

14 ПРИЗНАКОВ ДОМАШНЕГО ПСИХОЛОГИЧЕСКОГО НАСИЛИЯ НАД ЖЕНЩИНОЙ – КАК НЕ СТАТЬ ЖЕРТВОЙ?

Жизнь с тираном омрачена многими тяжкими последствиями, главное из которых — уничтожение личности жертвы. Деспоты, как маньяки, медленно и верно убивают самооценку человека.

Домашнее насилие бывает:

- **Психологическое** – подавление личности.
- **Сексуальное.** Например, принуждение к близости против воли женщины.
- **Экономическое** – манипуляция деньгами.
- **Физическое насилие.**

Женщина часто *не может признаться себе в том, что она стала жертвой домашнего насилия.* Поэтому, даже на приеме у психолога, врачу приходится объяснять и убеждать пациента в реальности происходящего.

Портрет домашнего деспота — как сорвать с него маску?

Деспот не может и не хочет отпустить свою жертву. *Такие отношения ему жизненно необходимы,* потому что он чувствует себя в этом положении комфортно. Он самореализует себя таким образом. Например, мужчина неудачен в работе, не пользуется авторитетом среди окружающих, и он восполняет этот дефицит за счет своей супруги.

Или же *муж не может отказаться от полного контроля над супругой.* Его мучает ревность. И если он «отпустит вожжи», то будет чувствовать себя ущемленным.

В любом случае, *тиран обладает заниженной самооценкой,* которую восполняет за счет ближнего окружения. При этом он может быть ужасно приятным

человеком для незнакомых и малознакомых людей. Его могут любить родственники, и не понимать, кто под этой маской скрывается. Осложняет ситуацию тот факт, что мужчина *не всегда проявляет свою худшую сторону.* Он одинаково хороший и плохой. Муж проявляет заботу, ласку по отношению к жене, с ним приятно пообщаться на отдельные темы.

Эта двойственность мешает жертве осознать, в каком положении она находится. Такая особенность характерна и для семей алкоголиков, игроков и людей, страдающих прочими зависимостями.



Признаки психологического насилия над женщиной в семье — как распознать насилие и не стать жертвой?

- **Прямая словесная агрессия.** Обидные высказывания в адрес жены. Унижение ее на людях и наедине.
- **Презрение.** Явное неуважение с высказыванием своей точки зрения при любом удобном случае. Супруг не уважает творческую деятельность, работу жены, да и все, что она делает.
- **Насмешки, издевки и оскорбления**
- **Использование высокомерного приказного тона**

- **Постоянная и неиссякаемая критика**
- **Запугивание.** В том числе угрозы похитить детей и не давать с ними видеться
- **Сильная и необоснованная ревность**
- **Игнорирование чувств супруги**
- **Мужчина не считается с мнением жены**
- **Муж подвергает опасности супругу.** Заставляет ее находиться в таких условиях, которые грозят риском здоровью и жизни.
- **Накладывает запреты на обиды**
- **Не разрешает пользоваться телефоном**
- **Обвиняет в собственных неудачах**
- **Тиран полностью контролирует жизнь своей жертвы или стремится к этому.** Только он может принимать решения в жизни их обоих. Так муж может заставлять жену одной обеспечивать всю семью или наоборот не разрешать ей работать. Так же деспот может наложить запрет на выход из дома без его согласия, и взрослая женщина должна буквально спрашивать разрешения на все свои действия. Излечится или спастись от домашнего насилия очень сложно. Во-первых, потому что *в этом виноваты две стороны — как тиран, так и жертва.* Ведь она позволяет вытворять с собой такое. *Сильно усугубляют проблему «помощники» или «спасители»,* которые хотят помочь женщине сбежать из рабства. Но их действия не дают результатов. Потому что жена должна найти в себе силы и дать отпор тирану — только в таком случае он сможет ее отпустить. А спаситель лишает ее этой возможности. Женщина становится все более инфантильной и мягкой. После того, как ее, казалось бы, спасают, она сама возвращается к своему мучителю, потому что в ней не зародилось чувство противостояния, а покорность в глубине души уже воспитана.

Механизм возникновения домашнего насилия

- **Сначала идет психологическая атака.** Постоянной критикой рано или поздно снижается до предельного уровня самооценка. Подраывается вера в себя.
- **Потом закладывается чувство вины.** После того, как жертва стала сомневаться в своих способностях и правильности своих действий, тиран заставляет ее почувствовать себя ничтожеством и безмерно виноватой перед ним женщиной. Ведь он ее учит, мучается с ней.
- **Подмена идеалов и слом личности.** Деспот закладывает новую модель жизни. Он рассказывает, что такое хорошо, и что такое плохо. А жертва, обескураженная критикой и нападками, соглашается, потому что уже и не знает, где истина. При этом мужчина старается вырвать ее из круга людей, способных отрезвить ее разум. Тем самым обеспечивает свою полную непобедимость и сохранение контроля над жертвой. Женщина перестает общаться с родственниками или ограничивает общение с ними и забрасывает подруг. Тиран находит для нее новых друзей. Только с ними ей разрешается общаться.

И вроде бы все правильно и логически обосновано. Но какой-то душевный дискомфорт внутри не дает покоя женщине. Она нутром чувствует, что все это не ее, а справиться самостоятельно она уже не может. Из-за такого контраста между самоощущением и реальностью часто возникают психологические заболевания, что нередко приводит к самоубийству.

Стоит ли жертвовать своей личностью и жизнью даже для горячо любимого человека? Вряд ли!

Домашнее насилие приходит в семейную жизнь незаметно, а остается надолго. **Оно разрушает отношение супругов и травмирует психику детей.** А еще — практически все случаи морального насилия заканчиваются побоями.

Знайте основные признаки начинающегося психологического насилия, чтобы не стать жертвой. А если Вы ей уже стали, то не стесняйтесь и не бойтесь **обратиться за помощью к специалистам.**

Итак, если Вы подвергаетесь насилию, знайте: обращение в полицию и в суд – Ваше законное право.

Статьи, которые чаще всего применяются в случаях насилия в семье:

Статья 111. Умышленное причинение тяжелого вреда здоровью.

Статья 112. Умышленное причинение средней тяжести вреда здоровью.

Статья 115. Умышленное причинение легкого вреда здоровью.

Статья 116. Побои.

Статья 117. Истязание.

Статья 119. Угроза убийством или причинение тяжкого вреда здоровью.

Получить помощь и поддержку Вы также можете в г. Твери

Тверская городская общественная организация
Женский кризисный центр «Гортензия»,
т. (0822) 49-08-27, e-mail: rina@tvcom.ru

Наш адрес:

171720 Тверская область, г. Весьегонск,
ул. К.Маркса, д.99/19 Телефон/факс

8(48264) 2-13-34

Электронная почта

SRCN-ves69@yandex.ru

Наш сайт в интернете

СРЦН-ВЕСЬЕГОНСК. РФ

Государственное
бюджетное учреждение
«Социально-реабилитационный
центр для несовершеннолетних»
Весьегонского района



**Насилие в семье
Как не стать жертвой**

Источник информации - сайт
<http://www.colady.ru>