

問題を抱えた友だちへのサポート ～もしあなたの友だちがデートDVをされていたら～

- ① 話してくれたことに「ありがとう」と伝え、友だちの話を時間をかけてじっくり聞きましょう。
- ② その人を責めたり、批評したりしないで、友だちの考えや立場に寄り添うようにしましょう。
- ③ 友だちの言うことを信じて「あなたを信じている」と言葉にもしましょう。
- ④ 「あなたの責任ではない」と何度も伝えましょう。
- ⑤ 「あなたがそんな目にあっているはずがない」と言きましょう。
- ⑥ 友だちから聞いた話を他の友だちに言わないようにしましょう。うわさが広まることで、友だちがもっと危険な目にあうかもしれません。
- ⑦ あなたが解決してあげようと思わないでください。ああしろこうしろと指示をしたり考えやアドバイスを押し付けないようにしましょう。(別れた方がいいは禁句です。)
- ⑧ 友だちが自分で決められるよう支えましょう。友だちが自分で決めないかぎりうまくいきません。
- ⑨ 友だちが両親や先生や信頼できる大人や専門家に話せるように支えましょう。

～もしあなたの友だちがデートDVをしていたら～

- ① 友だちの話をよく聞きましょう。
- ② 友だちの暴力を肯定しないようにしましょう。
- ③ 暴力を正当化し言い訳をしても、暴力はともだちが自分で選んだことで、自分の責任だとはっきり伝えましょう。
- ④ 暴力は問題解決の方法にならないし、ふたりの関係を壊すだけだと伝えましょう。
- ⑤ 交際相手への暴力も犯罪であり、逮捕される可能性があることを伝えましょう。
- ⑥ 暴力をふるわれた相手の痛みや苦しみに気づくよう促しましょう。
- ⑦ DVしている=悪い友達/ダメな人、ではありません。間違っただけを選んでしまっているだけなので、友だちの人間性を否定しないようにしましょう。
- ⑧ 自分のDV行動について責任をとることができるよう助けましょう。相手の決断(別れる他)を受け入れたり、自分を変える努力をしたりするのを支えましょう。
- ⑨ 暴力をふるうような態度・行動は、本人が決意し努力したら変えられるということに気づくよう助けましょう。
- ⑩ 友だちが信頼できるおとなや専門家に助けを求められるよう支えましょう。

※どちらの場合も一人で抱え込まずに信頼できる大人に相談しよう