

Профилактика и лечение агрессии:

- *медицинская помощь специалистов;*

- *социальные меры:* своевременное определение окружающими начала приступа и грамотное поведение во время его продолжительности!!!

Усмирять агрессию у мужчины сложно, так как им руководят только отрицательные эмоции. Поэтому лучше переключать внимание агрессора на позитивные моменты. Людям, решившимся вступить в конфликт с агрессором, необходимо вести себя максимально уравновешенно и спокойно, находясь от него на безопасной дистанции.

Если никакие методы: разговоры, уговоры, помощь психолога, лечение – не смогли принести желаемые результаты, единственным выходом для женщины будет только развод!!!

Известно, что беспокойство о материальном обеспечении себя и своих детей вынуждает женщин терпеть регулярные побои, надеясь в будущем на улучшение семейной ситуации.

Причины, вынуждающие женщину жить в уже привычном страхе:

1. *Материальная зависимость от супруга*, который может быть в семье единственным добытчиком, уверенным в том, что семья от него никуда не денется. Неработающая жена боится остаться одна, так как не знает, на какие средства сможет содержать себя и малышей. В данном случае ей требуется устроиться на работу и обратиться к родственникам с просьбой помочь с жильем либо материально на новом жизненном этапе.

2. *Страх новой волны агрессии.* Женщина боится, что брошенный супруг найдет ее и отомстит, вплоть до летального исхода. Этот страх заставляет ее жить с агрессором и терпеть насилие с его стороны. Хотя от такого человека обязательно нужно бежать, на время спрятаться, исчезнуть из его поля зрения, что защитит от ожидаемой агрессии.

3. *Привычность напряженной ситуации в семье.* В некоторых случаях женщинам-

жертвам это даже на руку, так как окружающие ее жалеют, сочувствуют, принимают ее сторону, осуждая мужчину-агрессора. Бывает, что сама женщина боится себе сознаться, что сложившаяся ситуация ее вполне устраивает. В данном случае существует только один выход – перестать играть амплу жертвы, не терпеть агрессию и подумать в первую очередь о детях.

4. *Бьет – значит любит.* Правило, которым многие женщины, обманывая себя, оправдывают насильническое поведение своего супруга. Зablуждение состоит в том, что жертва считает его агрессивные поступки доказательством крепкой любви и ревности. В качестве заботы слабый пол, испытывающий недостаток любви и внимания, рассматривает наносимые побои.

5. *Боязнь остаться одной.* Страх остаться в одиночестве и нереальность встретить в своей жизни любовь побуждает женщину не менять ситуацию и терпеть унижение: пусть лучше будет такой муж, чем не будет никакого. В реальности многие женщины, рискнувшие изменить жизнь, с обретенной независимостью успешно построили свое счастье с другим человеком.

6. **Вера в миф, что поведение мужчины изменится к лучшему.** Помня его в начале отношений заботливым и любящим, женщина надеется, что все можно вернуть, нужно лишь немного терпения и времени. Это заблуждение. Если мужчина не решит измениться сам, женщина так и будет терпеть побои с его стороны.

Всего лишь шаг к новой жизни

Жизнь дана одна, и ее качество зависит напрямую от человека. Чтобы рискнуть сделать шаг и уйти от мужчины-агрессора, женщине нужно:

1. **Думать о собственном здоровье.** Забывая о себе, она растворяется в супруге, окружая его заботой и комфортом. Насилие и постоянно присутствующий страх подрывают психическое и физическое состояние женщины.

2. **Иметь собственное мнение** и не бояться уйти от мужчины в страхе, что окружающие и родственники осудят этот поступок. Кому, как не жертве насилия, требуется принять решение, от

которого зависит дальнейшая жизнь ее и детей.

3. **Повышать самооценку.** Живя на одной территории с мужчиной-агрессором, не позволять себя обижать, стараясь давать отпор всем его выходкам. Не допускать поднятия руки в свою сторону.

4. **Не скрывать факт насилия.** Часто агрессор боится внешнего осуждения, применения по отношению к нему мер со стороны правоохранительных и административных органов, поэтому женщине ни в коем случае нельзя замалчивать акты насилия.



Помните, используя эти рекомендации и набравшись смелости, вы сможете в корне изменить свою жизнь и жизнь своих детей, и непременно к лучшему!!!

Государственное учреждение
«Территориальный центр
социального обслуживания
населения
Полоцкого района»

**Отделение социальной адаптации
и реабилитации**

**Профилактика и
лечение агрессии у
мужчин**



Наш адрес:

г. Полоцк,
ул. Ф. Скорины, 12/14
каб. №24

**Телефон «Доверия»:
46 17 95**

