

■ 自分が暴力的な態度をとっていないかのチェック

～あなたは・・・～

- デート相手が自分の意見に従わないといらいらしたり怒ったりしますか。
- 相手が自分だけでなく、他の人とも仲良くしているのに嫉妬して責めたりしますか。
- 相手がどんな人とどんな話をしているのか、とても気になって聞いてたりしますか。
- 相手に何をするか、誰と話すか、どこへ行くか、何を着るかなどについて指示し、それは相手のためだと思っていますか。
- 相手に向かって「俺(私)とあいつ(ときに人、物、ことがらなど)のどっちが大事なんだ！」という言い方をしますか。
- 腹を立てたとき、相手の目の前で物をたたいたり、壊したり、投げたりしますか。
- 腹を立てたとき、相手の腕や肩をつかんだり、押したり、たたいたりしたことがありますか。
- あなた自身の問題や自分がいらいらしていることを、相手のせいだと責めたことがありますか。
- 相手がしたことをとがめるとき、相手をたたいたりしますか。
- いつも相手をリードしなければと思っていますか。
- ふたりのことでも、相手の考えや希望を尊重しないで、自分ひとりで決めることが多いですか。
- 相手は自分より劣っていると思いますか。
- 付き合っている相手のことを「自分のもの」だと思っていますか。

●ひとつでも該当する項目があったら自分の態度・行動を見直しましょう。