がいつでも必ずあります。

ところが、何かしらの傷つき経験、DV、いじめ、パワハラ、虐待、何でもそうですが、傷つき経験をすると、レジリエンスが見えにくくなることがあります。なくなった訳では決してありません。私は、その見えにくくなっている力をもう一度確認し、自分らしく輝いて生きていくためのサポートをしています。私たちがDVを前面に出して活動しているのは、私も含めメンバーの何人かがDVの被害経験があるからです。

私たちは被害にあった人を「被害者」とは言いません。私自身、「被害者」と言われると、何ともいえない居心地の悪さを感じ、自分の力を感じにくくなります。被害経験以外の経験をいくらでもしているのに、被害者のレッテルを貼られることには違和感があります。

DVの渦中にある人は、「大変な毎日を乗り越える」力があります。その力を自分自身のために働かせ、輝かすことができます。私たちは、「キラキラ輝けます」というメッセージを込めて、「☆(星)さん」と呼んでいます。加害者については、暴力を振るう人「Batterer(バタラー)」のBを取って、「Bさん」と表現します。



◆DVはパワーとコントロール、そして暴力

DVはイコール暴力とイメージされています。私も自分がDVにあっていると気づく前は、身体的暴力がDVだと思っていました。DVには暴力の他に、二つの要素があります。一つ目は「力の差、権力(パワー)」です。一方の人が上で、一方の人が下に置かれる上下関係からできる関係性です。

二つ目は、「支配(コントロール)」です。恋人でも夫婦でも健全なパートナーシップは、対等で平等なところからスタートします。しかし、上下関係になっていて、上の人が下の人を思い通りにコントロールするために使われるのが暴力です。用いられる暴力は、身体的暴力だけではなくありません。精神的暴力や経済的暴力、さまざまな暴力が使われます。

私の経験はデートDVからDVにスライドしたと思っていただければと思います。お付き合いをしている時からおかしいと思う

時はありました。でも、たまにです。ピンポイントで、何でこんなことで怒るのだろう？ということが、たまにありました。結婚したらよくなるだろうと思っていました。子どもを産んだらよくなるだろうと思って子どもを産みました。でも相手は変わることはなかった。たまにある嫌なことが、どんどん頻度を上げていきました。生まれたばかりで首がすわっていなかった下の子と二人の子どもを連れて家を出たのが、10年ぐらい前です。

結婚はそれまで全く違う生活をしてきた者同士と一緒に生活を始めるわけですから、いろいろな違いがでできます。カレーの辛さ、野菜の切り方、洗濯物の干し方と、ほとんどが違います。そういう時、「私はこうするけど、あなたはどうする？ 違っているけど、どうしていこうか」と、話し合いができれば、健全で対等、平等な関係です。



◆相手を支配するために暴力を使う

ところが、DVの関係では一方の人の意見が絶対です。もう一方の人の考えは愚かしいもの、間違っているものという扱いを受けます。菜箸をコンロ横の箸立てにどちら向きに立てるかという、どうでもいいようなことでも、私が同じ考えを持っていないと相手はキレ始めます。「なんでこんなことがわからない、一体どういう育てられ方をした、どれだけ言えばいい」と、延々と始まります。言い返したこともあります。「そんな言われかたは、おかしい」と言ったこともあります。相手と同じように大きな声を出したこともあります。泣いてみたこともあります。アサーティブ講座に通って、丁寧な話し合いを試みたこともあります。どれもやらなければよかった、という結果に終わりました。

私が、「それはおかしい」と言うと、もっと大きな力で封じ込められます。「あなたの言うとおり、ごめんなさい」と言っていれば安全なことを学んでいきました。この時点で、私は殴られていません。だから、暴力、DVにはつながらない。でもこの関係は非常に苦しいものでした。私の相手は他の人とうまく関係が持てない人かという、決してそうではなかったのです。

いろいろなケースがあり、どこに行っても暴れまくる人、外では非常によい人もいます。会社でも評判がよく、近所でもいつもゴミ出しをして、「おはようございます」と挨拶をする、よい評判の人もいます。自分がよく思われたい関係の中では親切で、ユーモアがあり、いい人であるという一面を持っています。でも、

自分が見下してもいいという間違っただ判断をした人に対しては横柄、暴力的、支配的な態度を取ります。

そういう二つの面があるので、☆さんが周りの人に、「実は私、こんなに苦しい」と言った時に、「え？ まさか」と思います。一方の部分を知っている人は、まさかあの人がそんなことをするわけがない、と思います。

☆さんは暴力を受けて混乱しています。「混乱している状態のあなたがおかしい」と言われて、周りからは理解されません。「だって、殴るわけじゃないでしょ？」「会社ではちゃんとやっている」と言われ、「私が悪いから、こうなる」「やっぱり私が悪い」となってしまいます。ですから、DVについては、的確な情報を得て的確に対応していくことがとても大切です。

Bさんは、よく話のすり替えをしてくることがあります。「いやあ、ウチのは本当に片づけが下手で、何度言っても家の中がゴチャゴチャ。あの日は特にひどくて。だから自分も言い過ぎた、やり過ぎた」と言います。聞いた人は、「なるほど、暴力はいけなけれど、それだけ言われて片づけができないなら、片づけができない人も悪い」と思います。

Bさんは☆さんにも同じことを言います。すると、「私が悪いから」と思いがちです。ここで見逃してはいけないのは、どんな場合でも、暴力以外の解決方法が必ずあるということです。必ずあるにもかかわらず、暴力という間違っただ方法を選んでいることが問題です。暴力を選んだ人には、100%暴力の責任が生じます。

パワーとコントロールですが、すごく大きな氷の塊の氷山に例えることができます。水の外に出ている部分は外から見えるけれど、水の中の部分は外からは見えない。精神的暴力の場合、暴力の手段が水の中に沈んでしまっていて見えない。逆に外から見て、いい関係と見られてしまうことがあります。

私の場合、相手は年賀状の季節になると、家族の幸せそうな写真に執着します。たった一枚のために、36枚撮りのフィルムを4本も使って一日中、公園で写真を撮り続けます。何時間も相手が言うように笑ってなきゃならない。何時間も相手が言うように子どもをいい状態にしてなきゃならない。私にとって、ものすごく苦痛な時間です。でも、その苦痛は写真には写っていない。写真ではみんなニコリ笑っています。すごくうまくいっている、というメッセージが届きます。パワーとコントロールがある関係性は見えません。



◆DVは自尊心を奪い取る

DV法ができ、DVは犯罪であることが知らしめられましたが、ただ、殴っちゃいけないという掬えかたをしているBさんたちがいます。彼らは殴るのをやめます。殴ることはやめますが、見えにくい形の精神的暴力で締めあげてきます。精神的暴力はいつも身体的な暴力にスライドするかわかりません。私の場合、家を出るちょっと前に身体的暴力にスライドしたことがありました。それは妊娠中に殴られるということでした。お腹に赤ちゃんが

いない時に殴られたら、感覚がマヒしていて、大したことではない、たまたま機嫌が悪かっただけと矮小化していたと思います。けれど、妊娠中に殴られたことで、自分に対する暴力とはちょっと違った、子どもに対して暴力をふるわれたという感覚になり、初めて相談につながりました。

パワーとコントロールのある関係の中で起きてくることで、見えにくいものとして、☆さんの内側が変わっていくこともとても大きな問題です。相手から否定され続ける中で、自分に自信がなくなっていく。「私なんて別れてもやっていけるわけがない」「私みたいな人と一緒にいてくれる人なんていないわけがない」「私はここで我慢していくしか選択肢はない」と、思うようになっていきます。

DVはその人自身の自尊心を奪い取っていく。それも一度になくなるのではなく、ちょっとずつ、ちょっとずつ知らず知らずのうちになくなっていき、気がついてみると自分には価値がないという感覚になっていることもあります。

自分らしさがなくなり、自分のやりたいことを手放していくこともあります。仕事をしている中でイキイキしていると、それをBさんが好まないということも出てきます。仕事に行った日はいつも機嫌が悪かったり、また、実家に行って楽しく過ごしてくると、それを好まないBさんは実家に行く前になると、ケンカをふっかけてきたり、暴力的なことをしてきたりということが起きます。そうすると行かないほうが無難かも、行かないほうがいいのかもと、☆さん自身が自分からだんだんあきらめていくことも起きてくることもあります。

また、自分の意見がわからなくなることも起きてきます。相手を怒らせないために、常に相手に対する正解を探り、安全な答えを探して、あたかも自分の意見のように出していきます。自分がどう感じるかよりも、どうしたら安全かを考えます。ですから、私は初めてDVの相談に行った時、「あなたはどうしたいと思っているのですか？」と言われて、さっぱりわかりませんでした。自分の中に全く答えがなかったのです。相談員さんに決めてもらおうと思ってましたぐらいの感覚でした。



◆暴力のすべてがトラウマになる

暴力の種類は身体的、性的、経済的、精神的と4つに分けられます。身体的暴力は「殴る、蹴る」だけでなく、間接的な目に見えない形もあります。私は眠らせてもらえないという暴力がありました。お説教がものすごく長くて、夜中までかかる。「もう寝よう」とか、「もうわかったから」と言えない関係性ですから、ザっと聞いていなきゃならない。すごく睡眠不足になります。相手が寝て、やっと私も眠れると思っていると、なぜか起き出します。「謝らないで、よくグーグー寝ていられるな」って、また始まります。相手は私に指一本触れたわけじゃない。寒い日に家に入れないようにする、何時間も正座させておく、治療が必要な時に治療を受けさせないというのは、どれも間接的な身体的暴力と言えます。

