**Виды насилия и как выйти из домашнего насилия**

|  |
| --- |
| Виды насилия и как выйти из домашнего насилия  **Какие различают виды насилия в семье?**  - психологическое;  - физическое;  - сексуальное;  - пренебрежение нуждами, чаще всего ребёнка.  **Причины жестокого обращения:**  - культ силового метода воспитания;  - социально-экономические проблемы (бедность или нехватка денег, потеря работы);  - социальная изоляция, которая приводит к возрастанию национального напряжения;  - недовольство собой и жизнью;  - сочетание обстоятельств микросреды: нарушения отношений в семье, переживания возрастных или семейных кризисов;  - несоответствие поведения ребенка ожиданиям родителей.  **Как ведут себя взрослые**  Очень часто взрослые люди, которые подвергались когда-то домашнему насилию в детстве, вырастая, оказываются в той же самой ситуации, но уже в своей семье, отказываются менять жизненную ситуацию или ощущают беспомощность в выходе из замкнутого круга. Это становится бегом по кругу.  **Причинами могут стать:**  - страх ухода из семьи;  - манипуляции со стороны близких;  - смертельная опасность (угрозы со стороны мужа);  - наличие жилищной проблемы (некуда уйти);  - неуверенность в собственных силах для организации самостоятельной жизни;  - незнание своих прав и мер защиты со стороны государства;  - экономическая проблема (нет средств, чтобы снять жилье);  - приверженность социальным установкам (это же мои родители, или – нельзя выносить сор из избы, или – терпи, бьет, значит любит).  **Физическое насилие**  Наиболее уязвимы к данному виду насилия дети в возрасте от 5 до 11 лет.  *Какие проявления являются признаками физического насилия: это избиение, пощечины, прижигание, удушения, утопления, дача алкоголя, наркотиков или других ядовитых и одурманивающих препаратов, лишение еды, лишения одежды, когда выгоняют на мороз, а также другие нарушения режима с принуждением и исполнением приказа.*  **Последствия**:  - страхи, беспокойство, смирение, сосание большого пальца, ЗПР у детей дошкольного возраста;  - у детей младшего школьного возраста – острые состояния страхи, эмоциональная неустойчивость, нарушения познавательной деятельности, девиации  - у подростков наблюдается депрессия, девиантное поведение постравматическое стрессовое расстройство, не успеваемость, нарушение межличностных отношений, низкая самооценка и аутоагрессивное поведение.  Часто физически повреждения в результате насилия зачастую имеют характер членовредительства, гематомы, кровоизлияния сетчатки глаза, повреждения костей мягких тканей, ушибы тела, ожоги, абдоминальные травмы, ведущие к разрыву печени, селезёнки, мочеполовой системы, переломы, смещение костей.  *При всех последствиях физического насилия, молчании одного из родителей, или насилия обоих родителей, ребенок чаще отрицает родительскую недоброжелательность и переносит ее на других людей или на себя самого. Он продолжает фантазировать, что имеет хороших родителей, а его образ Я расщепляется на хороший и плохой компоненты.*  Последствия для взрослого человека: построение аналогичных отношений с собственными детьми, садистские наклонности, тревожные расстройства, злоупотребление ПАВ, депрессия, антисоциальное поведение.  **Пренебрежения нуждами ребёнка**  ***Что это такое?***  Это отсутствие должного обеспечения основных нужд и потребностей ребёнка до 18-летнего возраста в пище, одежде, жиль, в питании, в воспитании, образовании, медицинской помощи, защите, присмотре со стороны родителей.  Чаще всего основными объективными причинами являются бедность, психические болезни, неопытность. Иногда никаких причин к такому поведению нет.  Основные **формы** проявления небрежением ребёнка:  - отказ от ребёнка;  - оставление ребёнка без присмотра;  - недостаток заботы;  - отсутствие подходящей одежды и хорошей гигиены;  - недостаток образования, питания;  - нехватка медицинской помощи;  - отсутствие защиты какие последствия.  **Последствия:**  - у детей *дошкольного* *возраста* маленький вес и низкий рост; задержка речевого развития; плохое внимание; эмоциональная незрелость; неопрятность.  - у детей *младшего* *школьного* *возраста* часто встречаются энурез, энкопрез; трудности в обучении; агрессивность; отсутствие уверенности в себе; гиперактивность; агрессивность; склонность к уединению; деструктивное поведение;  - *подростки*: отставание в весе и росте или ожирение; частые заболевания; неопрятность; задержка полового развития; плохая способность к обучению; ранее вовлечение в употребление алкоголя токсических веществ.  *Последствия пренебрежения сходны с последствиями других видов насилия. Однако дети, подвергавшиеся пренебрежению, более пассивны, отстранены в общении со сверстниками, а дети-жертвы физического и сексуального насилия более агрессивны и активны.*  По сравнению с физическим насилием, пренебрежение оказывает более тяжелое влияние на интеллект и его школьную успеваемость.  Последствия пренебрежения ярко проявляются в годовалом возрасте и усиливаются к старшему дошкольному возрасту.  В 2 года дети могут быть злобны, неуспешны, дошкольники – с трудом контролируют эмоции.  При поступлении в школу – такие дети плохо подготовлены к обучению, пропускают уроки. Они зависимы от учителей и сверстников.  **Эмоциональное или психологическое насилие**  Дети подвергаются манипулированию, насмешкам, издевательству с психологической выгодой для насильника.  В этом смысле насилие тесно связано с нарушением права личности на частную жизнь, честь и репутацию. Это скрытый вид насилия. Даже сам насильник не всегда осознает насильственный характер своих действий. Считает, что делает это во благо ребенка, для его воспитания.  Это очень **распространенный** вид насилия: происходит в семьях со тороны родителей и других родственников, в детских садах, школах, детских домах, интернатах, со стороны воспитателей, учителей.  **Выражается в следующих формах:**  -отвержение;  -изоляция;  -терроризирования;  -игнорирование;  -развращение.  **Проявления:**  - отказ от понимания ценностей ребёнка и законности его потребностей;  - ограждение от нормального социального опыта;  - не дают дружить;  - убеждают в том, что он один в мире;  - лишают стимуляции для развития;  - угрозы;  - запугивание;  - оскорбления;  - встречаются крики, унижение человеческого достоинства;  - родители обманывают ребёнка;  - также одним из распространённых проявлений - это завышенное требование, не соответствующее возрасту;  - принуждение к нахождению в одиночестве;  - отвержение ребёнка;  - негативное оценивание акцентирование недостатков;  - лишение родительской любви, заботы, безопасности и вовлечение в антисоциальных поведение.  **Последствиями становится:**  -у детей дошкольного возраста: страхи, чувство вины, стыда, навязчивые движения (сосание пальцев, вырывание волос и др.), беспокойная привязанность  -у младших школьников - эмоциональная незрелость, неуспешность в учебной деятельности, агрессивность, низкая самооценка, противоречивость поведения  -у подростков - фобии, депрессия; аффективно-тревожное восприятие одиночества; неуспеваемость; дисгармония в отношениях; неконтролируемое аффективное поведение.  Исходом психологического насилия для жертвы является крайне искаженное восприятие себя – жертва уверена, что обладает теми негативными ярлыками, которые навесил на ее агрессор.  Мир для таких детей является опасным, неопределенным. Они хотят тепла, но боятся близких отношений.  **Каковы основные распространённые причины проявления эмоционального насилия:**  - представление родителей о себе как и плохом родителе или страх стать таким;  - особенности личности родителей - наличие созависимости в отношениях, употребление ПАВ;  - психические нарушения, соматические болезни;  - низкий уровень социальных навыков, асоциальное поведение;  - травматичный развод родителей.  **Сексуальное насилие**  Сексуальное насилие, совершенное по отношению к ребенку, по своим последствиям, относится к самым тяжелым психологическим травмам.  Это злоупотребление детьми; вовлечение в действие сексуального характера, получение взрослыми сексуального удовлетворения или материальной выгоды.  **Есть 2 вида сексуального насилия:**  - внутрисемейное или инцест: сексуальные отношения между ребенком и старшим членом семьи, родственником или человеком, замещающим родителя. Самая тяжелая форма. Ее цель – установление власти и контроля над жертвой.  - внесемейное: совершается человеком, который не является родственником ребенка-жертвы  **Признаками могут являться:**  - телесные симптомы;  - изменения в поведении ребёнка;  - изменение в эмоциональном состоянии: появление невротических и психосоматических симптомов;  - изменение личности ребенка: смирение; неспособность защитить себя, снижение самооценки;  **Как проявляется сексуальное насилие:**  - ласки, ощупывание, целование, тайное прикосновение к интимным частям тела ребёнка;  - рассматривание половых органов ребёнка;  - принуждение ребёнка прикасаться к половым органам другого человека;  - эксгибиционизм;  - притеснение ребёнка смущающими взглядами и сексуальными высказываниями;  - порнография;  - мастурбация в присутствии ребёнка;  - инцест;  - изнасилование;  - принудительное проституция.  **Какие последствия для детей**  - дошкольного возраста - это ночные кошмары, страхи, самообвинения, отставание в речевом и интеллектуальном развитии, нарушение привязанности, замкнутость, регрессивное поведение, агрессия, гнев;  - дети младшего школьного возраста - страхи, низкая самооценка, школьная неуспеваемость, нарушение базового доверия, открытость границ; поведенческий диапазон от регрессии до псевдовзрослости; сексуализированное поведение;  - у подростков - фобии, депрессия, птср, побеги из дома, низкая самооценка, суицидальные попытки и мысли; потребление наркотиков и алкоголя; проституция; промискуитет.  *Обратной стороной поведения взрослых, подвергнувшихся насилию в детстве, является использование насильственного поведения как способа мести. Они полагают, что насилие и сексуальные действия между старшими и младшими детьми – это нормально, поэтому они могут проявлять насильственные действия.*  **Как подготовиться к выходу из домашнего насилия?**  **В первую очередь – обеспечить себе и детям физическую безопасность**.  Избегайте ситуации, при которых обычно происходит насилие.  Сделайте комплект ключей, спрячьте, чтобы в экстренной ситуации вы и ваши дети могли быстро выйти из квартиры.  Научите своих детей, что делать в случае опасности: куда бежать, где лежат запасные ключи, кому звонить.  Нужно выучить номера наизусть.  Обязательно прорепетировать с ними их действия, если возможно договоритесь с соседями, чтобы они вызвали полицию, если услышат шум и крики из вашей квартиры.  Купите запасной телефон, по которому вы будете вести переговоры с юристом и близким людьми, которые будут вас сопровождать.  Очищайте историю браузера, смените пароли в соцсетях,  Уничтожьте все записные книги, где возможно записи контактов ваших знакомых.  Если вам удалось уйти от агрессора, измените свой привычный образ поведения: ходить в другие магазины; в другие дни и время, используйте другие пути на работу; в подъезд старайтесь заходить с кем-то из жильцов.  Если дети посещают детский сад или школы, предупредите воспитателей и классного руководителя о том, какие действия им можно и нельзя совершать.  **Во-вторых, юридическая безопасность**  Выберите из своих близких людей тех, кому вы расскажете о фактах домашнего насилия. Это должны быть те люди, к которым вы обратитесь за помощью для выхода из насилия, оказания помощи в первое время. Они же могут стать свидетелем, если вы будете обращаться в суд.  Если возможно, старайтесь фиксировать в дневнике, на диктофоне или камере факт или последствия насилия.  Если есть возможность, обратитесь в травмпункт по факту избиения.  Найдите юриста, который будет вас сопровождать в процессе суда, напишите заявление в полицию.  **В-третьих, экономическая безопасность**  Определите, где вы будете жить, сколько денег в день и неделю вам необходимо для проживания и из каких источников вы их будете получать.  Первый полгода заранее определите круг людей, которые вам помогут выехать из дома и будут вас сопровождать.  Если у вас нет людей, к которым вы можете обратиться за помощью для сопровождения вас в период выхода из насилия и вам нужна психологическая, юридическая, материальная помощь, обратитесь в центр помощи или позвоните на горячую линию в вашем регионе.  Заранее составьте список организации, где вы можете получить необходимую помощь, поддержку, подготовьте экстренную сумку, деньги, документы, вещи первой необходимости для себя. Эту сумку нужно оставить вне дома.  ***ЕСЛИ ВЫ СТОЛКУНУЛИСЬ С НАСИЛИЕМ, ОБРАЩАЙТЕСЬ ПО ТЕЛЕФОНУ***  ***8-800-2000-122*** |