

# ПРИЗНАКИ НАСИЛИЯ В СЕМЬЕ

## ***1. Необоснованная критика***

Агрессор нащупывает самые уязвимые места, чтобы давить именно на них, вызывает у Вас чувство вины и ощущение собственного несовершенства (осуждение, насмехание, подчеркивание недостатков, едкие замечания).

## ***2. Обвинение во всем***

Агрессор вымещает на Вас свою злость и неудовлетворенность, постоянно ругает, называет обидными словами, проклинает.

## ***3. Игнорирование Ваших потребностей, желаний и просьб***

Когда вы говорите «мне не нравится, мне больно, не делай так», он продолжает. Его либо не трогают, либо раздражают Ваши слезы.

## ***4. Наказание за «неповиновение», сопротивление его контролю или «плохое» поведение***

При этом «плохим поведением» может оказаться вообще все, что мужчине не нравится. Женщина постоянно чувствует себя виноватой и без конца извиняется, должна выполнять нереалистичные требования и при этом должна быть благодарной.

## **5. Постоянный контроль**

Агрессор ограничивает социальные контакты: у него надо спрашивать разрешение встретиться с кем-то где-то, иначе «накажет», контролирует Ваши передвижения и траты.

## **6. Он подозрителен, ревнив и груб**

Применяет силу в качестве аргумента – прижимает к стене, может придушить, схватить за запястья, толкнуть, ущипнуть. Также способен крушить мебель, колотить по стенам, швырять вещи.

## **7. Внезапные перепады настроения**

У агрессора повышенная «взрывчатость». Он легко оскорбляется, и поэтому может устроить скандал на ровном месте.

## **8. Уверенность в своей правоте**

Мужчина-тиран демонстрирует свое превосходство, всеми способами старается повысить свою значимость, достоинства и заслуги. Он убежден, что имеет право занимать позицию «над» и из этой позиции учить других жизни, говорить, что в них не так и как им следует измениться.

## **10. Периодически дарит надежду**

Существует так называемый цикл насилия. Вы живете мирно,

спокойно, но все это время у тирана нарастает внутреннее напряжение. Затем происходит акт насилия (или крупный скандал с обвинениями) и наступает разрядка, напряжение сброшено. После этого тиран раскаивается: «Прости меня, если сможешь, я опять тебя обидел!» И наступает стадия медового месяца: мужчина дарит много доброты, заботы и помощи. Вам кажется, что так будет вечно. Но в какой-то момент цикл запускается снова.