

## 女性用チェックリスト

あなたが体験したことのある項目に、○をつけてください。

- 彼の注文に少しでも疑問を示すと、すぐに不機嫌になる。
- うまくいかないことがあると、すぐに私のせいにする。
- 私が1人で外出すると、しょっちゅう携帯に電話してくる。
- 私が友人や両親と交際するのを嫌がる。
- 私の帰宅が遅くなると怒る。
- 私に「バカ」とか「能無し」とか言う。
- いつも彼の機嫌をそこねないように気を配っている。
- 彼に怒られるのがいやで、言うことを聞いてしまう。
- ついつい彼好みの洋服を選んでしまう。
- 人前でも平気で私の欠点を指摘する。
- 彼と会話がしたくても、非難されたり、無視されたりする。
- 私のちょっとしたしぐさにもうるさく文句を言う。
- 彼がいないと、なぜかホッとする。
- 癩癩を起すと、壁をなぐったり、物を投げたりする。
- 彼に平手打ちにされたことがある。
- 私をたたいた後は、急に優しくなり、私に謝ってくる。
- 彼を怒らせないために、あきらめたことがいろいろある。
- 彼は、私の気分などおかまいなしにセックスを求める。

## 男性用チェックリスト

あなたが体験したことのある項目に、○をつけてください。

- 彼女に大声を上げたことがある。
- 彼女には自分だけを見ていて欲しいと思う。
- 彼女が話しかけても返事をしないことがある。
- 話の最中、立ち上がって彼女に近づいたことがある。
- 彼女にバカにされたと思ったことがある。
- 女は男を立てるべきだと思っている。
- 黙って彼女をにらんだことがある。
- 彼女が他の男と話していると気になる。
- 彼女の携帯をこっそりチェックしたことがある。
- 浮気をしたことがある。
- 彼女に「なまいき言うな」と言ったことがある。
- 彼女に手を上げたことがある。
- 彼女に何か言い返されると腹が立つ。
- 彼女をののしったことがある。
- 彼女は口うるさいと思ったことがある。
- いつも彼女と一緒にないとイライラする。
- 彼女に反発されると、とても傷つく。
- 彼女に無断で借金をしたことがある。

あなたが女性で、女性用テストでひとつでも○をつけたとしたら、あなたは彼から暴力を受けています。あなたが男性で、男性用テストでひとつでも○をつけたとしたら、あなたは彼女に暴力をふるっています。ふたつのテストにあるような行動は、全て暴力なのです。

(沼崎一郎著 かもがわブックレット『なぜ男は暴力を選ぶのか ドメスティック・バイオレンス理解の初歩』より抜粋)