

## **Насилие в семье. Что делать?**

Насилие в семье – эта тема, про которую написано много, но, несмотря на это, она не теряет своей актуальности. Вокруг неё возникает, к сожалению, много стереотипов. Если произошло насилие, значит, жертва сама виновата в этом или другое мнение, что это способ взаимодействия в семье и нет смысла помогать, люди сами разберутся.

Многие ругают жертву, считая, что она спровоцировала и никто не думает, а какую роль играет в этом агрессор? А он остается в тени проблемы. Все обсуждают жертву, что ей нужно уйти, изменить себя или терпеть все, что происходит. А где в этом агрессор – насильник? Его как будто нет. Никто не думает, а куда он уходит из отношений. Как ни странно, но к новой жертве. И там этот цикл возобновляется, появляется новая жертва насилия. Это похоже на болезнь, которая передается. И так продолжается годами, а если в семье дети, которые видят насилие или сами являются жертвами насилия? Что с ними? Как правило, подобное порождает подобное. И в следующей семье проигрывается та же ситуация.

### ***Последствия семейного насилия:***

– на психологическом уровне: нарушения сна, кошмары, повторяющиеся воспоминания, сложности с концентрацией внимания, повышенная тревога и возбудимость, гиперактивность, нарушения взаимоотношений, ощущение враждебного отношения общества;

– на физиологическом уровне: ощущение нехватки воздуха, дискомфорта в желудке, внутренние спазмы, головные боли, снижение интереса к сексу вплоть до полного равнодушия;

– на уровне поведения: членовредительство, суицидальные попытки или мысли, злоупотребление алкоголем или наркотиками, проблемы с питанием (булимия или анорексия), беспорядочная смена сексуальных партнеров.

### ***Отдельного внимания заслуживает насилие над детьми в семье.***

Всегда считалось, что самое безопасное место для детей — это собственный дом и семья. Однако факты ставят это утверждение под сомнение. Порядка 31% родителей применяют физические наказания или оказывают психологическое давление на детей, дети убегают из дома, спасаясь от жестокого обращения.

Способы оправдания насилия:

— родители утверждают, что «дети сами провоцируют насилие»;

— жестокое обращение оправдывается демографическими характеристиками и социальным статусом семей, т.е. «нестандартная семья»;

— также ищут корни насилия в алкоголизации родителей. Однако многие люди, пройдя лечение от алкоголизма, продолжают быть агрессивными и жестокими по отношению к близким;

— бороться с домашним насилием бесполезно, поскольку оно широко распространено, существовало везде и всегда;

Однако любой вид жестокого обращения с детьми ведет к самым разнообразным последствиям, но их все объединяет одно — ущерб

физическому и психическому здоровью ребенка или опасность для его жизни.

***Что делать, если вы подвергаетесь насилию в семье?***

- Не молчите. Вам стоит решиться попросить помощи.

- Если решитесь уйти, никогда не возвращаться. Насильникам просто необходима их жертва. Более того, многие воспринимают жертву как часть своей собственности. Они готовы делать всё, чтобы вернуть её, даже убеждать, что исправятся. Но, согласно статистике, вернувшиеся подвергаются «наказанию»: многие получают тяжёлые травмы, а некоторые – вообще погибают.

- Проанализируйте, почему так произошло именно с вами, что в вас так привлекло тирана. Разобраться в этом вам поможет психолог или психотерапевт. Потому что проблема часто обретает вид замкнутого круга: уйдя от одного деспота, женщина находит другого.

- Обратитесь в правоохранительные органы, к близким людям, которые способны вам помочь, к психологу или психотерапевту, который может провести качественную реабилитацию.

- Обратитесь к юристу, чтобы отстоять свои права в случае необходимости.

Если вы стали жертвой или свидетелем насилия в семье, не ждите трагедии! Действуйте сейчас — обратитесь за помощью!

**В РЕШЕНИИ проблем НАСИЛИЯ В СЕМЬЕ Вам ПОМОГУТ:**

Правоохранительные органы. Если Вы подвергаетесь семейной жестокости или знаете о фактах насилия, Вы можете обратиться в правоохранительные органы по телефону 102, в учреждение «Территориальный центр социальной защиты населения Буда-Кошелёвского района» по «телефону доверия» 7 73 24 в рабочие дни с 08.00 по 17.00, (обеденный перерыв с 13.00 до 14.00); а также, если в семье воспитываются несовершеннолетние дети, можно обратиться в учреждение образования, находящееся на вашей территории, или сектор по охране прав детства отдела образования, спорта и туризма Буда-Кошелёвского районного исполнительного комитета.