

こころの健康センターだより

2023年

(令和5年)3月発行 (年度内1回発行)

石川県こころの健康センター
〒920-8201
石川県金沢市鞍月東2丁目6番地

庶務課 TEL (076)238-5761 FAX (076)238-5762
相談課 TEL (076)238-5750 FAX (076)238-5762
支援課 TEL (076)238-5557 FAX (076)254-5533
(発達障害支援センター)

特集

「DV (ドメスティックバイオレンス) 加害の心理と対処法」 ～自分も他者も大切に生きる生き方への再生～

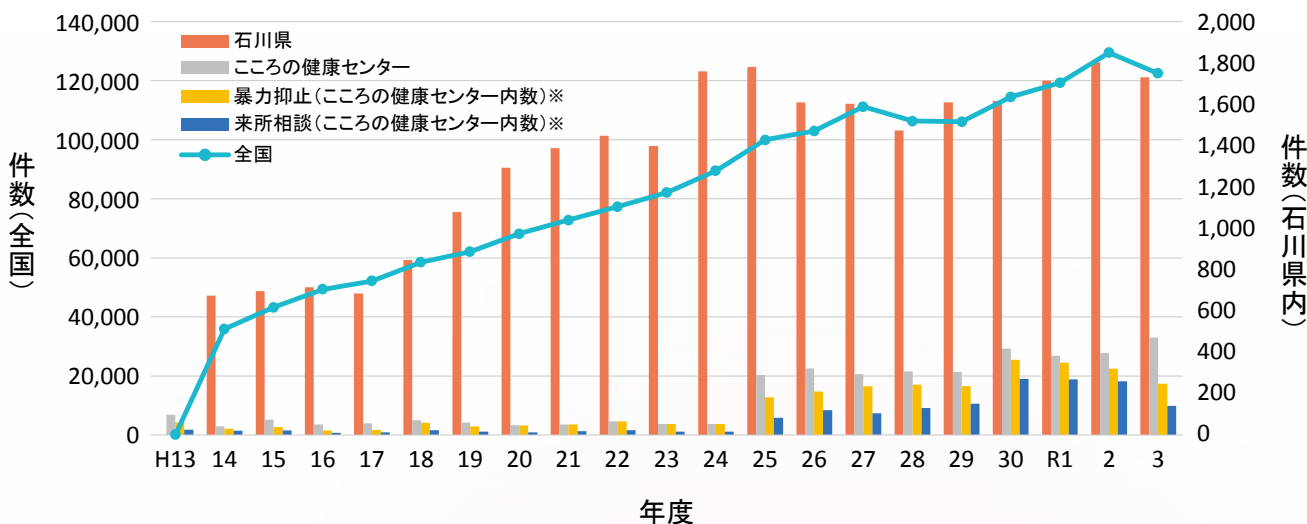
1. ドメスティックバイオレンスとは?

ドメスティックバイオレンスとは、配偶者や恋人など親密な関係にある、又はあった者から振るわれる暴力のことで、人権を著しく侵害する重大な問題です。法律上も、暴力を防止して被害者の保護等を図ることを目的として「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 (DV防止法)」が制定されています。

- 身体的暴力**：殴ったり蹴ったりする。
- 精神的暴力**：心無い言動等により、相手の心を傷つける。
- 経済的暴力**：お金を使うことを制限し、管理下に置いて監視する。
- 性的暴力**：嫌がっているのに性的行為を強要する、中絶を強要する、避妊に協力しない。

下図のとおり、相談件数は増加傾向にあります。令和3年度の相談件数は、全国では19年前の約4倍、石川県は約3倍、こころの健康センターは20年前の約5倍となっています。

図 DVに関する相談状況



<出典>

全 国：内閣府男女共同参画局「配偶者暴力相談支援センターにおける相談件数等」(令和4年)
石川県：H14～R1…石川県男女共同参画課「配偶者暴力相談支援センターにおけるDV相談等の状況」(令和2年)
R2～R3…内閣府男女共同参画局「配偶者暴力相談支援センターにおける相談件数等」(令和4年)
こころの健康センター：DVに関する相談(電話・来所)の合計

※ 黄色：暴力抑止：相談内容内訳のうち「DVをやめたい・やめさせたい」

※ 青：来所相談：DVに関する相談のうち来所したもの

2. 暴力の影響

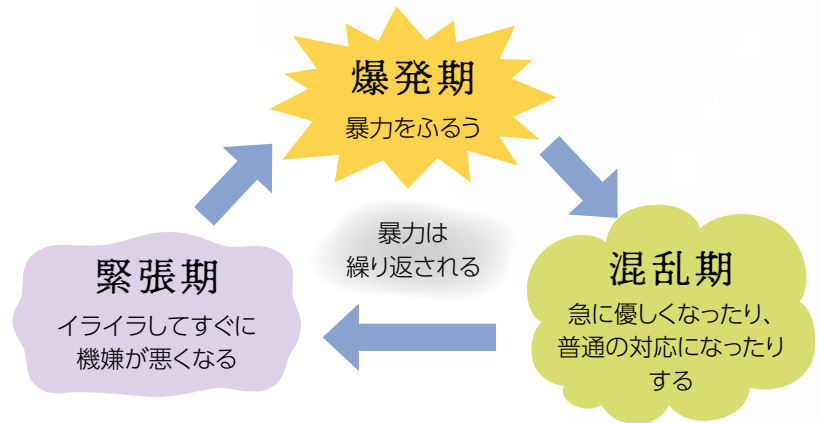
DVは被害者の心理面・行動面に凶のような影響を与えます。加害者は関係の改善を焦りがちですが、このように深い影響を与えているため、時間がかかります。

パートナーへの影響 不眠・暴力行為を思い出せない・自傷行為・自分は役に立たない

子どもへの影響 学校で集中できない・暴力や暴言・夫婦の仲を取り持つ、親を守れない罪悪感

3. サイクルに気付く

DVには3つのステージがあります。これが繰り返されているのだと気付くことが、加害者と被害者の関係を理解する上で重要です。



4. 加害問題としてのDV

被害者が増えているというのは問題の一面に過ぎません。加害者は、暴力によってパートナーを支配してコントロールすることを精神的な支えにしないと、社会で能力を発揮し良い人として生きていくことが難しい方であり、被害者の数だけいるのです。暴力をなくせば解決するのではなく、このような生き方を変える必要があります。

暴力は無意識のうちにやってしまうものでも、親の育て方が悪かったせいでもありません。自分で選び取っている行動です。だからこそ、対処法を身に付けて適切な行動を選択できるようになれば、自分を変えることができるのです。他人を変えるのではなく、自分が変わるということです。

5. 暴力をやめるために

相手を尊重する関係を作るには、次のようなことが必要です。

(1) コミュニケーションを工夫する

本音を伝えるときは「私」を主語にして伝える(【例】○「私は嫌だった」、×「あなたの言い方を何とかして欲しい」)

(2) 男らしさ女らしさ

自分の思い込みを押し付けず、性別による縛りより「自分らしさ」「あなたらしさ」を尊重する。

(3) 怒りのコントロール

怒りの感情には段階がある(【例】低…嫌だ、中…イライラする、高…怒鳴る)。低いうちに小出しにする。

他にもコツはいろいろとあります。一人で止めるのは難しいので、相談機関を利用して支援者と共に取り組むことをお勧めします。加害者が支援を受けることは、未来の被害者を増やさないために重要です。当センターが行ったDV加害者に関する調査では、相談支援を継続して受けている加害者は、どんなことが暴力であるかに気付き、認識が変わっていくことによって、パートナーとの関係が変化する可能性が示されました(令和4年度石川県こころの健康センター調査研究「DV男性加害者の意識に関する調査」報告書)。

6. 支援者が気を付けたいこと

- ・ 加害者の話をしっかり聴く。
- ・ 暴力は否定するが人格は肯定する。
- ・ 変わろうと思って取り組み始めたことを肯定する。
- ・ 事実を変えずに物事の見方を変える。⇒変わりたい気持ちとそれを躊躇している気持ちとの両方があることを要約し、「今はまず、〇〇しようとしているのですね」と伝える。
- ・ パートナーや子どもの安全が最優先であり、危険を感じた場合は、パートナーや警察・児童相談所等の関係機関への連絡をすることもあると伝える。
- ・ 加害者の「自分は被害者だ」という主張に丸め込まれない。

【石川県こころの健康センターの取り組み】

DVだけでなく、右のような心の悩みでお困りの方の個別面接相談(要予約)や電話相談をお受けしています。

<お問い合わせ>

石川県こころの健康センター 相談課
TEL 076-238-5750

対人関係や性格についての悩み／
アルコール・薬物・ギャンブル依存に
関する問題／ひきこもりの悩み／
学校、職場、家庭内で起こっている
心の問題／精神に障害のある方の
生活や社会参加などの相談

～ 支援課(石川県発達障害支援センター)での
相談を通して思うこと～

発達障害との境目

支援課長 酒井 伸吾

自閉症、アスペルガー症候群、高機能自閉症、広汎性発達障害等々と呼ばれていた障害は今日では自閉症スペクトラム障害という呼び名に統一されました。つまり様々な自閉的状态像は全てこのスペクトラム(グラデーション)上にあるという考え方で、さらに言えば全ての人がこのスペクトラム上において、自閉的傾向が皆無という人はいないということです。昨今、発達障害という言葉が広く知られ「自分あるいは家族が発達障害かも」と心配になり相談に訪れる人が増えています。日く、「人間関係で悩みがある」「夫婦関係が上手くいかない」「仕事が難しい」等々。確かに自閉スペクトラムの人はその特性上、人とのかかわりが難しい、苦手な仕事はなかなかできるようにならない、といった人は多いのですが、人間関係や夫婦関係で悩んだことがない人っているのでしょうか?努力や苦労しなくても簡単に仕事ができるようになる人っているのでしょうか?発達障害ゆえの生きにくさと人生の悩みはちょっと違うように思うのですが、今はその境目が曖昧になってきているのかもしれません。

みんなの投稿コーナー



ペンネーム たっち



ペンネーム たっち



ペンネーム ミルクレーブ



ペンネーム 金太郎



「DV抑止の大切さ」

石川県こころの健康センター 所長 角田 雅彦
(精神科医)



僕の若い頃の体験談をご紹介します。総合病院精神科に勤務をしていると、夫から暴力を受け大ケガをした妻が整形外科や皮膚科などから精神科に紹介されて来ます。親身になって話を聴き、「シェルターに逃げませんか?」とか「ご主人の暴力を何とかしませんか?」と勧めますが、妻は、「いえ、あの人は私がいなければダメなんです。だから、もういいです」と言って暴力をする夫の元に帰って行きます。そういう被害者がかなりいました。これは一見、夫に対する深い愛情からの行為のように思えますが、実は妻が逃げ出さないことで、夫はいつまでたっても甘えてしまい、暴力が続く結果となります。そこで、「ここで行動を起こさないと、いつまでもご主人の暴力は続きますよ」と助言をしても、「本当にいいんです」と言って帰って行きますので、まだ、若い医師だった僕の心に残るものは虚無感だけでした。

こういう夫婦関係を共依存関係と言います。被害者は、「パートナーは自分がいなければ生きていけない」と考えるようになっていきます。そして、パートナーに必要とされることに自分の存在価値や存在意義を見出すようになっていきます。また、「自分もパートナーがいなくなったら生きていけない」との思いを抱くようになっており、自分の意思でその状況から抜け出せなくなっています。被害者は暴力を振るうパートナーに対し、「暴力は振るうけど、実は優しい人で、私を愛してくれている。自分を必要としてくれている。自分は暴力だけを我慢すればいい」と思っています。

しかし、子どもがいる場合、親のDVを子どもに見せることは、子どもの心に大きな傷を与え、子どもの脳に損傷を与えています。友田ら¹⁾²⁾は、子ども時代にDVを見て育った人は、脳の視覚野の一部である舌状回の容積が、正常な脳と比べて平均して16%萎縮しており、この損傷が、会話をする相手の表情の読み取りやコミュニケーションに影響を与えているのではないかと考察をしています。

当センターでは、DV加害者抑止事業を行っています。DV被害者支援を行っている所は、ほとんどの自治体の他、民間機関等多数ありますが、DV加害者抑止相談を行っている所は非常に少なく、当センターの特色の1つとなっています。DVの子どもへの悪影響も考えて、ぜひ、DV加害者は当センターに来所していただきたいし、夫婦が共依存関係にあるのなら、尚更、子どものためにも、DVを抑止することを考えていただきたいと思っています。

1) Tomoda A., Polcari A., Anderson C.M., et al: Reduced visual cortex gray matter volume and thickness in young adults who witness domestic violence during childhood. PLoS One, 7, e52528, 2012.

2) 友田明美:子どもの脳を傷つける親たち、NHK出版新書、2017.