**ПАМЯТКА ДЛЯ РАБОТЫ С ПОСТРАДАВШИМИ ОТ ДОМАШНЕГО НАСИЛИЯ**

 ***Понятие и формы домашнего насилия***

Под насилием понимается единичное или повторяющееся поведение одного человека, в результате которого посредством принуждения достигается власть или контроль над другим человеком в общественной или личной жизни.

**Физическое насилие**: побои, избиения, пощечины, резкие и/или неожиданные удары, нежелательные прикосновения и пр.

**Сексуальное насилие**: принуждение к сексу, совершение сексуальных действий против воли партнера, любая форма использования (партнера или ребенка) для получения сексуального удовольствия.

**Психологическое эмоциональное насилие**: изоляция от членов семьи, друзей, угрозы применения насилия, унижение достоинства), крик, игнорирование, обвинение в сумасшествии и пр.

**Экономическое насилие**: единоличный контроль за расходованием денег, за которую (он/она должен/должна полностью отчитаться), лишения права голоса при расходовании денег, принуждение к работе или запрещение работать.

**Пренебрежение**: систематическая неспособность или нежелание обеспечить основные потребности зависимого члена семьи (например, ребенка) в пище, одежде, медицинском уходе, защите и привязанности.

***Как распознать насилие***

 - когда жертва насилия сама обращается за советом или помощью;

 - когда за советом или помощью обращаются родственники или знакомые жертвы;

 - когда видны явные последствия или признаки возможного насилия;

 - когда социальный работник или общественник непосредственно присутствует при акте насилия;

 - когда к социальному работнику поступает информация или запрос из учреждений здравоохранения, образования, пенитенциарной системы и др.

***Что делать, если жертва домашнего насилия сама обращается за советом или помощью***

 1. Внимательно, спокойно и терпеливо выслушать обратившегося за помощью человека. Очень важно, чтобы человек выговорился. Не нужно его перебивать, но необходимо давать знать, что вы его слушаете.

2. Не следует осуждать обратившегося за помощью человека. Возможно, жертва своим поведением поставила себя в уязвимое положение. Но не она совершила насильственные действия. Именно совершивший насилие воспользовался своей силой и уязвимостью другого человека (так же, как это делают грабители, мошенники и другие преступники).

 3. Верьте тому, что говорит жертва. Ваше желание отрицать случившееся с ней может быть проявлением страха потерять собственную безопасность («Если случилось с ней, то может случиться и со мной»). Кроме того, у вас могут быть похожие переживания. Воспоминания о собственных забытых, но не проработанных, психологических травмах могут быть чрезвычайно болезненны.

 4. Не старайтесь уменьшить боль обратившегося за помощью человека. Не надо разъяснять ему то, что с ним произошло. Никто, кроме самого человека, не знает всей ситуации целиком. Не говорите: «Я вас понимаю». Человек уверен, что никто не может понять всей глубины его переживаний.

5. На вопрос: «Вы меня понимаете?» - лучше ответить: «Я вижу, как вам сейчас тяжело».

6. Информируйте жертву: о ее правах, но не принуждайте ими пользоваться, например, не заставляйте обращаться в милицию. Это решение человек должен принять сам. Помните, что только он/она знает все подробности своей жизни.

 7.Социальному работнику, узнавшему о насилии, не рекомендуется самостоятельно обращаться в милицию. Во-первых, если такое обращение не соответствует намерениям жертвы, то после приезда милиции она может все отрицать. Во-вторых, взяв на себя ответственность за жизнь другого человека, можно спровоцировать иждивенчество, что крайне опасно для человека, которого путем насилия уже лишили контроля над собственной жизнью. Лучше вместе с жертвой обсудить все за и против обращения в правоохранительные органы.

***О чем необходимо сказать пострадавшей, которая не проявляет желания освободиться от насилия или же повторно с ним сталкивается:***

 1. Меня беспокоит Ваша безопасность.

 2. Меня беспокоит безопасность Ваших детей.

3. Ситуация может только ухудшиться.

 4. Я именно для того здесь и нахожусь, чтобы Вам помочь уехать, когда Вы будете к этому готовы.

 5. Вы заслуживаете лучшего.

**Особенности домашнего насилия над детьми**

 В вопросах насилия над детьми чаще всего приходится сталкиваться не с прямым физическим насилием над ребенком, а с психологическим насилием и плохим уходом.

 Жестокость, проявляема к ребенку в семье, вызывает у него разнообразные нарушения. В случаях физического насилия - это телесные повреждения. Сексуальное насилие, как и физическое, разрушительно влияет на психику детей.

 Детям, пережившим насилие, свойственны депрессивные состояния, тревога, страх, замкнутость, низкая самооценка. Эти характеристики личности вызывают вторичный эффект в общении со сверстниками. Дети, пережившие чувство изолированности вследствие пережитого в семье насилия, становятся в среде сверстников изгоями, преследуемыми. Их школьные успехи могут быть снижены из-за плохого физического состояния и неуверенности в себе. К плохому обращению с ребенком в семье, являющейся социально неблагополучной или страдающей от алкоголизма, часто добавляется плохой уход за ним. Ребенок не высыпается, ходит голодный, не получает необходимого лечения. Это усугубляет его положение.

 Серьезные нарушения психики вызывает эмоциональное, психологическое насилие в семье. Эмоциональное отвержение, требования, не соответствующие возрасту, полу, физическим или психическим возможностям ребенка, непонимание особенностей его развития и индивидуальности приводят формированию негативной Я-концепции и вторичным нарушениям.

***Как определить факт насилия***

 На наличие насилия в семье или плохой уход за ребенком может указывать целый ряд признаков. Это агрессивное, раздражительное поведение или поведение эротизированное, отчужденность, излишние уступчивость или осторожность, проблемы с едой, плохой сон, недержание мочи, боли в животе непонятной этиологии. Дети отстают в развитии, хуже учатся, у них мало или нет друзей. Ребенок боится прикосновений, не доверяет взрослым. Может совершать суицидные попытки, наносить себе повреждения, убегать из дома. О жестком обращении, разумеется, свидетельствуют синяки, ссадины, ожоги, следы крови и т.д.

 Признаки могут попасть в поле зрения служб охраны детства. Объективную картину происходящего в семье и эффективную помощь ребенку может оказать команда специалистов нескольких направлений. Целесообразно, чтобы их деятельность координировал социальный работник, который бы постоянно отслеживал состояние дел в семье и при необходимости привлекал различные службы и специалистов.

***Работа с семьёй с фактом домашнего насилия над детьми***

 1. Сбор информации, прояснение ситуации в семье. Формирование у родителей первичной мотивации для психологических изменений, долгосрочной работы. Психологическая поддержка ребенка.

 2. Индивидуальная психотерапия ребенка - проработка травматических переживаний, работа с посттравматическими расстройствами, коррекция эмоциональной и потребностно-мотивационной сфер.

 3. Индивидуальная психотерапия родителей - проработка травматических детских впечатлений, формирование позитивного настроя.

 4. Групповая психотерапия родителей.

 5. Тренинги с детьми - дальнейшая эмоциональная коррекция, формирование социальных навыков, развитие сферы самоконтроля и волевой регуляции поведения.

 6. Тренинг для родителей - обучение навыкам конструктивного взаимодействия с детьми.

 На протяжении всех этапов производиться социальное сопровождение семьи. Социальные педагоги курируют семью: подбадривают, мотивируют, интересуются состоянием дел ребенка и родителей, подчеркивая интерес и уважение к их личности (но не к проблемному поведению).

 Нельзя забывать, чтобы, исследуя каждый отдельный случай, социальные работники сталкиваются с противоречием между правом ребенка на защиту и правом семьи на неприкосновенность частной жизни. Необходимо фокусировать внимание не на расследовании, а на помощи ребенку.

**Памятка «Как помочь себе, если вы стали жертвой насилия в семье»**

1.Зафиксируйте побои у медэксперта.

2. Заранее соберите ключи от квартиры, документы, необходимые вещи и, если есть возможность, деньги. Спрячьте все это в надежном месте, например, у родителей или у друзей.

3. Не угрожайте уходом. Если вы будете угрожать, но при этом ничего не делать, муж просто не отнесется к вашим словам серьезно, да и сами вы вскоре потеряете веру в то, что вам удастся уйти. Если же муж и поверит в ваши намерения, то от этого может стать только хуже: кто знает, какие шаги он предпримет, чтобы «сыграть на опережение».

4. Заранее найдите людей, у которых вы сможете пожить первое время. Желательно, чтобы они не были знакомы вашему мужу.

5. Не уходите из квартиры без вещей и документов, иначе через некоторое время вы вынуждены будете вернуться к агрессору, и последствия этого могут оказаться отнюдь не радужными.

6. Если у вас есть дети, сделайте все возможное, чтобы они не стали жертвами домашнего тирана. Если насилие над детьми уже совершено, расскажите об этом как можно большему количеству людей. Потом они смогут стать свидетелями на суде.

7. подайте заявление о побоях и регулярном насилии участковому инспектору;

8. если вы не знаете, что делать, вы подавлены и сломлены, идите в кризисный центр — там вам предоставят помощь психолога и бесплатного юриста-консультанта;

9. главное, чтобы подтвердить вину вашего мужа, найдите свидетелей. Без них случаи насилия доказать трудно.

**Телефоны помощи и защиты пострадавшим от домашнего насилия.**

Очередная пощечина? Угрозы? Оскорбления? Унижения? Избиения? Знайте - вы живёте в ситуации домашнего насилия! Все люди имеют право на жизнь без насилия!

 Каждый, у кого возникли проблемы, имеют возможность обратиться по следующим телефонам:

***Круглосуточные телефоны:***

- экстренной психологической помощи: 170; 8(0232) 73-01-72;

- доверия по оказанию психологической помощи: 8 (0232) 35-91-91;

- доверия УВД Гомельского облисполкома: 8(0232) 70-15-15