

Насилие над детьми

Этот выпуск методической рассылки акцентирует внимание специалистов, осуществляющих сопровождение и реабилитацию детей, воспитывающихся в замещающих семьях, на материалах, посвященных проблемам жесткого обращения, насилия над детьми.

Явление жестокого обращения людей друг с другом, насилие над детьми, в том числе домашнее, характерно для всех социально-экономических слоев, всех культур и всех стран современного мира. В целом, согласно оценкам экспертов в странах Евросоюза каждый год от насилия страдают 600000 детей и, по крайней мере, 5 млн. детей ежегодно подвергаются риску насилия.

Ученые из Чешской Республики считают, что хотя точных сведений относительно количества детей, испытывающих на себе жестокое обращение, нет, но теоретически не существует ни одного ребенка, который хотя бы раз не подвергся насилию того или иного рода. Такой вывод был сделан специалистами на основании следующих данных: с домашней тиранией, семейными скандалами и разводами встречается треть всех детей, с детской дедовщиной и жестокостью – каждый пятый ребенок, а каждый десятый страдает от насилия иных взрослых знакомых и незнакомых. Более того, по утверждениям европейских и американских исследователей, количество проявлений жестокого обращения с детьми в последние годы неуклонно растет. **Психологические характеристики семей, в которых родители лишены родительских прав, формируют повышенную степень риска по жестокому обращению и пренебрежению нуждами детей.** По данным Министерства внутренних дел Республики Беларусь только за первое полугодие 2013 года в Беларуси жертвами преступлений стали около двух тысяч несовершеннолетних.

По ссылке: <http://novogrudokedu.by/index.php/2013-04-18-10-09-00/2013-04-18-13-09-10/2013-07-30-09-47-45/176-2013> можно скачать **Методические рекомендации «Виды насилия над детьми и пути его преодоления»** (подготовлены Л.И.Смагиной и А.С.Чернявской, отдел семейного воспитания и социальной защиты детства Центра проблем воспитания Национального института образования Министерства образования Республики Беларусь). Данный материал содержит следующие разделы:

- Виды и формы насилия над детьми;
- Истоки и причины жестокого обращения с детьми;
- Субъекты и факторы риска для осуществления насилия над ребенком;
- Ближайшие и отдаленные последствия насилия;
- Ответственность за совершение насилия в отношении несовершеннолетнего;
- Рекомендации по выявлению жертв насилия, оказанию им помощи и профилактике жестокого обращения с детьми;
- Приложение. Документы и материалы, используемые социальным педагогом при организации работы с ребенком, подвергшимся насилию.

По ссылке <http://dfiles.ru/files/vxu3b1o9g> можно скачать **Методические рекомендации «Профилактика насилия и жестокости в семье»** (подготовлены муниципальным образовательным учреждением для детей, нуждающихся в психолого-педагогической и медико-социальной помощи «Центр психолого-медико-социального сопровождения «Преображение» г.Тулы).

Указанные материалы информируют об основных причинах насилия над детьми; факторах риска, способствующих жестокому обращению с детьми; дают психологический портрет детей, подвергшихся насилию; психологический портрет насильника; ближайшие и отдаленные последствия перенесенного насилия; об особенностях профилактической работы по предупреждению

насилия; межведомственном взаимодействии структур по решению проблем домашнего насилия.

Виды насилия над детьми и влияние на детей.

1. **Физическое насилие** - действия или отсутствие действий со стороны родителей или других взрослых, в результате которых физическое или умственное здоровье ребенка нарушается или находится под угрозой повреждения. Например, телесные наказания, удары ладонью, пинки, царапанье, ожоги, удушение, грубые хватания, толкание, плевки, применение палки, ремня и т.д.

Влияние на ребенка (поведенческие и психологические индикаторы):

- при повреждении любых органов тела происходит нарушения в органах чувств, задержка развития, малоподвижность;
- дети могут становиться агрессивными, тревожными, что сказывается на их отношении с другими людьми;
- могут быть необычайно стеснительными, нелюбопытными, избегать сверстников, бояться взрослых и играть только с маленькими детьми, а не с ровесниками;
- страх физического контакта, боязнь идти домой;
- тревога, когда плачут другие дети, тики, сосание пальцев, раскачивание.

Медицинские индикаторы физического насилия над ребенком:

1. Раны и синяки:
 - разные по времени возникновения;
 - в разных частях тела (например, на спине и груди одновременно);
 - непонятного происхождения;
 - имеют особую форму предмета (например, имеет форму пряжки ремня, ладони, прута).
2. Отказ от медицинской помощи, противоречивые показания о происхождении повреждений.
3. Повторяющаяся госпитализация.

В подростковом возрасте, периоде взрослости, в семейной жизни лица, подвергавшиеся физическому насилию в детстве, могут быть жестоки с окружающими. Очень важным отличием жертв во взрослом возрасте является неспособность справляться с проблемами, а также искать и получать помощь от окружающих людей. Когда ребенок-жертва не получает помощи от собственных родителей, это подрывает его способности к поиску помощи и взаимоотношениям с людьми в будущем. Взрослые, пережившие в детстве насилие, так же, как и большинство жертв жизненных травматических событий, страдают либо от пониженного, либо от повышенного контроля за своими чувствами, импульсами, уровнем тревоги. Оказалось, что когда дети-жертвы достигают взрослости, они имеют существенный риск обнаружить психопатологию.

Следующие черты характеризуют взрослого человека, не справившегося с травмой насилия в детстве:

1. жестокость, насилие, отсутствие заботы в семье;
2. хаотичная или дезорганизованная семья;
3. потеря интереса и неприятие подростка семьей;
4. низкое качество общения членов семьи между собой;
5. саморазрушающее поведение

2. Отсутствие заботы о детях - невнимание к основным нуждам ребенка в пище, одежде, жилье, медицинском обслуживании, присмотре.

Влияние на ребенка:

- не растет, не набирает подходящего веса или теряет вес. Ребенок постоянно голодает, попрошайничает или крадет пищу;

- брошенный, без присмотра, не имеет подходящей одежды, жилища;
- нет прививок, нуждается в услугах зубного врача, плохая гигиена кожи;
- не ходит в школу, прогуливает школу, приходит в школу слишком рано и уходит из нее слишком поздно;
- устает, апатичен, отклонения в поведении, вандализм.

3. Эмоционально дурное обращение с детьми (психическое насилие):

- обвинение в адрес ребенка (брань, крики);
- принижение его успехов, унижение его достоинства;
- отвержение ребенка;
- длительное лишение ребенка любви, нежности, заботы и безопасности со стороны родителей;
- принуждение к одиночеству;
- совершение в присутствии ребенка насилия по отношению к супругу или другим детям;
- похищение ребенка;
- причинение боли домашним животным с целью запугать ребенка.

Влияние на ребенка:

- задержка в физическом, речевом развитии, задержка роста (у дошкольников и младших школьников);
- импульсивность, взрывчатость, вредные привычки (сосание пальцев, вырывание волос), злость;
- попытки совершения самоубийства, потеря смысла жизни, цели в жизни (у подростков);
- уступчивость, податливость;
- ночные кошмары, нарушения сна, страхи темноты, боязнь людей, их гнева;
- депрессии, печаль, беспомощность, безнадежность, заторможенность.

4. Сексуальное насилие над детьми - любой контакт или взаимодействие между ребенком и человеком, старше его по возрасту, в котором ребенок сексуально стимулируется или используется для сексуальной стимуляции. Это:

- ласка, эротизированная забота;
- демонстрация половых органов, использование ребенка для сексуальной стимуляции взрослого;
- изнасилование с применением силы, орально-генитальный контакт;
- сексуальная эксплуатация (порнографические фотографии с детьми);
- проституция.

Влияние на ребенка:

ребенок обнаруживает странные (причудливые), слишком сложные или необычные сексуальные познания или действия;

- может сексуально приставать к детям, подросткам, взрослым;
- может жаловаться на зуд, воспаление, боль в области гениталий;
- может жаловаться на физическое нездоровье;
- девочка может забеременеть;
- ребенок может заболеть болезнями, передающимися половым путем;
- скрывает свой секрет (сексуальные отношения со взрослыми или со сверстником) из-за беспомощности и привыкания, а также угрозы со стороны обидчика. Если хотя бы на один из этих пунктов есть ответ "да", то необходимо обратиться за помощью.

ЕСЛИ РЕБЕНОК (ПОДРОСТОК) ГОВОРIT ВАМ, ЧТО ПОДВЕРГАЕТСЯ НАСИЛИЮ, ТО:

- поверьте ему. Он не будет лгать о пережитом издевательствах, особенно если он рассказывает очень эмоционально, с подробностями, эмоции соответствуют пережитому состоянию;

- не осуждайте его. Ведь совершил насилие другой человек, а пострадал ваш ребенок;
- внимательно, спокойно и терпеливо выслушайте его, показывая, что понимаете всю тяжесть его страдания;
- не преуменьшайте его боли, говоря, что "не случилось ничего страшного, все пройдет...";
- не отвергайте его: если он, обратившись к вам, встретит осуждение, страх, гнев, то это может нанести ему более глубокую рану, чем само насилие.

Дети из семей, в которых практикуется насилие

Существует ряд общих признаков, характеризующих переживания и поведение детей из семей, в которых практикуется насилие. Естественно, что не все эти признаки присущи всем подобным детям, но вероятность наличия многих из них велика.

Страхи

Дети из семей, где практикуется насилие, переживают чувство страха. Этот страх может проявляться различным образом: от ухода в себя и пассивности до насильственного поведения. Очень часто безопасная атмосфера приютов способствует проявлению неразрешенных страхов из прошлого.

Внешние проявления поведения

Дом, в котором прибегают к насилию, совершенно непредсказуем, это пугающее место для маленького ребенка, который не может знать, когда произойдет следующая вспышка насилия и насколько сильной она будет. В результате уязвимость и отсутствие контроля над ситуацией приводят к проявлению упрямства и несговорчивости в поведении или к агрессивным поступкам.

Неспособность выразить чувства вербально

Наблюдая за практикой насилия в семье, дети приходят к выводу, что насилие - способ, которым "взрослые" разрешают свои конфликты и наболевшие проблемы. Так как никто не показал этим детям, как следует говорить об их чувствах, они очень часто не знают, что они переживают или испытывают, и как можно выразить свои эмоции и чувства в вербальной форме.

Вовлечение в борьбу родителей

Многие дети вовлекаются в борьбу родителей. Они отчаянно хотят остановить насилие и конфликты, которые они постоянно наблюдают в своей семье. Они могут испытывать чувство ответственности за проблемы своих родителей, им приходят мысли о том, что они - дети являются причиной разлада в семье. В результате того, что дети так глубоко вовлечены в конфликт в семье, им трудно отделить свою индивидуальность от личности своих родителей.

Защитник матери

Многие дети из семей, где практикуется насилие, вовлекаются в конфликт, пытаются защитить своих матерей от избиений. Ребенок испытывает гнев по отношению к своему отцу, за то, что тот причиняет боль матери. Некоторые дети могут быть возмущены тем, что их матери слабо противодействуют и смиряются с насилием. Впоследствии дети могут перестать испытывать чувство вины за то, что они сердятся и возмущаются поведением своих родителей.

Разочарования

Жизнь в семье, где практикуется насилие, очень напряженна. Постоянный стресс, который они испытывают, часто ведет к тому, что дети расстроены, разочарованы, часто выходят из себя даже при незначительных трудностях.

Отсутствие информации

Многие матери, которые не хотят травмировать своих детей, стараются спрятать от них факты насилия. Дети чувствуют беспокойство и огорчение, которое испытывает их мать, но не понимают, с чем это связано. Многие дети не понимают

даже, почему они находятся в приюте. Без полной информации и полной ясности ситуации дети (точно так же, как и взрослые, в данном случае) не могут адекватно реагировать на ситуацию.

Чувство "заслуженности" жестокого обращения

Многие матери, которые не хотят настраивать детей против своих отцов, пытаются найти им оправдание. Ребенок видит мать в синяках и со следами побоев, и ему говорят: "Все в порядке, детка, папочка нас действительно любит", приходит к выводу, что быть любимым означает испытывать физическую боль. Ребенок, мать которого постоянно оправдывает своего отца за причиняемое им насилие, часто начинает чувствовать, что он тоже "заслуживает", чтобы его избивали.

Чувство ненужности

Так как родителям приходится отдавать много энергии и сил на разрешение конфликта, то у них остается мало сил на воспитание и проявление любви и заботы к своим детям. В результате у детей может возникать чувство заброшенности и обделенности, что заставляет их думать, что они не нужны никому, не являются важными людьми, заслуживающими внимания и заботы.

Изоляция

В большинстве семей, в которых прибегают к насилию, факт насилия не обсуждается открыто. Детям родители дают понять, что не следует обсуждать семейную ситуацию в школе или с друзьями. Это заставляет детей чувствовать себя особенными. Некоторые дети даже думают, что с ними что-то не в порядке, так как их жизнь в семье отличается от жизни их сверстников.

Разноречивые чувства по отношению к отцу

Дети продолжают считать отца своим отцом вне зависимости от того, что отец жестоко обращался с матерью и с ним самим. Поэтому ребенок может испытывать различные чувства по отношению к своему отцу, например, скучать по нему, желание вернуться домой, чтобы заботиться об отце и т.д.

Характеристики детей, являющихся свидетелями насилия в семье ЧУВСТВА

- никчемность/бессилие
- чувство вины и ответственности за насилие
- страх за себя, братьев и сестер и мать
- гнев/ смущение/ унижение
- принятие насилия

ПОВЕДЕНИЕ

- проигрывание ситуации / уединение/стремление угодить
- беспокойство/ неспособность сконцентрироваться
- проявление насилия для самовыражения
- плохая успеваемость/ слабая школьная посещаемость

ФИЗИЧЕСКИЕ ПОКАЗАТЕЛИ

- испытали физическое или сексуальное насилие/детьми пренебрегают
- получение повреждений при вмешательстве в конфликт
- энурез / нарушение сна
- головные боли / боли в животе
- отставание в развитии

Физические показатели насилия над детьми

Описанные далее состояния и травмы свидетельствуют о случаях насилия над детьми.

Царапины и рубцы

Царапины у любого ребенка, особенно на лице. Царапины на спине, царапины необычной формы, свидетельствующие о применении инструментов, укусы, ссадины, нанесенные каким-либо инструментом или рукой, ссадины на различных стадиях лечения.

Ожоги	Ожоги от погружения в горячую жидкость, сигаретные ожоги, след от веревки, сухой ожог, как если бы ребенка заставили сесть на горячую поверхность или что-то горячее приложили к коже.
Ссадины	На губе, глазу или другой части лица, любая ссадина на внешних половых органах.
Травмы скелета	Переломы ребер, переломы челюсти, черепные травмы, перелом или травма позвоночника, повторная травма одного и того же места, травмы, причиненные вследствие сильного выкручивания или вытягивания.
Травмы головы	Отсутствие волос и синяки, кровоподтеки на коже головы, гематомы на черепе, полученные в результате сильного удара, кровоизлияния на сетчатке глаза или отслоение сетчатки, переломы челюсти и носа, расшатанные или выбитые зубы.
Внутренние травмы в результате ударов по животу	Кровоизлияния в кишечнике, разрыв брюшной вены, перитонит, разрыв (ушиб) печени, селезенки и поджелудочной железы, травма почек, напряженность брюшины или мягкость брюшной полости.

Показатели отсутствия заботы о ребенке

Отказ от ребенка

Дети, от которых отказались совсем или на продолжительное время.

Недостаток заботы

1. Очень маленькие дети оставлены без присмотра.
2. Дети оставлены под присмотром других детей, которые слишком малы, чтобы защищать младших.
3. Дети, о которых мало заботятся в течение длительного времени, не обращают внимание на то, что они занимаются опасной деятельностью.

Отсутствие подходящей одежды и хорошей гигиены.

1. Дети одеты не по погоде, постоянно болеют воспалением легких. Дети с обморожениями или с солнечными ожогами, что связано с отсутствием подходящей одежды.
2. Сильная сыпь или другие кожные заболевания, появившиеся в результате плохой гигиены.
3. Дети постоянно грязны.

Нехватка медицинской помощи или услуг дантиста.

1. Дети, чьи потребности в медицинской помощи и услугах дантиста не удовлетворены.

Недостаток соответствующего образования.

1. Дети, которые постоянно пропускают занятия в школе.

Недостаток необходимого питания.

1. Дети, которых мало кормят или кормят некачественной пищей.
2. Дети, которые постоянно жалуются на голод или ищут еду в мусорных баках.
3. Дети с сильным отставанием в развитии.

Нехватка необходимого крова.

1. Структурно небезопасное жилье или открытая электрическая проводка.
2. Слишком сильное или слишком плохое отопление.
3. Антисанитарные жилищные условия.

При определении отсутствия заботы, обратите внимание на:

1. Проявление бедности, а не отсутствие заботы.
2. Различные культурные ценности и ожидания.
3. Различные методы воспитания детей.

Как помочь детям разобраться с их чувствами?

1. Дети показывают свои страдания и волнения при помощи своего поведения - сверхчувствительного, замкнутого или шаловливого. Дайте ребенку дополнительную поддержку, подбодрите его/ее и будьте терпимыми, когда он/она находится в стрессовом состоянии.
2. Будьте чуткими к чувствам, которые ребенок вербально или невербально выражает.
3. Помогите детям научиться говорить о своих чувствах вместо того, чтобы ребенок просто замкнулся, научите разрешать проблемы словесно, а не физическим методом.
4. Проводите беседы о чувствах, выражая Ваши собственные переживания, замечайте чувства ребенка ("Мне становится грустно, когда я спорю со своими друзьями, возможно и тебе тоже").
5. Детей младшего возраста необходимо научить понимать свои чувства. Это помогает им войти в эмоции, более точно распознать их и справиться с ними. (Ребенку младшего возраста: "Думаю, что ты плачешь потому, что ты устал(а)" или "Я знаю, что Джоан забрала твой мяч и тебя это расстроило").
6. Помогите детям научиться успокаиваться самостоятельно, когда они расстроены. Например, иногда ребенку постарше необходимо просто немного времени побыть одному.
7. Убедите ребёнка, что у всех детей возникают реакции на определенные ситуации ("Иногда дети пугаются и это нормально", "если что-то не работает, это тебя раздражает").
8. Иногда детям легче ответить на комментарий, чем на прямой вопрос, если что-то не так. ("Ги, ты выглядишь немного расстроенным. Наверно, ты думаешь о своей мамочке").
9. Бывает так, что детям легче комментировать чувства ребенка в контексте чувств большинства детей ("Большинству детей становится страшно и грустно, когда их папа и мама ссорятся").

Несколько советов, что необходимо делать

ДОШКОЛЬНЫЙ ВОЗРАСТ: Дети этого возраста особенно чувствительны к изменениям в их привычках и нарушению их безопасного окружения. Так как им недостаёт жизненного опыта, чтобы самостоятельно справиться с внезапным стрессом, они особенно зависимы от членов семьи, чтобы успокоиться. В некоторых случаях на них могут действовать, в большей или меньшей степени, реакции родителей или других членов семьи, так как они находятся под их прямым влиянием. Ответы могут быть направлены на восстановление спокойной обычной жизни, обеспечивая возможность как для невербального, так и словесного выражения детских чувств и приобретения новой уверенности.

МЛАДШИЙ ШКОЛЬНЫЙ ВОЗРАСТ: Регрессивные поступки особенно распространены в этом возрасте. Дети могут стать более замкнутыми и/или более агрессивными. На них, в особенности, могут действовать потеря подаренных предметов или домашних животных. Должны поощряться вербализация их опыта и ведение игр. Пока привычные ожидания могут отойти на задний план, необходимо поставить цель, которая должна как можно быстрее возобновить нормальное функционирование.

ПОДРОСТКОВЫЙ ВОЗРАСТ: Реакции сверстников очень важны для этой возрастной категории. Дети нуждаются в одобрении со стороны их друзей, для них важно, чтобы их чувства и страхи были обычными. Беспокойство и напряжение могут проявиться в виде агрессии, бунта, замкнутости. У детей этого возраста может возникнуть так называемая "вина спасенного". Групповые обсуждения со

сверстниками и взрослыми очень эффективны для уменьшения чувства изоляции и нормализации детских чувств. Также полезно возобновление групповой активности, обычного образа жизни и занятия спортом, которые могут помочь снять напряжение.

ЮНОШЕСКИЙ ВОЗРАСТ: Большая часть активности и интересов детей этого возраста сконцентрирована на сверстниках. Страх перед тем, что чувства и реакции могут быть необычными, и не восприняты, может подтолкнуть подростков к замыканию в себе или депрессии. Психосоматические реакции широко распространены. Подросток может быть недоволен нарушением его распорядка, а также раздражаться из-за того, что иногда в обществе на него не возлагают обязанности как на взрослого человека. Раздражение, злость или вина могут проявляться в безответственных поступках. Необходимо поощрять подростков в том, чтобы они поддерживали отношения с друзьями и участвовали в спортивной и общественной жизни. Очень полезны в нормализации их чувств групповые обсуждения. Их необходимо поощрять и стимулировать, участвовать в общественной жизни (чтобы уметь правильно реагировать на проявления насилия).

Определение насилия на стадии свиданий в подростковом возрасте

Насилие на стадии свиданий в подростковом возрасте отражает домашнее насилие среди взрослых в смысле существования последовательности форм контролирующего поведения. Это различные виды поведения - от вербальных и эмоциональных оскорблений, применения физической силы до убийства и изнасилования. Кроме того, насилие в подростковом возрасте рассматривается некоторыми как стадия в насилии, передающегося из поколения в поколение, когда люди, испытавшие на себе насилие или являвшиеся свидетелями насилия в детстве, совершают насилие над близкими или становятся жертвами, будучи взрослыми.

Проявления насилия в отношениях подростков, сходные с насилием в семье, в общем, представляют повторяющиеся виды поведения. Основными характеристиками его являются:

- насилие, которому подвергаются люди из всех социально-экономических, расовых и этнических групп;
- повторяющееся насилие, интенсивность которого со временем усиливается;
- насилие, жестокость которого усиливается с продолжением отношений;
- насилие и оскорбительное отношение чередуются с извинениями и обещаниями измениться;
- рост опасности для жертвы при попытке разорвать отношения;
- случаи насилия в гетеросексуальных и гомосексуальных отношениях.

Особенности насилия в подростковом возрасте

1. Изоляция

Обычно пострадавший - подросток изолирован от своих сверстников из-за контролирующего поведения партнера. Выполнение следующих задач развития приостанавливается из-за изоляции:

- установление новых и зрелых отношений со сверстниками обоих полов
- установление социальной роли
- эмоциональная независимость
- способность развивать личные ценности и убеждения

2. Нехватка опыта в области близких отношений

- нехватка информации о здоровых отношениях
- нереалистичные ожидания (верят в то, что всегда будут вместе) могут привести к трудностям в отношении к насилию как к проблеме

- восприятие ревности и контролирующего поведения как проявление любви и верности
- 3. **Жертвы-подростки применяют физическое насилие**
 - это случается чаще, чем между взрослыми - жертвами насилия по отношению к взрослым обидчикам, поэтому вы:
 - не должны рассматривать только физическое насилие, чтобы определить, кто является пострадавшей стороной, а кто - обидчиком в случаях насилия в подростковом возрасте
- 4. **Подростки с неохотой обращаются за помощью к взрослым**
Они боятся, обоснованно или нет, что если они расскажут кому-нибудь о насилии, то будет казаться, что они сделали что-то не так. Они могут также испугаться, что у них отберут недавно приобретенное чувство свободы.
 - взрослые преуменьшают важность отношений в подростковом возрасте

5. **Насилие влияет на успеваемость в школе и планы на будущее**

Подростки, подверженные риску испытать насилие на стадии свиданий

Тревожные признаки

- Низкая самооценка
- Считает насилие способом решения проблем
- Считает, что словесное оскорбление и угроза физическим насилием - это нормально
- Испытывает трудности в установлении позитивных отношений с женщинами или девушками
- Отсутствует сочувствие к другим
- Трудности в общении со сверстниками
- Потребность в немедленном удовлетворении
- Низкий контроль импульсов
- Внезапные вспышки гнева
- Трудности со свиданиями
- Унижает женщин
- Позиция жертвы
- Трудности в отношениях с администрацией
- Неуместный физический контакт
- Неспособность ставить цели на будущее
- Был свидетелем насилия в семье по отношению к своей матери
- Трудности с принятием ответственности за свои действия
- Безнадёжность
- Депрессия
- Не развиты навыки принятия решений и решения проблем
- Сексуальные домогательства
- Трудности в выполнении инструкций и заданий
- Малый интерес или его отсутствие в приобретении жизненно важных навыков
- Боязнь неудач/волнение

Асоциальное поведение

- Словесные оскорбления
- Физическое насилие
- Эмоциональные оскорбления
- Сексуальная озабоченность
- Изнасилования
- Насилие на стадии свиданий
- Прогулы занятий в школе

- Правонарушения
- Плохая успеваемость
- Вхождение в банду
- Раннее отцовство
- Приводы в милицию
- Преследования
- Риск употребления наркотиков, алкоголя, курения.

Стратегия/предупреждение

- Создать рабочие отношения
- Включить в группу для подростков с проблемами
- Индивидуальная психологическая помощь
- Поддерживать его стремление обратиться за помощью
- Развивать понимание положительных ролевых моделей женщины и мужчины
- Показывать стереотипы поведения женщин/мужчин
- Поддерживать молодых людей, давая им возможность выбора и активного участия в программе помощи.
- Показать, к чему может привести асоциальное поведение и последствия.
- Показать, что изменить своё поведение - в интересах этого человека.
- Предложить альтернативы асоциальному поведению
- Помогать подростку публично взять на себя ответственность за негативное поведение
- Работать над обучением подростка навыкам общения
- Предоставить возможность для конкретных достижений
- Работать над принятием положительных ценностей и идентификации
- Работать над обучением подростка жизненно важным навыкам
- Работать над определением целей / планов на будущее
- Работать над повышением самооценки
- Работать над умением подростка контролировать свои чувства
- Работать над профилактикой употребления наркотиков, алкоголя, курения.
- Предоставить информацию о сексуальности
- Отметить разницу между изнасилованием и сексом по обоюдному согласию
- Отметить разницу между собственническим поведением и любовью и заботой
- Поощрять беседы об особенностях негативного поведения в группе
- Помочь подросткам определить, что такое уважение

Подростки, пострадавшие от насилия на стадии свиданий

ДЕЙСТВИЕ

Вербальное, ментальное, физическое, сексуальное насилие

ПОСЛЕДСТВИЯ

- синяки или другие следы повреждений
- смущение
- трудность при принятии решения
- социальная изоляция
- депрессия
- препятствия в реализации социальных ролей
- неспособность достигать цели
- проблемы в учебе
- уединение, снижение самооценки, чувство вины, стыда
- страх
- отсутствие сочувствия к самому себе

ПОВЕДЕНЧЕСКИЕ НАВЫКИ

- отрицание или преуменьшение насилия
- смена одежды и использование косметики для скрытия следов насилия
- защищают обидчика
- меняют манеру поведения для примирения с обидчиком
- повышенное внимание к настроениям обидчика
- сопротивление тому, чтобы посвящать посторонних
- избегание
- беременность
- прием наркотиков, алкоголя и курение
- насилие

СТРАТЕГИИ/ ВМЕШАТЕЛЬСТВО

- убедите жертву в сохранении конфиденциальности и объясните границы конфиденциальности
- определите уровень опасности / составьте план личной безопасности
- определите сильные стороны подростка и постарайтесь убедить его обратиться за помощью
- помогите жертве определить и назвать своим именем жестокое обращение, задавая конкретные вопросы о случаях жестокого обращения
- определите уровень опасности, угрожающий жертве
- подружитесь с подростками, которые обращаются к вам со своими проблемами
- помогите молодежи, давая им возможность ставить маленькие достижимые цели
- помогите подросткам определить причины нанесения оскорбления обидчиком
- предоставьте правовую информацию и данные (телефонные номера) о круглосуточных службах помощи жертвам
- работайте над развитием самооценки, преодолением изоляции, выработкой позитивной самооценки и позитивных ценностей
- предоставьте информацию о динамике отношений, характеризующей жестокое обращение и характеристики/описание обидчиков

Подростки, совершающие насилие на стадии свиданий

Поведение

ПОВЕДЕНИЕ, СВЯЗАННОЕ С ФИЗИЧЕСКИМ, СЛОВЕСНЫМ, МЕНТАЛЬНЫМ ИЛИ СЕКСУАЛЬНЫМ НАСИЛИЕМ

Характерные черты

- Контролирует ситуацию
- Защищается
- Не уважает женщин и девушек
- Отрицает, оправдывает, преуменьшает и уклоняется от обсуждения своего оскорбительного поведения
- Обвиняет жертву в оскорблении
- Запугивает
- Утверждает свою власть над партнером
- Унижает партнера
- Непоследовательный, не придерживается обещаний, ненадежный, лжет
- Угрожает женщинам
- Собственник
- Манипулирует людьми, иногда любезен, вызывает чувство вины, недоброжелателен

- Выдвигает обвинения, а позже берет свои слова обратно
- Дискредитирует человека в глазах других
- Легкомысленное отношение к решению проблемы
- Не хочет измениться
- Жестокий
- Не боится последствий
- Позволяет себе непристойное обращение с женщинами
- Плохое посещение занятий, сложности с учебой
- Не сочувствует жертве
- Подбирает более молодых партнеров
- Принуждает к сексу
- Употребляет алкоголь / наркотики

Отрицания / оправдания

- Приуменьшает частоту и жестокость случаев насилия
- Обвиняет жертву и привлекает внимание к ее поведению
- Отрицает происшедшее или свою причастность
- Оправдывает свое поведение чувствами
- Рассматривает себя как жертву
- Утверждает, что действовал из добрых побуждений
- Обвиняет алкоголь или наркотики
- Обвиняет другие проблемы
- Утверждает, что потерял контроль

Легкомысленное отношение к решению проблемы

- Обещает исправиться
- Извиняется
- Делает подарки
- Принимает участие в программе вмешательства
- Временно не употребляет алкоголь или наркотики
- Ведет себя любезно или внимательно какое-то время
- Торгуется
- Рассказывает о своих проблемах
- Ставит ультиматумы
- Отказывает в доброжелательности и внимании
- Имеет многочисленные связи
- Угрожает близким жертвы
- Пытается через друзей уговорить жертву возобновить отношения или следит за жертвой
- Устраивает сексуальные игры

Стратегии / вмешательство

- Создайте атмосферу деловых отношений
- Обращайтесь и следите за поведением еженедельно
- Убедите, что пользоваться помощью - хорошо
- Устраивайте мероприятия на свежем воздухе
- Старайтесь выработать понимание того, чем является насилие, преследование, изнасилование
- Формируйте близкие и отдаленные цели
- Проведите разговор о негативных личных качествах и признаках, предупреждающих об агрессивном поведении
- Спрашивайте непосредственно об оскорбительном поведении
- Спрашивайте о другом поведении
- Связывайте причину, результат и следствие
- Выработывайте положительную систему ценностей и самооценку
- Работайте над умением решать проблему / вступления в банду

- Работайте над принятием безопасных и ответственных решений о сексе
Предупреждающие признаки насилия на стадии свиданий

ОПАСНОСТЬ ВПЕРЕДИ!

Ранние тревожные признаки насилия на стадии свиданий. *Вы встречаетесь с кем-то, кто...*

- Ревнует вас и ведёт себя с вами как собственник, не разрешает вам иметь друзей, проверяет вас, не примет разрыва отношений.
- Пытается контролировать вас, ведя себя как хозяин, отдавая приказания, принимая все решения, не принимая во внимание ваше мнение.
- Пугает вас. Вы всегда думаете о том, как он отреагирует на то, что вы говорите или делаете. Угрожает вам, использует оружие или имеет оружие.
- Жесток: раньше был замешан в драках, легко теряет контроль, хвалится тем, что плохо обращается с другими.
- Склоняет вас к сексуальным отношениям, навязывает секс, угрожает. Считает вас сексуальным объектом. Пытается манипулировать вами, обвиняет вас, говоря: "Если бы ты действительно меня любил(а), ты бы..." Слишком быстро начинает считать отношения серьёзными.
- Употребляет наркотики и алкоголь и склоняет вас к их употреблению.
- Обвиняет вас, когда плохо с вами обращается. Говорит, что вы спровоцировали, заставили его это сделать, ваши действия привели к этому.
- В прошлом имел неудачные отношения и обвиняет во всех проблемах другого человека.
- Считает, что один партнёр должен иметь власть и контроль, а другой должен быть пассивным и уступчивым.
- Члены вашей семьи и друзья предупреждали вас быть осторожнее с этим человеком или говорили вам, что беспокоятся о вашей безопасности.

Часто задаваемые вопросы о насилии на стадии свиданий

1. **"Наверно, некоторым людям нравится, когда их бьют, потому что они не уходят от обидчика"**

Большинство людей, которых бьют их близкие люди, стараются найти пути налаживания отношений. Они сбиты с толку и иногда берут на себя вину за то, что отношения не ладятся. Но никому не нравится, когда его бьют. Часто жертва живёт в страхе и просто боится разорвать отношения.

2. **"Разве это не выражение настоящей любви, когда кто-то злится, если вы разговариваете с другими людьми или когда кто-то хочет быть с вами всё время?"**

Всем нравится внимание, и каждый человек хочет, чтобы о нём заботились. Но когда кто-то хочет знать о каждом вашем движении и о том, с кем вы каждую минуту, это не признак любви или заботы. Ревнивые люди вызывают проблемы для самих себя и для людей, с которыми они общаются. Если человек пытается контролировать вашу жизнь, он относится к вам как к своей собственности, а не как к человеку. У ревнивого человека проблемы, не имеющие отношения к вам. Неважно, как вы себя ведёте, вы не сможете помочь ревнивцу чувствовать себя лучше.

3. **"Насилие на стадии свиданий бывает только у людей, у которых в семье существует насилие?"**

Проявление жестокости - это выбор. Многие подростки, которые наблюдают насилие в своей семье, делают выбор - не быть жестокими. Если вы живёте в семье, в которой существует насилие, у вас, возможно, нет примеров отношений без насилия. Если вас это беспокоит, поговорите с кем-то, кому

вы доверяете, и попросите разъяснить ваши мысли и чувства. Подростки также могут сделать выбор - не позволять другим проявлять по отношению к ним жестокость. Если в чьей-то семье существует насилие, это не значит, что так должно быть и что так правильно. Никто не заслуживает того, чтобы его били и обижали. Можно поговорить со взрослым, которому вы доверяете, с другом, позвонить по телефону доверия и поговорить о том, что происходит в вашей семье и о ваших чувствах.

4. "Употребление алкоголя является причиной проявления жестокости"

Употребление алкоголя не делает человека жестоким. Многие люди пьют, но не становятся жестокими. Но некоторые люди используют алкоголь в качестве оправдания жестокости. Если вы встречаетесь с кем-то, кто пьёт и проявляет жестокость, небезопасно находиться рядом в это время. Но даже если человек обещает бросить пить, это не значит, что он перестанет проявлять жестокость.

5. "Некоторые девочки на самом деле имеют в виду "да", когда говорят "нет"

"Нет" значит то, что значит. Нет! Если мальчик не слышит "нет", то это изнасилование. Если он слышит "да", когда она говорит "нет", он слушает только свой голос. Также помните о том, что люди не всегда говорят "нет" прямо. Иногда мальчики утверждают, что девочки намеренно привлекают их и заводят, а потом не "уступают". Но на самом деле независимо от того, что вы думаете о том, как люди одеваются или ведут себя, у них есть право в любой момент отказаться от секса. Если только вы не умеете читать мысли, вы не можете знать, чего на самом деле хочет человек. Разговаривать о сексе обычно неловко и стеснительно, но вы не сможете узнать, чего хочет другой человек, если вы не поговорите. Если есть малейшее сомнение, задайте вопрос.

6. "Я не думаю, что это насилие в семье, когда оба партнёра бьют друг друга"

Бить кого-то - ненормально. В большинстве случаев один человек является обидчиком, а другой отвечает на насилие. Обидчик пытается контролировать путём жестокости - страха. Один человек обычно боится другого, даже если он отвечает ударом на удар. Однако очень редко бывает, что девочки обижают мальчиков, в частности из-за разницы в физической силе. Когда мальчик говорит: "Но она тоже меня бьёт", ему нужно задать себе вопросы: "Она защищается?" и "Я действительно боюсь её?". Даже если она бьёт вас, это не даёт вам право ударить её в ответ.

7. "Если девочка имела близкие отношения со многими молодыми людьми, она не может кричать "Меня изнасиловали!", если однажды ей это не понравилось."

Секс без обоюдного согласия является изнасилованием. Сексуально активные девочки могут быть изнасилованы, проститутки могут быть изнасилованы, жёны могут быть изнасилованы мужьями. Изнасилование является жестоким преступлением, и насильники иногда попадают в тюрьму на длительный срок. Но последствия для насильника несравнимы с эмоциональными и физическими последствиями жертвы изнасилования, которые иногда делятся всю жизнь.

8. "Когда некоторые люди злятся, разве они не теряют контроль над собой?"

Когда человек жесток, это не значит, что он потерял контроль над собой. Большинство обидчиков, которые говорят, что они потеряли контроль и ударили своих партнёров, не "теряют контроль" и не бьют своих учителей или родителей, когда сердятся на них. Люди проявляют жестокость избирательно. Жестокость- это выбор. Фактически, человек использует жестокость в попытке получить контроль над своим партнёром.

9. "Я никогда не допущу, чтобы это случилось со мной"

Это замечательно, когда люди действительно понимают, что они не допустят физического насилия. Также подростки могут не допускать другого обращения с ними, например, не позволять людям унижать вас, обзывать, оскорблять или обижать других при вас. Иногда люди, однако, становятся слишком жёсткими, пытаясь защитить себя. Если все думают, что вы жёсткий человек, может быть трудно обратиться за помощью, когда она вам нужна. Но чувство гордости за себя означает и то, что вы сможете обратиться за помощью, если вы окажетесь в ситуации с насилием.

10. "Как может произойти насилие в гомосексуальных отношениях"?

Насилие может присутствовать в гомосексуальных отношениях точно так же, как в любых других отношениях. Один человек использует насилие или угрозы, чтобы контролировать или принуждать к чему-то своего партнёра. Из-за того что у многих людей гомофобия (боязнь или ненависть по отношению к гомосексуальным людям), помощь получить сложнее. "Нормальные" люди, которые пытаются помочь, могут направить усилия на исправление сексуальной ориентации, а не на насилие. А некоторым гомосексуальным людям трудно признать, что насилие происходит в их кругах. Очень важно молодым людям с нетрадиционной сексуальной ориентацией попытаться получить помощь от кого-то, кто принимает их.

11. "Я могу с этим жить"

Зачем кому-то мириться с насилием? Когда двое людей заботятся друг о друге, они стараются сделать так, чтобы другому было хорошо. Если вам надо проявлять жёсткость, чтобы сохранить отношения с кем-то, вам нужно спросить себя, хотите ли вы на самом деле отношений, которые представляют собой непрекращающуюся борьбу. Каждый может найти заботливого и надёжного партнёра. Не довольствуйтесь меньшим.

12. "Меня бьют дома"

Вы не виноваты в том, что вас бьют. Такой выбор сделали ваши родители. Некоторые родители бьют детей для воспитания, потому что они не знают других способов воспитания. Для других родителей избивание детей- способ почувствовать власть и контроль над ребёнком. Страшно, когда вас бьют родители; иногда ещё страшнее думать, что родители одновременно могут любить вас и обижать. Некоторые дети превращают свою обиду в злость против других людей. Но тогда ничего не становится лучше. Если вы думаете, что ваши родители выслушают вас, скажите им, что вы не хотите, чтобы вас били. Поговорите с кем-нибудь, кому вы доверяете.

13. "Рождение ребёнка помогает решить проблемы во взаимоотношениях?"

К сожалению, как раз наоборот. Рождение ребёнка только усиливает нерешённые проблемы во взаимоотношениях. У родителей часто нет времени друг на друга и некогда поговорить. Дополнительная ответственность за ребёнка приносит огромный стресс всем родителям, особенно молодым. Ещё очень важно знать, что насилие в подростковом возрасте часто начинается или усиливается во время беременности. Когда девушка беременна, естественно, что она обращает внимание на изменения в организме и начинает думать о будущем. Партнёр может пугаться того, что ему не уделяют 100% внимания. Он может использовать насилие, чтобы вернуть контроль, может наказывать партнёршу, потому что ему страшно быть родителем.

14. "Может ли мальчик быть изнасилованным?"

Да, мальчики могут быть изнасилованы. Большинство насильников среди молодых мужчин - это взрослые мужчины с нормальной сексуальной ориентацией. У этих мужчин обычно есть жёны или подруги, и они не гомосексуальны и не бисексуальны. Как у всех насильников, их мотив - желание контролировать и иметь власть над кем-то, кто слабее, и они используют секс как оружие. Из-за того, что половые органы мальчиков реагируют на прикосновения, многие мальчики, которых изнасиловали, не заявляют в милицию. Например, во время изнасилования у мальчика может наступить эрекция или семяизвержение. Это не значит, что мальчику это понравилось. Это значит, что его тело непроизвольно отреагировало. Это можно сравнить с тем, когда кто-то подносит к вашему носу перо - вы должны будете чихнуть. Но это вызывает у мужчины - жертвы изнасилования эмоциональное замешательство и боль. Многие центры, работающие с изнасилованными, помогут мальчикам, которым нужна помощь. Очень важно любому, кто стал жертвой изнасилования, поговорить с кем-то и получить поддержку

Насилие в семье является такой хронической проблемой для общества и сотрудников правоохранительных органов, что стало трудно разрабатывать новые способы её решения. Безусловно, лучший способ решения проблемы - её предотвращение.

Данная программа помогает школьникам относиться друг к другу с уважением. Положительные отзывы школьников, прошедших курс, говорят о том, что они ценят возможность обсудить проблемы общения и хотят приобрести необходимые навыки межличностного общения.

Объединённые усилия милиции, системы образования и общественных организаций помогают сделать программу успешной и практической. Участвуя в этой программе, сотрудники милиции работают вместе с гражданами над решением проблемы ещё до её возникновения.

Как разговаривать с подростками на тему насилия в отношениях

Из-за своей неопытности подростки особенно восприимчивы к традиционному принятым ролям мужчины и женщины, в т.ч. к мнению о том, что женщины должны быть пассивными и уступчивыми, а мужчины должны доминировать и иметь право поддерживать свою власть с помощью жестокости. Это приводит к тому, что подростки чувствуют замешательство по поводу того, что является нормальным поведением в области сексуальности, принятия решений, предохранения от беременности, и им трудно судить о том, какое поведение можно назвать насильственным. Однако из-за своей неопытности подростки также особенно восприимчивы к информации об отношениях с противоположным

полом. Если мы будем работать эффективно, мы сможем научить подростков искусству отношений, которое они будут использовать в течение всей жизни.

Моделирование уважительного отношения.

У вас важная роль в предотвращении насилия не только потому, что вы помогаете в проведении этой программы, а также потому, что вы сами являетесь образцом уважительного отношения. Занятия, которые проводит 1 мужчина и 1 женщина, особенно эффективны, т.к. ведущие могут показать уважительное отношение к школьникам, а также моделировать уважение и равенство между мужчиной и женщиной.

Уважительное отношение к школьникам - это проявление уважения к их индивидуальным особенностям и понимание того, что многим школьникам трудно говорить о насилии, особенно если они являются жертвами насилия в семье, в отношениях друг с другом или в других ситуациях. При проведении занятий с активным участием школьников необходимо проявлять уважение к учащимся. Ведущие должны подталкивать школьников к тому, чтобы они думали и развивались, но следует избегать критики и нетерпеливости.

Разговаривая с подростками

Разговор с подростками о насилии на стадии свиданий может быть осложнён тем, что они оказывают сопротивление, считая, что взрослые "читают им мораль". Для подростков в целом, а особенно для мальчиков, трудно открыто участвовать в обсуждении темы насилия. Наилучших результатов можно достичь, когда мы готовы выслушать то, что говорят подростки и учиться у них. Также ценным подходом является обучение подростков тому, как разговаривать со сверстниками на тему насилия на стадии свиданий.

Особенно трудно разговаривать на эту тему с мальчиками-подростками. Важно помочь мальчикам понять, что одной из причин насилия является дискриминация по отношению к женщине. Однако следует учитывать ту важную роль, которую играют в их жизни взрослые женщины и возможность того, что мальчики могут сильно зависеть от них. Также ясно, что мальчики-подростки, хотя они уже подражают стереотипам мужчин, не имеют доступа к полной социальной, культурной, общественной власти взрослых мужчин. Мальчики и девочки, особенно в раннем подростковом возрасте, также ненамного отличаются друг от друга по размеру и физической силе. Но по мере роста этих различий в подростковый период, мальчики чаще имеют возможность применять власть и контроль в своих отношениях с девушками.

Когда вы говорите о том, как мальчики и мужчины злоупотребляют своей властью, отметьте, что вы не выделяете никого конкретно и что вы говорите об общей проблеме, а не о конкретных людях.

Предотвращение насилия

Хотя программа направлена на предотвращение насилия в близких отношениях, насилие в разных видах существует в мире: между взрослыми и детьми, на рабочем месте, между учителями и учениками и во множестве других ситуаций. Узнав о насилии на стадии свиданий, подростки также получают навыки, которые помогут им понять и избежать насилия в различных аспектах жизни. Вооружённые знаниями о том, что такое насилие, подростки могут работать над построением свободных от насилия отношений и устанавливать стандарты взаимного уважения и равенства, которые они перенесут в свою взрослую жизнь.

КОНТРАКТ ОТНОШЕНИЙ

Этот "контракт" поможет вам лучше определить, чего вы хотите от близких отношений. 2 человека могут использовать этот контракт, чтобы понять, чего хочет каждый из них, и в чём они не согласны друг с другом. Запишите свои ответы и, если захотите, сравните свои ответы с ответами друзей или своего близкого друга/подруги. Если заполнение контракта было домашним заданием, принесите свои ответы в школу.

Свидания

1. Нужно ли проводить с другом/подругой каждый вечер и каждый выходной?
2. Кто решает, что делать и куда пойти во время встречи?
3. Как платить? Должен ли всегда платить один человек?
4. Если ваш друг/подруга всегда платит за всё, должны ли вы соглашаться на его/её сексуальные запросы?
5. В какой мере вы допускаете употребление вашим другом/подругой алкоголя или наркотиков?
6. Есть ли ситуации, в которых вы считаете нормальным, если ваш друг/подруга толкнёт вас? Ударит вас?

Сексуальные права.

1. Имеет ли каждый из вас право сказать, что он(а) хочет или не хочет идти дальше в сексуальных отношениях?
2. В какой момент человек может отказаться от секса?
3. Если вы оба согласны иметь сексуальные отношения, кто отвечает за использование контрацептивов? За предохранение от СПИДа?

Другие отношения.

1. Имеете ли вы или ваш друг/подруга свободу в выборе друзей? Если да, то как вы справляетесь с ревностью?
2. Вы включаете друг друга в отношения с друзьями?

Приоритеты.

1. Какие качества в вашем партнёре наиболее важны для вас?
2. Что вы считаете самыми важными составляющими в близких отношениях?

ЛЮБОВЬ - ЭТО... ЛЮБОВЬ - ЭТО НЕ...

Есть много способов поговорить о любви. Но есть определённые образы и слова, описывающие, что такое любовь, которые приводят к замешательству и иногда к неприятным ситуациям, если они воспринимаются буквально. Фактически, некоторые из этих образов говорят о том, что это не любовь. В любви очень много того, что трудно преобразовать в слова. Ниже приводятся 2 списка, которые помогут вам определить, что входит в понятие "любовь", а что - нет. Эти списки также помогут вам решить, какого обращения вы хотите.

Любовь - это...

- Ответственность
- Трудная работа
- Удовольствие
- Преданность
- Забота
- Честность
- Секс
- Доверие
- Общение
- Компромиссы
- Близость

Любовь - это не...

- Ревность
- Чувство собственника
- Боль
- Жестокость
- Секс
- Наваждение
- Проявление эгоизма
- Грубость
- Нежелательная беременность
- Зависимость
- Отказ от своих интересов

- Признание различий
- Ранимость
- Открытость
- Уважение
- Дружба
- Сильные чувства
- Страх
- Перебранки
- Запугивание
- Самоутверждение
- Манипулирование
- Ожидание удовлетворения всех потребностей

4 КИРПИЧКА В ПОНИМАНИИ НАСИЛИЯ НА СТАДИИ СВИДАНИЙ

1) Вы не одиноки.

Наше общество часто превозносит насилие, а затем меняет свой взгляд и отвергает тех, кто стал жертвой насилия, особенно жертвой насилия в личных отношениях или сексуального насилия. Из-за этого отношения многие люди стыдятся того, что они пострадали от насилия и не говорят о насилии даже своим близким друзьям. Обидчик часто изолирует жертву или угрожает причинить ей вред, если она кому-то всё расскажет. В результате многие жертвы думают, что они совершенно одиноки в борьбе с насилием. Становится гораздо легче, когда вы узнаете, что многие люди могут вам помочь.

2) Вы не виновны в том, что происходит насилие.

Все слышали фразу: "Ты заставил(а) меня это сделать" или "Ты нажал(а) на кнопку" или "Ты должна узнать, кто здесь хозяин". Слишком часто обидчик обвиняет жертву в произошедшем насилии. Вина, возложенная на жертву - огромная тяжесть, и это является причиной № 1 пониженной самооценки у жертв насилия. Обидчики всегда несут ответственность за свои действия. Насилие НЕ бывает по вине жертвы.

3) Если вам страшно, то это насилие

Если вас обидели, и вам страшно, это насилие. Если вас обидели, и вам неудобно, это насилие. Если вас обидели, и вам плохо, это насилие.

4) Вам помогут и вас поддержат.

Большинство обидчиков не обращаются за помощью, потому что они не осознают, какая это серьёзная проблема. Жертвы часто слишком смущены или напуганы, поэтому не обращаются за помощью. Они тоже могут не осознавать, какая это серьёзная проблема. Попробуйте обратиться за помощью в такие организации как социально-педагогические и психологические службы, подростковые центры, позвоните по телефону доверия (4-12-81). Существуют законы, защищающие жертвы, а сочувствующие вам люди, готовы вас выслушать.

ПРЕРВАТЬ ОТНОШЕНИЯ - ТРУДНО.

Знаете ли вы кого-нибудь, кого бросили? Или кого-то, кто хочет разорвать отношения с кем-то, но не знает, как? Может быть, это случилось с вами. Разрыв отношений может быть очень сложным, и часто люди обижаются. Ниже мы приводим список "Что можно делать" и "Что нельзя делать", который поможет вам легче пережить разрыв отношений.

Что можно делать	Чего нельзя делать
Если можете, объясните причину	Угрожать
Проявляйте уважение	Преследовать человека, чтобы узнать, с кем он(а) встречается
Выслушайте	Звонить, если вы не договорились, что это можно делать
Найдите способы справиться со своими чувствами, например: ведите дневник;	Думать, что то, что вы остались друзьями, значит, что вы снова будете вместе
поговорите с друзьями;	Обзывать.
займитесь спортом;	Распространять слухи или пытаться отомстить другим способом
слушайте музыку;	
обратитесь к психологу.	

<p>Может быть легче прервать отношения, если вы договоритесь о следующем:</p> <p>1. Вы будете проводить время вместе?</p> <p>2. Можете ли вы звонить друг другу?</p> <p>3. Хотите ли вы оба остаться друзьями? (только при обоюдном согласии)</p> <p>Если оба согласны:</p> <p>1. Как вы будете друзьями?</p> <p>2. Как вы будете общаться с общими друзьями?</p>	<p>Изолировать себя</p> <p>Быть в одиночестве</p> <p>Разрывать отношения, чтобы заставить человека делать то, что вы хотите</p> <p>Разрывать отношения, чтобы быть в расчете</p> <p>Пытаться заразить человека СПИДом или венерической болезнью.</p>
---	--

РАЗРЫВ ОТНОШЕНИЙ И ОПАСНОСТЬ.

Отчаянный человек: Если вы планируете прекратить отношения с кем-то, кто проявлял к вам жестокость, существует большая вероятность, что этот человек проявит ещё большую жестокость в период разрыва. Жестокие и склонные к насилию люди не принимают разрыва отношений и часто думают, что им нечего терять, если их партнёр прекращает с ними отношения. Эта мысль позволяет обидчику вести себя бесконтрольно и представлять опасность.

Предупреждающие признаки летальности: Летальность - значит возможность убить. Нижеприведённый список позволит вам решить, может ли человек, с которым вы прерываете отношения, убить вас.

Что делать, если вы обнаружили 3 и более из этих предупреждающих признаков - немедленно поговорите с кем-нибудь! Можно начать с телефона доверия или обратиться в милицию.

Навязчивость: Они не только ревнивы, но безумно ревнивы. Они обвиняют вас в том, что у вас сексуальные отношения с другими людьми. Они бросают работу или изменяют график работы, только чтобы быть с вами.

Преследования: Они постоянно звонят, проверяют вас, ходят за вами или просят друзей проверять, где вы находитесь.

Самоубийство: Они говорят, что если вы уйдёте, они покончат с собой или они уже пытались совершить самоубийство. Они говорят "Без тебя жить не стоит"

Угрозы убить: Они угрожают убить вас. Они также могут говорить: "Если ты не будешь моей, то не будешь ничьей".

Сексуальная жестокость: Они проявляли жестокость во время секса.

Алкоголь/наркотики: Они употребляют алкоголь и наркотики. Они говорили, что под воздействием алкоголя и наркотиков не помнят своих действий или не отвечают за них.

Первый сексуальный опыт: В тех случаях, когда подростки убивали своих партнёров, эти люди часто были их первыми сексуальными партнёрами.

План безопасности

- Продумайте свои действия в том случае, если акт насилия повторится снова.
- Расскажите о насилии тем, кому Вы доверяете (друзьям, родственникам)
- Найдите такое место, куда Вы смогли бы уйти в случае опасности.

План безопасности:

- Если спора, инцидента избежать не удастся, постарайтесь выбрать для него комнату, из которой можно в случае необходимости легко выйти. Старайтесь избежать споров в ванной комнате, кухне, где есть острые и режущие предметы.
- Попрактикуйтесь в том, как можно быстро и безопасно выйти из дома. Определите, какие двери, окна, лифты или лестницы подходят для этого наилучшим образом.
- Договоритесь со своими соседями, чтобы они вызвали милицию, если услышат шум и крики из Вашей квартиры.

- Спрячьте запасные ключи от дома (машины) так, чтобы, взяв их, Вы могли бы быстро покинуть дом в случае опасности.
- В безопасном, но доступном для Вас месте спрячьте необходимую сумму денег, книжку с номерами телефонов, паспорт, документы на детей, другие важные бумаги, а также некоторую одежду и нужные лекарства.
- Заранее договоритесь с друзьями, родственниками о возможности предоставления Вам временного убежища в случае опасности.
- Постарайтесь уничтожить все возможности, которые помогли бы Вашему обидчику найти Вас (записные книжки, конверты с адресами и т.п.)
- Заранее узнайте телефоны местных служб, которые смогут оказать Вам необходимую поддержку (кризисный центр для женщин, телефон доверия и др.)
- Заранее решите, что из ценных вещей (ювелирные изделия и т.п.) Вы возьмете с собой. В случае острой необходимости их всегда можно будет продать или отдать в залог.
- Если ситуация критическая, то покидайте дом незамедлительно, даже если Вам не удалось взять необходимые вещи. Помните, что под угрозой находится Ваша жизнь!