**Основные подвиды бытового насилия**

 **Физическое насилие** может проявляться в виде прямого воздействия на члена семьи: пинки, толчки, удары. Различия заключаться лишь в степени выраженности: от тяжёлых телесных повреждений до «воспитательных» шлепков. Кроме того, некоторые домашние тираны хорошо знакомы с особенностью физиологии и могут применять такие болезненные методы воздействия, которые оставляют минимум внешних последствий. Это является особенно болезненным, так как лишает возможности доказательно пожаловаться на обидчика. Но, имеет место ещё и завуалированное физическое насилие. И таковому относят: приучение к алкоголю и наркотикам, лишение полноценного питания, лишение полноценного сна, невозможности справить естественные нужды, невозможность осуществления гигиенических процедур, запрет или отказ от необходимого лечения одним членом семьи другого или невыполнение необходимых предписаний врача, которые повлекли к ухудшению состояния больного. На это стоит обратить внимание в рамках противоречий между принятыми в стране законами и некоторыми религиозными догмами или «бабушкиной наукой». Так, формой физического насилия будут являться запрет своим близким переливать кровь, использовать стимулирующие средства для улучшения родовой деятельности. Сексуальное насилие. Это обширное и часто тяжело доказуемое понятие. Дело в том, что если акт насилия совершается над детьми, то это ситуация, которая, по крайней мере, носит чётко выявленный и признанный характер. Но, всё не так однозначно в случае отношения супругов. В наших правоохранительных органах порою даже объяснить факт именно насилия, например, мужа по отношению к законной супруге не представляется возможным. Согласитесь, что заявление, что супруг изнасиловал супругу, вряд ли будет принято. Скорее женщине посоветуют сходить к психиатру. Даже если чудо с принятием заявления случится, и будет предприняты хоть какие-то действия, ситуация скорее всего зайдёт в глухой угол. Ведь муж может всегда «искренне покаяться» по типу: пардон, перестарался, просто люблю до безумия и от страсти пылкой теряю над собой контроль. А жену ещё и осудят: радовалась бы, а она кляузы пишет. Но ужас ситуации заключается в том, что сексуальные отношения в такой семье превращаются в пытки и истязания. Женщина не просто не испытывает приятные ощущения, она живёт с постоянной болью и унижением.

 **Экономическое насилие**, как правило, проявляется в контроле распределения денег, и отчётной системе членов семьи одному. Проявляется такое насилие и в запрете работать, учиться, так как это может помешать тотальному контролю. Но, по отношению определения экономического насилия в случае с детьми стоит быть осторожным. Ведь отсутствие отчёта о потраченных средствах ребёнком может приводить к неправильному питанию, а иногда и того хуже — пристрастию к азартным играм, алкоголю, сигаретам и психоактивным веществам. Но, тотально лишение «карманных денег» негативно сказывается на психике ребёнка, так как лишает ребёнка возможно даже попить водички, и провоцирует развитию зависти и чувства неполноценности.

 **Эмоциональное насилие** может иметь самые разные формы: от грубых и непродуманных оскорблений до достаточно хитрого и расчётливого внушения чувства неполноценности. Причём такие замечания могут проводиться в рамках «посыла на преодоления своих недостатков и развития» Но, как бы человек не старался, угодить тирану невозможно. Поскольку он в реальности не ждёт изменений и никогда их не заметит. Его задача – внушить чувство ущербности как способ установления контроля над поступками и мыслями спутника жизни, типа, «как ты такой (такая) неудачный (ная) без меня проживёшь». Проблемы признания бытового насилия в нашей стране неразрывно связаны с культурой и менталитетом. Обратимся хотя бы к пословицам: «кто бьёт, тот любит»; «милые бранятся – только тешатся». Дополнительной помехой является тот факт, что наши люди не привыкли идти за помощью к психологу. И, если жертва домашнего насилия, и подаёт какое-то заявление, то, возвращаясь домой, снова попадает под давление и, не имея психологической поддержки, не может более сопротивляться и забирает бумаги. А правоохранительные органы, зная такую ситуацию, не спешат предпринимать какие-либо действия. Ещё одним важным фактором, уже с точки зрения гендерного семейного насилия, является социально обусловленная в нашей стране важность женщины иметь статус «замужней». Хотя не только статус. Вся культура культивирует важность таких отношений, и иногда женщине трудно признаться, прежде всего себе самой, что её возлюбленный – настоящий деспот и насильник. Признаки того, что женщина живёт с тираном мужчина ставит вас в однозначно зависимое материальное положение; делает постоянные замечания, зло замечает «правду» относительно вашей внешности: толстых ног, плоской груди… При этом утверждает, что делает такие «подсказки» с целью «самосовершенствования»; внушает постоянно чувство вины: не так приготовила, подала, посмотрела, встретила и т.д. в то время как он (ваш тиран) просто замучался на работе/ехал только домой/ мечтал увидеть нормальный дом, а здесь всё не так…; унижает достоинство как ваше, так и женщин вообще, отрицательно относится к родственникам и всячески критикует друзей, относя их к «недостойным и простоватым». Основной целью этого — стремление оградить от вас людей, которые способны помочь вам и влиять на вашу самооценку. Кстати, начиная встречаться с мужчиной, обратите внимание как он высказывается о своих предыдущих женщинах. Если он с охотой и без ваших вопросов начинает обсуждать все их недочёты, не ждите, что он будет великодушен к вашим даже самым мелким недостаткам; ревнует, часто жёстко и безосновательно, в некоторых случаях – запрещает краситься, улыбаться при людях, разговаривать с другими; испытывает ярость от ваших успехов, старается высмеять и уменьшить их; вымещает на вас своё «плохое настроение» и проблемы на работе; не может никогда признавать свою неправоту! Даже если тиран не прав, то это жена довела его до этого, даже до побоев и скандалов. Если описание до боли знакомо, и более пяти утверждений полностью соответствуют вашему супругу, то перед вами тиран. И не стоит тешить себя иллюзиями. Распространённые мифы про отношения с тираном. «Любовь всё изменит». Увы, но это не про такого человека, потому что любит он только себя. Он никогда не оценит вашей жертвенности. Вы для него – «тупая овца», которой повезло, что её позволяют любить «льва». «Женщине положено терпеть ради семьи». Есть женщины, которым комфортно в роли «вечной жертвы» и это их выбор и тема другого разговора. Если вы не из их числа, то помните – жизнь у вас одна. И только вы решаете какова она будет. «Ребёнку нужен отец, а у нас – семья». Это – абсолютная правда. Но, семья – это пример для подражания детей. Скажите, вы хотели бы, чтобы ваша дочь нашла такого же тирана? А мальчики, глотая в детстве слёзы и говоря, что «никогда не поднимут руку на женщину», находили свои новые изощрённые способы издевательств? Насилие над детьми Понятие домашнего насилия в отношении детей носит очень сложный характер. С одной стороны, некоторые страны Европы, США и Канада уже давно столкнулись с фактом манипуляции данной нормой закона. Дети начинают придумывать небылицы, обижаясь на родителей из-за лишения их возможности часами играть в компьютерные игры, например. С другой стороны, ребёнок часто не может донести факты серьёзнейших и ужаснейших вещей, которые были совершены по отношению к нему, потому что не знают, как и куда обратиться или потому, что бояться физической расправы. Как исключение могут рассматриваться случаи рецидивов и серьёзных телесных повреждений. Такие поправки вызвали диаметрально противоположные реакции. Рады те, кто опасался, что любой синяк на теле ребёнка можно было использовать во вред его родителям. Другие же, по примеру Совета Европы, утверждают, что Россия разрешила «безнаказанно драться в семье». Психологи озвучивают факты, показывающие, что уменьшение степени ответственности, приводит к увеличению подобных случаев. Но, важно не столько принять закон, сколько следить за его соблюдением. А, согласно статистическим исследованиям, он фактически не работал. Тема про домашнее насилие над детьми проходит красной нитью во многих зарубежных фильмах. Чаще всего они показывают насколько такие события сказываются на психики и фактически влияют на всю дальнейшую жизнь.

 Знаменитый «Форест Гамп» затрагивает, историю подруги Фореста, чьи жизненные трудности связаны с сексуальным насилием со стороны отца. Фильм «Сокровище» (2009 года выпуска), затрагивает тему не только такого насилия, но и психологию матери, предпочитающей закрыть глаза на происходящее, чтобы сохранить отношения со своим сожителем. Но одним из самых трагических фильмов по данной тематике является драма «Лиловый цвет» (вариант перевода — «Цветы лиловые полей»). Она затрагивает не только проблему насилия, но и обычную реакцию общества на таких жертв: безучастие, непонимание, а порою — открытая нетерпимость. Что делать, если вы подвергаетесь насилию в семье? Не молчать. Вам стоит решиться попросить помощи. Если решитесь уйти, никогда не возвращаться. Насильникам просто необходима их жертва. Более тог, многие воспринимают жертву как часть своей собственности. Они готовы делать всё, чтобы вернуть её, даже убеждать, что исправятся. Но, согласно статистике, вернувшиеся подвергаются «наказанию»: многие получают тяжёлые травмы, а некоторые – вообще погибают. Проанализируйте, почему так произошло именно с вами, что в вас так привлекло тирана. Разобраться в этом вам поможет психолог или психотерапевт. Потому, что часто проблема обретает вид замкнутого круга: уйдя от одного деспота, женщина находит другого. Обратится в правоохранительные органы, к близким людям, которые способны вам помочь, к психологу или психотерапевту, который может провести качественную реабилитацию. Обратится в группу поддержки. В них приходят те, кто так же испытывал подобное насилие. Такие группы в вашем городе можно найти с помощью интернета. Обратится к юристу, чтобы отстоять свои права в случае развода. Дополнительное внимание заслуживает тема домашнего насилия, которое испытывают мужчины в своих семьях. Защитники гендерного равенства отмечают тот факт, что мужчины часто испытываю такое насилие, даже не задумываясь, что становятся его жертвами. В частности, к актам такого бытового насилия относятся: постоянные ссоры, инициаторами которых являются женщины (включая периоды гормональных колебаний), невозможность полноценно отдохнуть, необходимость скрывать часть дохода, чтобы иметь возможность использовать его на своё усмотрение, и даже – длительное пребывание родителей жены в доме. Интересно, как расценивать совместное проживание нескольких поколений на одной жилплощади?