

## ДОМАШНЕЕ НАСИЛИЕ В ОТНОШЕНИИ ЖЕНЩИН

Домашнее насилие проявляется в отношениях супругов или близких партнеров, бывших супругов или бывших интимных партнеров, родителей, детей, внуков, других родственников или близких людей, проживающих вместе или приходящих в дом на правах близких людей.



Женщины, подвергшиеся домашнему насилию, находятся в состоянии кризиса, который можно охарактеризовать следующими признаками:

1. Психологическое и физиологическое напряжение, вызывающее дискомфорт.
2. Ощущение паники, когда человек чувствует себя неадекватным, беспомощным.
3. Стремление к улучшению состояния, забывая о проблеме.
4. Снижение активности, трудоспособности.

Для того чтобы выйти из кризисного состояния **нужно:**

1. Увидеть проблему в целом, в жизненном контексте, тем самым расширяя перспективы ее видения и возможные пути ее разрешения.

2. Активизировать свои внутренние возможности и привлечь всех, кто может помочь.

3. Снять тревожное состояние, обратившись к психотерапевту в поликлинику по месту жительства (обращение может быть анонимным), так как реакция на кризис может породить новые тревоги или новый кризис.

Многие женщины, столкнувшиеся с домашним насилием, предпочитают терпеть его проявления от 1 года до 20 и более лет, пока не наступит критический момент, и не возникнет осознание угрозы для собственной жизни и жизни детей.

Существует множество **причин**, которые удерживают женщин от изменения ситуации или разрыва отношений с обидчиком:

➤ женщина выросла в семье, в которой насилие было привычным;

➤ женщина не знает о существующих службах, помогающих в ситуациях домашнего насилия;

➤ женщина может думать, что до сих пор любит обидчика и зависит от него эмоционально;

➤ женщина считает, что только она может помочь обидчику разрешить проблемы (избавиться от алкогольной зависимости и от депрессии);

➤ женщина убеждена, что как только разрешатся его проблемы (с работой, перестанет пить), он перестанет издеваться над ней;

➤ женщина находится в экономической зависимости от обидчика;

➤ трудности в трудоустройстве и отсутствие финансовой помощи, особенно для женщин с маленькими детьми;

➤ отсутствие жилья, как надежной защиты для женщины и детей;

➤ женщина испытывает недостаток психологических и физических сил и веры в себя для прекращения или изменения отношений и начала новой жизни;

➤ устойчивое влияние культурных стереотипов, призывающих к сохранению семьи любой ценой;

➤ окружающие (партнер, родственники и т.д.) убеждают женщину, что она сама виновата в насилии и может остановить его, подчинившись требованиям партнера.

**Страхи женщин, подвергающихся насилию:** ➤ *Не существует способа защитить себя, даже если обидчик будет задержан правоохранными органами (страх того, что он отомстит ей или членам её семьи).* Она приносит себя в жертву ради спокойной жизни других. В действительности, если женщина будет активно пытаться разрешить ситуацию с привлечением всех возможных средств и организаций, способных оказать помощь, то ситуация будет успешно разрешена, и женщина сможет защитить себя и своих близких.

➤ *Если она донесет на агрессора, то он потеряет работу.* В этом случае женщина должна определиться в том, что для нее важнее: авторитет и наличие работы у обидчика или безопасность собственной жизни и жизни детей.

➤ *Никто не поверит тому, что она подвергается насилию.* Женщине, подвергающейся физическому насилию, желательно собрать доказательства совершенного насилия посредством прохождения судебно-медицинской экспертизы. Существуют организации, занимающиеся проблемой домашнего насилия, где женщине не только поверят, но и окажут необходимую помощь.

➤ *Может потерять своих детей, так как суд передаст опеку над детьми мужу.* Если у женщины возникает подобный страх, то ей следует получить юридическую консультацию.

➤ *Для женщин-представителей малых этнических или религиозных сообществ характерен страх осуждения членами сообщества разрыва семейных отношений.* В такой ситуации женщине необходимо быть очень убедительной и доказать родственникам реальность угрозы для собственной жизни и жизни детей.

➤ *Страх того, что другие люди узнают подробности и суть семейной проблемы при обращении женщины в милицию, суд.* Женщине необходимо осознать обязательность обращения в правоохранные органы и посвящения некоторого количества людей, чья деятельность связана с разрешением именно этой проблемы в свою историю. При этом женщине необходимо помнить, что это лишь временная ситуация, через которую нужно пройти, чтобы достичь благополучия в своей жизни.

➤ *Опасения, что правоохранительные и судебные органы не окажут необходимой помощи.* Женщине нужно быть настойчивой в осуществлении принятого решения и собрать все необходимые доказательства.

➤ *Страх усиления насилия.* Предпринять все возможные меры, чтобы обезопасить себя и своих близких. Женщине необходимо заручиться поддержкой организаций, занимающихся разрешением данной проблемы.

Эмоциональные переживания женщины, пострадавшей от внутрисемейного насилия, сопровождаются сильнейшей душевной болью. Причем поскольку домашнее насилие – процесс, а не отдельное событие, то и душевная боль выливается в особое деструктивное страдание, при котором женщине требуется не просто психологическая поддержка, но и коррекция психоэмоционального состояния (в том числе получение консультации психотерапевта на предмет необходимости медикаментозной помощи).

### **Впоследствии домашнего насилия у женщин наблюдаются признаки, соответствующие посттравматическому стрессовому расстройству:**

➤ *симптомы:* головокружение, дрожь, потливость, понос, частые мочеиспускания, покалывание в области языка, скрипение зубами, срывающийся голос, нечеткость зрения, приливы жара и холода, ощущение слабости, сердцебиение, боль в груди, пульсация в сосудах, частые вздохи, покраснение или бледность кожи и т.д.;

➤ *хроническое чувство вины;*

➤ насильственно вторгающиеся в сознание воспоминание о «непереносимых» событиях;

➤ агрессивность и импульсивное поведение со вспышками насилия, злоупотребление алкоголем и наркотиками, беспорядочность сексуальных связей при замкнутости и подозрительности;

➤ *синдром прогрессирующей астении* (быстрое старение, падение веса, психическая вялость, стремление к покою);

➤ *рентное состояние* (пассивная жизненная позиция с осознанной выгодой от полагающихся льгот, привилегий, стремление к статусу инвалида, хронически больного человека).

Эти состояния обладают определенной динамикой: с возрастом они могут не только не ослабевать, а становиться все более выраженными.

