**Что понимается под насилием в семье?**

В соответствии с Законом Республики Беларусь от 4 января 2014 года «Об основах деятельности по профилактике правонарушений» **насилие в семье – это умышленные действия физического, психологического, сексуального характера члена семьи по отношению к другому члену семьи, нарушающие его права, свободы, законные интересы и причиняющие ему физические и (или) психические страдания.**

***Причины насилия в семье***

**Внешние причины** – это те причины, которые зависят не столько от решений или поступков конкретного человека, сколько от сопутствующих явлений:

распространение в обществе деструктивного поведения (алкоголизм, наркомания и др.);

стереотипы, прочно укоренившиеся в нашем обществе: «Бьет – значит, любит!», «Бьют всех», «Стерпится – слюбится» и др.;

влияние СМИ, постоянно демонстрирующих сцены насилия;

убеждения некоторых религиозных течений, в том числе сект, где принято считать насилие обыденным явлением;

традиционный взгляд на положение женщин, мужчин и детей, в котором подчеркивается, что мужчина – абсолютный глава семьи, который наделяется «исключительными» полномочиями;

географические, экономические, политические факторы.

**Внутренние причины** – это те причины, которые зависят от конкретного человека, его жизненного и семейного опыта, психического здоровья, уровня самосознания, образования и культуры, наличия вредных привычек и образа жизни:

копирование модели взаимоотношений родителей, увиденной в детстве, а также стресс, полученный в результате неблагоприятной обстановки в семье;

недостаток любви в детстве может стать причиной агрессии;

генетически заложенный тиранический характер, врожденное стремление к власти и контролю над людьми, в общем, и партнером, в частности;

желание неуверенных в себе мужчин исключить возможных соперников своим тираническим поведением;

низкая культура поведения, непонимание потребностей партера во внимании, заботе, поддержке и взаимопонимании;

алкоголизм или наркомания одного или двоих членов семьи, когда человек, пребывая под воздействием тех или иных психотропных препаратов, вряд ли может поступать адекватно в какой-то конфликтной ситуации;

сложное экономическое положение, которое приводит к дополнительному напряжению в семье, а также усложняет процесс ухода жертвы от насильника, если совместное проживание далее становится невыносимым;

отклонения в психическом здоровье;

низкий образовательный и культурный уровень;

неудовлетворенность семейной жизнью.

***Виды и признаки насилия в семье***

**Физическое насилие** – это прямое или косвенное воздействие на жертву, с целью причинения физического вреда, выражающееся не только в нанесении побоев, увечий, тяжких телесных повреждений, но и умышленное нанесение вреда здоровью, причинение физической боли, лишение базовых потребностей: свободы, жилья, пищи, одежды и др.

**Сексуальное насилие** – это насильственные действия, когда человека силой, угрозой или обманом принуждают вопреки его желаниям к какой-либо форме сексуальных отношений.

**Психологическое насилие** – это умышленное унижение чести и достоинства одного члена семьи другим, нанесение вреда психологическому здоровью человека, проявляющееся в оскорблениях, запугивании, угрозах, шантаже, контроле и т. п.

**Экономическое насилие** – это лишение человека ресурсов, необходимых для удовлетворения его материальных потребностей. Может проявляться в запрете обучаться, работать, лишении финансовой поддержки, полном контролем над расходами.

***Механизм возникновения домашнего насилия***

Механизм возникновения домашнего насилия строится, как правило, с начинающегося психологического давления. Постоянной критикой рано или поздно снижается до предельного уровня самооценка. Подрывается вера в себя. Потом закладывается чувство вины. После того, как жертва стала сомневаться в своих способностях и правильности своих действий, агрессор заставляет ее почувствовать себя ничтожеством и безмерно виноватым перед ним человеком. Подмена идеалов и слом личности. Деспот закладывает новую модель жизни. Он рассказывает, что такое хорошо, и что такое плохо. А жертва, обескураженная критикой и нападками, соглашается, потому что уже не знает, где истина. При этом агрессор старается вырвать ее из круга людей, способных отрезвить ее разум. Тем самым обеспечивает свою полную непобедимость и сохранение контроля над жертвой.

***Стадии насилия в семье***

При общении в семье могут совершенно естественно возникать конфликты и ссоры, но не все они являются насилием. Если конфликт– это конструктивное разрешение спора, то домашнее насилие представляет собой повторяющиеся во времени инциденты (паттерн) множественных видов насилия. Наличие паттерна – важный индикатор отличия домашнего насилия от просто конфликтной ситуации в семье.

На начальной стадии происходит нарастание напряжения в семье. Возрастает недовольство в отношениях и нарушается общение между членами семьи.

Затем происходит насильственный инцидент – вспышка жестокости вербального, эмоционального или физического характера, который сопровождается яростью, спорами, обвинениями, угрозами, запугиванием.

Со временем следует примирение. Обидчик приносит извинения, объясняет причину жестокости, перекладывает вину на пострадавшую, иногда отрицает произошедшее или убеждает пострадавшую в преувеличении событий. После этого наступает спокойный период в отношениях.

С течением времени каждая фаза становится короче, вспышки жестокости учащаются и причиняют больший ущерб. К сожалению, **однажды проявившееся насилие, вероятнее всего, повторится, и не раз. В этом главное отличие домашнего насилия от обычного межличностного конфликта.** Стоит ли жертвовать своей личностью и жизнью даже для горячо любимого человека? Вряд ли! Домашнее насилие приходит в семейную жизнь незаметно, а остается надолго. Оно разрушает отношения супругов и травмирует психику детей. А еще – практически все случаи морального насилия со временем заканчиваются побоями.

***Алгоритм действий в случае наличия насилия в семье***

**План обеспечения безопасности**

**Если вы живете вместе с человеком, который применяет насилие по отношению к вам:**

*Постарайтесь не изолировать себя от своего социального окружения, поддерживайте тесные отношения со своими друзьями (подругами), родственниками, соседями и т.п;*

*Обратите внимание на то, в каких случаях ваш супруг проявляет насилие с тем, чтобы предупредить такие ситуации заранее и обезопасить себя и детей;*

*Определите для себя такое место в доме, которое будет далеко от мест, где есть предметы, которые можно использовать в качестве оружия (например, кухня), и одновременно будет близким к выходу из квартиры (дома); в ситуации, если к вам применят насилие, либо прячьтесь в таком месте, либо покиньте квартиру;*

*Выучите наизусть телефоны милиции, кризисных комнат для женщин, соседей, друзей, к которым можете обратиться, находясь в опасности;*

*Подумайте, каким образом вы можете связаться с милицией; не забывайте, что в милицию вы сможете позвонить в любое время бесплатно;*

*Расскажите друзьям и соседям, которым вы доверяете, о вашей ситуации; договоритесь о знаках, по которым они смогут понять, что вы в опасности; договоритесь с ними, что надо будет сделать, если вы подадите такой знак;*

*Отрепетируйте поведение в момент опасности со своими детьми; уговорите их, что в ситуациях применения насилия они не должны вмешиваться; отработайте специальные слова, которые в момент опасности будут означать, что дети должны позвать кого-то на помощь либо покинуть квартиру (дом);*

*Убедите своих детей, что насилие ни в каком случае не может быть оправданным, никогда не думайте, что вы либо ваши дети являются причиной насилия;*

*Потренируйтесь с детьми, как быстро покинуть квартиру (дом);*

*Старайтесь хранить предметы, которые могут быть использованы в качестве оружия (нож и т.п.) в закрытых либо трудно доступных местах;*

*Старайтесь не пользоваться вещами, которые можно использовать для удушения, т.е. шаль, шарф, толстые цепочки;*

*Под любым предлогом, который не вызовет подозрение, выходите из квартиры (дома); таким образом вы приучите супруга к тому, что вы не постоянно находитесь в квартире (доме);*

*Всегда носите с собой мобильный телефон.*

**Если вы готовитесь оставить человека, который применяет к вам насилие:**

*Отдайте на хранение все документы, которые доказывают, что к вам применялось физическое насилие (фотографии, справки и т.д.), человеку, которому доверяете (друзья, соседи, адвокат и т.п.);*

*Определитесь, где вы можете получить помощь, расскажите там о том, что делает ваш супруг и не забывайте, что вы не должны стыдиться ситуации, в которую попали;*

*Если вы ранены, немедленно обратитесь к врачу, попросите врача оформить соответствующую справку;*

*Определитесь с местом, где может быть оказана помощь вашим детям. Это может быть кризисная комната, ваши друзья либо соседи; научите детей тому, что в первую очередь они должны думать о своей безопасности;*

*Записывайте все случаи насилия по отношению к вам в дневник, который будет находиться в надежном месте, недоступном вашему супругу;*

*Не ждите кризисной ситуации, заблаговременно проконсультируйтесь со специалистом из кризисной комнаты о своих правах;*

*Спланируйте, как и на каком общественном транспорте вы доберетесь до места, где будете чувствовать себя в безопасности, либо всегда имейте при себе деньги на такси;*

*Храните необходимые номера телефонов и документов в легкодоступном для вас месте на случай, если придется срочно покинуть дом;*

*Обязательно храните в безопасном месте сумку с одеждой, лекарствами, несколькими любимыми игрушками детей и другими вещами, которые вам обязательно понадобятся в случае кризиса;*

*Старайтесь всегда иметь при себе некую сумму денег на непредвиденный случай либо надежных людей (друзей, родственников), которые будут хранить отложенные вами деньги у себя;*

*Спланируйте свои действия на тот случай, если дети либо кто-то другой расскажет супругу, что вы собираетесь от него уйти.*

**После того, как связь с человеком, применившим насилие, прервана:**

*Ни в коем случае не оставайтесь с этим человеком наедине, например, просите водителя такси подождать до тех пор, пока вы войдете в свой дом;*

*Если этот человек встречает вас на улице и угрожает, не стесняйтесь просить помощи у прохожих на улице. Например: «этот человек мне угрожает, позвоните, пожалуйста, в милицию» либо «этот человек пристает ко мне, у кого-нибудь из вас есть телефон?»*

*Убедитесь, что в вашем доме надежная дверь.*

**Если вы находитесь под защитой закона и живете в прежнем доме (квартире):**

*Сообщите в ближайшее отделение милиции о своей ситуации, прислушайтесь к их советам;*

*Руководствуясь советами милиции, усильте безопасность вашего дома; по этому вопросу вы можете получить консультацию в милиции;*

*Договоритесь с другими жителями дома и поменяйте замок в доме (своей квартире);*

*Не бойтесь сообщить о своей ситуации друзьям, соседям, работодателю, школе, где учатся дети.*

*Если человек, применявший ранее насилие, не соблюдает правила, немедленно сообщайте в милицию;*

*Попросите соседей звонить в милицию в случаях опасности;*

*Если есть такая возможность, старайтесь ходить на работу, сопровождать детей в детский сад, в школу не в одно и тоже время. Тоже правило постарайтесь применять ко времени своего возвращения домой; лучше ходить на работу и возвращаться домой в часы «пик».*

***Меры наказания за совершение насилия в семье*** предусмотрены в Республике Беларусь в соответствии с законодательством.