

Психологическое насилие

Домашнее насилие – это деяния физического, психического, экономического, сексуального характера, цель которых — подавление другого человека, получение контроля над ним.

Во многих семьях между супругами именно такие отношения. В таких семьях отсутствует взаимопонимание, любовь, безопасность, доверие.

Согласно статистике 30-35% женщин в мире подвергаются домашнему насилию со стороны мужей, сожителей, партнеров.

Психологическое насилие редко обсуждается и не вызывает общественного резонанса. Однако психологическое насилие не менее опасное, чем физическое.

Как правило, насильник в обществе показывает себя с лучшей стороны: вежливый, спокойный, заботливый, любящий. Он зависит от чужого мнения. Поэтому жертвы остаются без понимания близких, ведь муж кажется хорошим человеком и, конечно же, “проблема только в ней”. Таким образом женщина теряет контроль над своими ощущениями, зарождается чувство вины, неполноценности.

Цели психологического насилия: вызвать у жертвы душевную боль, чувство вины и ее искупления, стресс, тревогу, страх. Агрессор хочет подчинить жертву, переделать под себя, лишить воли.

Признаки морального насилия

- **Агрессия.** Унижение, оскорбление женщины. Это может происходить как наедине, так и на людях.
- Абсолютная критика. Критиковать всё, что делает женщина. Например, как выглядит, как готовит, секс, общение с другими людьми.
- **Тотальный контроль.** Просматривание телефона, социальных сетей, контроль каждого шага супруги.
- **Перевоспитание.** Мужчина после того, как “получил” женщину, начинает её перевоспитывать “под свой вкус”. В здоровых отношениях люди принимают друг друга такими, какие они есть.
- **Тотальное доминирование.** Муж относится к жене как к прислуге, принимает решение за женщину и других членов семьи. Считает,

что он всегда прав, диктует всем свои правила, главный в доме, его все должны слушаться.

- **Изоляция.** Агрессор будет стараться отрезать женщину от внешнего мира. Запрещать видаться с родными, близкими, друзьями. Возможно, женщине, чтобы пойти куда-нибудь или увидеться с кем-нибудь, придется спрашивать разрешение, принимать условия тирана и поддаваться на шантаж.
- **Угрозы.** Тиран угрожает, манипулирует различными способами, чтобы достичь желаемой цели.
- **Запугивание.** Угрожающие взгляды, погромы, а также другие тактики запугивания для того, чтобы подчинить себе женщину.
- **Ревность.** Мужчина устраивает скандалы и проявляет агрессию из-за необоснованной ревности.
- **Отсутствие поддержки.** Партнер не поддерживает женщину ни в чем, не исполняет собственные обещания. Делает всё, чтобы женщина чувствовала вину.
- **Страх.** Женщина боится партнера, Она осторожна в своих действиях, старается не вызвать гнев, боится встретиться с подругой, боится сделать что-то без одобрения.
- **Мужчина не считается с мнением женщины.** Он принимает важные решения единолично, не слушает советов, не уважает, игнорирует чувства жены.
- **Отсутствие настроения.** Грусть, тоска, упадок сил и энергии – это сигналы о том, что в отношениях тяжелые времена.
- **Согласование всех действий с партнером.** Женщина чувствует себя несамостоятельной. Покупки в магазине, внешний вид, всё согласовывается с ним.

Факторы, провоцирующие человека на насильственные действия

Все факты домашнего насилия по отношению к женщине нельзя объяснить одной конкретной причиной. Насилие провоцируется чередой факторов:

- Насильственные действия в семейном кругу;
- Низкий культурный и образовательный уровень;
- Финансовая нестабильность, проблемы с работой, отсутствие собственного жилья, неспособность обеспечить семью;
- Расстройство личности, психологические проблемы;
- Употребление наркотиков и алкоголя, способствующих снижению контроля над поведением;

- Низкая самооценка, неправильное воспитание;
- Социально-экономическая ситуация в мире, политика;
- Успешность супруги, собственные неудачи тирана;
- Разная заработная плата супругов;
- Беременность жены, эмоциональная напряженность, страх перед отцовством, приближение повышенной ответственности;
- Недостаток внимания со стороны жены, сексуальный голод;
- Супружеская неверность;
- Стереотипное мышление о доминирующем положении мужчины.

Домашнее насилие проходит по кругу:

- Совершение насильственного акта.
- Стадия примирения. Насильник просит прощения у жертвы, обещает впредь это не совершать, объясняет причину произошедшего, находит виновных, показывает своё чувство вины.
- Стадия спокойствия. После насилия агрессор становится спокойным, заботливым, добрым мужем. Он делает всё, чтобы искупить вину, удержать супругу рядом, укрепить отношения. Эта стадия у всех длится по-разному. У кого-то несколько часов, у других несколько лет. В этот период чувство вины проходит, начинается следующий этап.
- Провокация, напряженная обстановка. Насильник создает условия для совершения тирании.
- Осуществление нового акта насильственных действий.

Результаты домашнего насилия

- Летальный исход в виде убийств, самоубийств;
- Насилие при вынашивании ребенка грозит выкидышем, преждевременными родами, недоношенным плодом, мертворождением;
- Депрессия, стресс, бессонница;
- Злоупотребление спиртными напитками и наркотическими веществами, появление никотиновой зависимости;
- Мигрени, боли в спине, нарушения желудочно-кишечного тракта, ухудшение состояния здоровья;
- Негативное психологическое влияние на детей;
- Повышение заболеваемости у детей;
- Жертвы испытывают страдания от изоляции, отсутствия финансовой независимости.

Большинство женщин умалчивают существующую проблему, годами терпят избиения, унижения из-за следующих причин:

- **Стыд.** Считается постыдным, если в семье муж унижает жену. Поэтому они молчат, скрывают насилие над собой.
- Отсутствие поддержки со стороны родителей, знакомых. Внушение чувства вины — «сама виновата», советы подчиниться тирану;
- **Зависимость от общественного мнения.** Культурные ценности призывают сохранить семью в любых ситуациях.
- **Страх.** Жертва боится насильника, ведь он использует тактики запугивания и угроз. Страх навредить репутации насильника на работе, среди знакомых;
- **Неуверенность в себе.** Женщины, которые на протяжении долгих лет подвергаются издевательствам, теряют контроль над своей жизнью, чувствами, телом, сознанием, изоляцией. Пропадает самоуверенность, самостоятельность, доверие к людям.
- **Привычка.** Женщина привыкает жить в постоянном стрессе. Верит, что всё изменится, муж исправится. Насильник не исправится, он питается страхом и эмоциями своей жертвы.
- **«Стокгольмский синдром»** получил широкое распространение в семьях. Жертва уважает, любит, своего насильника, веря в их ответные чувства. Страх, боль, обида не остается в памяти.