

パートナーとの関係で 悩んでいることはありませんか。



思いあたる可能性がある場合はひとりで悩まず、ご相談ください。

☒ 見えない支配関係のチェックリスト

- ☐ 外出や、友達や親戚との付き合いを制限される
- ☐ しょっちゅう連絡がきて、すぐに返事をしないと怒られる
- ☐ 「バカ」「どうせできない」などと言われる
- ☐ うまくいかないことがあると、あなたのせいになる
- ☐ 相手が家にいると緊張する
- ☐ 働くことを制限される、仕事をやめさせられる
- ☐ 買い物のレシートを細かくチェックされ、説教される
- ☐ パートナーからのセックスの要求は断れないと感じている
- ☐ 理由がわからないまま、不機嫌になり、無視されたりする
- ☐ 「あなたのためにやっているのに」
「あなたが〇〇ができないから、私の方が被害者だ」と言われる

※このチェックリストは、さいたま市セーフコミュニティDV防止対策委員会で作成したものです。