

Домашнее насилие (насилие в семье) – система поведения, целью которого является достижение и сохранение власти и контроля в семейных отношениях.

Насилие в семье может быть направлено против любого его члена. Однако, факты свидетельствуют – 95% переживших домашнее насилие – женщины. Ежегодно в России от рук партнеров погибают около 14 тыс. женщин, 2 тыс. детей сводят счеты с жизнью, 50 тыс. детей уходят из дома из-за невыносимой обстановки в семье.

Согласно Всеобщей Декларации прав человека и Конституции РФ, все люди имеют право на жизнь без насилия. Никто не заслуживает избиений, угроз, унижений, физических и нравственных страданий, принуждений к сексуальным отношениям.

Но, несмотря на это, реальные факты свидетельствуют о частом нарушении этого права. Однако ситуацию можно изменить! Если мы поможем друг другу и перестанем закрывать глаза на происходящее, эти права больше не будут просто формальностью, а станут нашей жизнью!

Если Вы считаете, что кто-то из Ваших знакомых или родственников подвергается насилию в семье, помогите им спасти свое здоровье и жизнь!

Оказывая поддержку этой женщине, старайтесь не выносить суждений, не выражайте сомнений. Поверьте, ей - она не будет лгать о пережитых ею издевательствах.

- ❖ Не давайте советов, не сплетничайте;
- ❖ Не спрашивайте, почему она не кричала и не оказывала сопротивление, спровоцировала ли она чем-нибудь его действия;

- Даже если рассказанные случаи кажутся невероятными, **выслушайте ее с пониманием и уважением**. Скажите, что очень многие женщины находятся в подобной ситуации; что она сильная женщина, так как решилась завести этот разговор.

- **Не торопите ее**. Переживать вновь случаи издевательства очень больно. И, возможно, произошедшее будет вспоминаться медленно, с подробностями, либо бессвязно и не по порядку.

- Дайте ей понять, что Вы осознаете, насколько трудно ей говорить о ситуации насилия.

Ни в чем не вините женщину! Скажите, что она совершенно не заслуживает угроз, оскорблений и побоев; **никто и ничто не может оправдать поведение обидчика**.

Если женщина чувствует за собой вину, что не оказала отпора (должного, на ее взгляд), скажите ей, что страх часто сковывает людей и что ее несопротивление не означает согласия.

- **Поддержите женщину, пусть она выскажет боль и гнев**. Покажите, что считаете ее чувства нормальными. В такой ситуации естественно ощущать страх, смятение, ярость, печаль, тоску и отчаяние.

Если женщина плачет, не спешите утешить ее и остановить слезы.

- Спросите: **«Чем я могу помочь?»** Но не ждите, что она сможет ответить при первом же разговоре. Проявите терпение, даже если Вам кажется, что она не права, и медлить не зачем: это её жизнь, и только она сама может принять решение.

Сами можете предложить ей защиту и поддержку. Но никогда не предлагайте то, чего не сможете выполнить!

Если женщина хочет обратиться в правоохранительные органы, в суд или в Центр

социально-психологической помощи, можете предложить пойти вместе.

Если это необходимо, проводите её в судебно-медицинскую экспертизу (знайте, по направлению РОВД освидетельствование стоит дешевле), травматологическую поликлинику или другое лечебное учреждение.

Подскажите, что даже если на данный момент женщина не хочет возбуждать уголовное дело или судебный процесс, медицинские освидетельствования могут в дальнейшем пригодиться.

Если ей угрожает опасность, вызовите милицию!

- **Покажите, что Вам безразлична её безопасность**. Принимайте её страхи всерьез. Свою озабоченность можете выразить фразами: «Мне кажется, что тебе угрожает опасность».

- **Предоставьте женщине информацию** о временном убежище, детском приюте, телефонах доверия и других социальных службах, имеющих в городе.

- Вы можете помочь ей разработать дальнейший план её действий, но решение, реализовывать его или нет, пусть принимает сама. **Будьте терпеливы и не торопите её с решением**. Серьезные решения не принимаются в один день. Возможно, у нее есть пока причины, удерживающие ее рядом с обидчиком.

Помогите ей вспомнить, каких успехов она достигла, отметьте ее положительные качества. Не обращайтесь с ней как с беспомощной жертвой или с ребенком!

Напомните, что под угрозой находится её жизнь и жизнь её детей!

Индивидуальный план безопасности

(моменты, которые нужно учесть):

✓ Договориться с соседями, чтобы они вызвали милицию, если услышат шум и крики из Вашей квартиры. Возможно, условиться о специальном сигнале: стук в стену или по тепловому радиатору, трубам и т. п.

✓ Спрятать запасные ключи от дома (машины) так, чтобы, взяв их, можно было быстро покинуть дом в случае опасности.

✓ В безопасном, но доступном для Вас месте спрятать необходимую сумму денег, записную книжку, паспорт, свидетельство о браке, документы на детей, другие важные бумаги, а также некоторую одежду и нужные лекарства.

✓ Заранее договориться с друзьями, родственниками о возможности предоставления Вам временного убежища в случае опасности.

✓ Сделать все возможное, чтобы обидчик не нашел Вас, спрятать или уничтожить все свои записи и адреса, по которым можно Вас найти (записные книжки, конверты с адресами и т.п.)

✓ Заранее решить, что из ценных вещей (ювелирные изделия, например) нужно взять с собой. В случае острой необходимости их всегда можно будет продать или отдать в залог.

✓ Если ситуация критическая, то следует незамедлительно покинуть дом, даже если не удалось взять необходимые вещи.

Вы можете обратиться:

**БУСО УР «Республиканский центр
психолого-педагогической помощи**

населению «СоДействие» -

г. Ижевск, Воткинское шоссе, 110 а,

тел. 44-16-35, 44-40-88

Email: social95@minsoc18.ru

Сайт: sodeistvie18.ucoz.net

Телефон доверия МВД по УР

(круглосуточно):

- тел. 41-93-73, 41-95-75



Судебно-медицинская экспертиза:

ул. В. Сивкова 105, тел. 52-71-64

**БЮДЖЕТНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ
СОЦИАЛЬНОГО
ОБСЛУЖИВАНИЯ УДМУРТСКОЙ
РЕСПУБЛИКИ**

*«Республиканский центр
психолого-педагогической помощи
населению «СоДействие»*

**Если к Вам
обратилась
женщина в ситуации
насилия в семье**



Ижевск, 2016