

Домашнее насилие

Насилие — преднамеренное применение физической силы или власти, действительное или в виде угрозы, направленные против себя, против иного лица, группы лиц или общины, результатом которого являются (либо имеется высокая степень вероятности этого) телесные повреждения, смерть, психологическая травма, отклонения в развитии или различного рода ущерб (определение Всемирной организации здравоохранения (ВОЗ)).

Виды насилия:

Физическое насилие – прямое или косвенное воздействие на жертву с целью причинения физического вреда, выражающееся в нанесении увечий, тяжелых телесных повреждений, побоях, пинках, шлепках, толчках, пощечинах, бросании объектов и т.п.

Сексуальное насилие – насильственные действия, при которых человека силой, угрозой или обманом принуждают вопреки его желанию к какой-либо форме сексуальных отношений.

Психологическое – нанесение вреда психологическому здоровью человека, проявляющееся в оскорблениях, запугивании, угрозах, шантаже, контроле.

Экономическое насилие – материальное давление, которое может проявляться в запрете работать или обучаться, лишении финансовой поддержки, полном контроле над расходами.

Все виды насилия тесно взаимосвязаны. Если в семье агрессор практикует физические виды насилия, безусловно, это причиняет душевную травму, а не только физическую боль.

Экономическое насилие строится зачастую на манипулировании и контроле.

За сексуальным насилием обычно стоят физические травмы и последствия. Как правило, сложно представить ситуацию, где агрессор применяет только лишь один вид насилия, зачастую жертвы страдают от одновременного проявления различных его видов.

Кто чаще всего страдает от домашнего насилия?

Домашнее насилие не имеет социальных границ. От него может пострадать любой человек, и мужчина, и женщина, независимо от возраста, уровня дохода и образования, национальности, вероисповедания или расы. При этом есть социальные группы, которые больше других подвержены риску и чаще подвергаются домашнему насилию.

Это:

-дети;

- люди старшего возраста;
- люди с инвалидностью;
- женщины, особенно во время беременности и в период ухода за грудным ребенком - в период физической, экономической и психологической уязвимости.

Признаки того, что человек подвергается домашнему насилию:

Часто пострадавшие обращаются в различные учреждения не по причине наличия насилия в семье.

Поэтому важно обращать внимание на **поведенческие реакции и внешние признаки домашнего насилия:**

- постоянный страх у пострадавших перед теми, кто применяет насилие;
- люди, применяющие домашнее насилие, постоянно обвиняют и критикуют пострадавших даже в присутствии посторонних;
- применяющие насилие члены семьи контролируют, что пострадавшие должны носить, куда и с кем им можно ходить;
- люди, применяющие насилие, часто прилюдно оскорбляют и унижают пострадавших (перед друзьями и семьей);
- применяющие насилие лишают пострадавших права самостоятельно распоряжаться финансами, своими доходами;
- необъяснимые порезы и синяки на лице, теле пострадавших;
- пострадавшие начинают избегать встречи с друзьями, родственниками и не участвуют в обычных делах;
- пострадавшие часто извиняются, когда их партнер ведет себя на людях агрессивно или неподобающе.

Специалисту важно знать:

- В работе с жертвой насилия необходим длительный преконтакт: установление доверия и создание безопасного пространства для работы.
- Помнить, что к жертве физического и сексуального насилия нельзя прикасаться без предупреждения и разрешения, а также, находясь рядом, не делать резких движений.
- В травме насилия происходит полное или частичное разрушение базового чувства безопасности. Тело и психика реагирует высоким уровнем напряжения, отсутствием чувствительности, "заморозкой". Это механизмы защиты, т.к. в приоритете стоит задача выжить.*
- Жертва насилия может "проверять" вас на надежность, можете ли вы оставаться устойчивым, адекватным объектом.
- Важно выдерживать личные границы свои и жертвы насилия.

Профессиональные навыки и качества специалиста, работающего с жертвами насилия:

- Устойчивость в теме насилия.
- Способность к безоценочному слушанию и поддержке «здоровой части» пациента.
- Возможность выступать адекватным и безопасным объектом.
- Здоровые личные границы и возможность выдерживать нарушения собственных границ со стороны жертвы насилия.
- С помощью техник отзеркаливания и отреагирования уметь отдавать ответственность за жизнь пациента ему самому.
- Эмпатия.
- Теоретико- практические знания о работе с жертвами насилия.

Последствия домашнего насилия:

- риск депрессии и суицидального поведения;
- повышенный риск развития тяжелых психических состояний, таких как ПТСР и тревога;
- повышенный риск развития с физическим здоровьем (хроническая боль, неврологические проблемы, повышенное АД, сердечно-сосудистые заболевания);
- риск развития зависимостей, в частности алкогольной;
- пострадавшие могут столкнуться с незапланированной беременностью или потерей беременности по причине стресса или травмы в результате домашнего насилия.

Домашнее насилие негативно сказывается на детях, которые становятся его свидетелями. Психологические последствия включают в себя: беспокойство, депрессию, самоповреждения, агрессию, проблемы со сном и когнитивными функциями.

Как предотвратить и остановить домашнее насилие?

Зачастую единственный способ остановить домашнее насилие – это, разорвать отношения между пострадавшими и лицами, применяющими насилие.

В некоторых случаях насилие может прекратиться, если тот, кто применяет домашнее насилие, желает обратиться за психологической помощью, пройти коррекционную программу для лиц, совершающих насилие в отношении членов своей семьи.

Если и сами пострадавшие, и те, кто применяет домашнее насилие, намерены сохранить семейные отношения, то для прекращения в таких семьях фактов домашнего насилия, важно оказание соответствующей психологической (психотерапевтической) помощи пострадавшим.

Одним из ключевых моментов является совместное составление индивидуального плана безопасности для пострадавшего.

Если Вы, Ваши близкие или Ваши знакомые пострадали от домашнего насилия, можно получить экстренную психологическую помощь позвонив по телефонам круглосуточной линии «Телефон доверия»: Гор.: 8-017-311-00-99, Моб.: +375-29-899-04-01, +375-29-101-73-73.