

НАСИЛЬСТВО:

короткий інструктаж
для консультантів та консультанток

Видання підготовлено в рамках програми «Інвестиції заради впливу на епідемії туберкульозу і ВІЛ-інфекції», за підтримки Глобального фонду для боротьби зі СНІДом, туберкульозом та малярією.

Текст: **Юлія Царевська**, ВБО «КОНВІКУС УКРАЇНА»

Експертна оцінка: **Тамара Марценюк**, Національний університет
«Києво-Могилянська академія»

Марина Варбан, Альянс громадського здоров'я

Особлива подяка учасникам фокус-груп у Харкові, Полтаві та Костянтинівці за висловлені коментарі, доповнення і пропозиції.

Ідея: **Олена Герман**

Редактор: **Мирослава Андрущенко**

Літературне редагування і коректура: **Валентина Божок**

Дизайн та верстка: **Олексій Мартинов**

© МБФ «Альянс громадського здоров'я», 2017



Альянс
громадського здоров'я

Зміст

Вступ.....	4
Ідентифікація насильства	6
Типологія насильства	9
Хто такі – постраждалий/постраждала від насильства та кривдник/кривдниця?	12
Циклічність насильства.....	14
Що робити, якщо насильство вже сталося?.....	17
Виявлення насильства	18
Куди звертатися у випадку насильства	23
Звернення до правоохоронних органів	23
Безкоштовні консультації.....	25
Алгоритм дії у випадку нанесення тілесних ушкоджень	25
Алгоритм дії у випадку зґвалтування чи спроби зґвалтування.....	26
Допомога постраждалим	28
Список рекомендованої літератури	35

Вступ

Насильство – тема резонансна, яка сьогодні жваво обговорюється в суспільстві та засобах масової інформації. Відповідно приймаються законодавчі акти, і Україна як цивілізована держава долучається до міжнародних конвенцій. Нерідко можна почути гасла: «Насильству немає виправдання», «Насильство – це сміття, яке потрібно виносити з дому», «Не терпи!» Дехто долучався у соціальних мережах до флеш-мобів, де чоловіки та жінки розповідали про випадки насильства, з якими їм довелося зіткнутися упродовж життя. Тема неприємна і все ще оповита стереотипами, упередженнями, почуттям провини, соромом, нерозумінням, як профілювати це явище та що робити, якщо насильство вже сталося.

За статистикою, яку наводять правозахисники, кожна друга людина в нашій країні зазнавала насильства. Щороку фіксується все більше звернень до правоохоронців з цього приводу. Так, Міністерство соціальної політики зазначає, що кількість звернень лише щодо насильства у сім'ї, наприклад, за останні п'ять років зросла на 34 % (зі 110 до 165 тис.). Це лише вершина айсберга, адже часто потерпілі так і не звертаються за допомогою. Правозахисники припускають, що фактична кількість випадків насильства в Україні занижена як мінімум у десять разів. Крім домашнього насильства, укоріненого в нашій країні, існує ще безліч його видів, які буде розглянуто нижче.

Цей інформаційний матеріал – для соціальних та аутич-працівників, психологів профілактичних програм. Він має допомагати їм розпізнавати насильство, попереджувати його та долати наслідки насильницьких дій щодо клієнтів/клієнток. Групи, охоплені інтервенціями профілактичних програм, а також інші соціально незахищені верстви населення часто потерпають від насильства, не завжди здатні ідентифікувати його і фактично ніколи не звертаються за допомогою до соціальних працівни-

ків, психологів, медиків, правоохоронних органів, аби припинити його. Для деяких груп, таких як особи, що займаються секс-бізнесом та трансгендери, насильство може сприйматися як спосіб життя.

Наші клієнти та клієнтки часто через свій спосіб життя, залежність, захворювання, деструктивну поведінку, роботу, сексуальну орієнтацію, самоідентифікацію є найвищою групою ризику щодо насильства. В той же час дискримінація, стигма, самостигматизація, відсутність стимулу до зміни життєвої ситуації та нерозуміння, де можна отримати кваліфіковану допомогу, часто роблять процес насильства хронічним. Завдання соціальних працівників та консультантів – надати таку допомогу та підтримку.





Ідентифікація насильства

Насильством є будь-які умисні дії фізичного, сексуального, психологічного чи економічного спрямування однієї людини щодо іншої, якщо вони порушують конституційні права і свободи громадянина і завдають йому моральної шкоди, шкоди його фізичному чи психічному здоров'ю. Часто насильство має гендерну складову. Гендерне насильство як щодо чоловіків, так і щодо жінок чи трансгендерів виникає як наслідок нерівних владних стосунків між ними. Воно призводить до фізичної, сексуальної та психологічної шкоди включно із залякуванням, стражданнями, примусом та/або позбавленням свободи в сім'ї чи суспільстві загалом. Гендерне, чи гендерно-орієнтоване, насильство спрямоване на людину, оскільки вона належить до певної статі (жертвами такого насильства є переважно жінки). Варто наголосити, що у нашій країні воно набуло загрозливих масштабів. Гендерне насильство є грубим порушенням прав людини. На протидію йому спрямовано багато міжнародних документів, зокрема конвенція ООН про ліквідацію всіх форм дискримінації щодо жінок, Декларація ООН про викорінення насильства проти жінок. У багатьох випадках гендерне насильство є порушенням українського законодавства і може кваліфікуватися як адміністративне правопорушення або кримінальний злочин. Гендерна нерівність, гендерні стереотипи, а також такі особисті психологічні особливості, як агресивність, прагнення домінування, є основами гендерного насильства. На протидію йому спрямована Конституція України, закони України «Про попередження насильства в сім'ї», «Про забезпечення рівних прав та можливостей жінок і чоловіків», окремі статті Кримінального кодексу та Кодексу про адміністративні правопорушення. 1993 року було ухвалено Декларацію ООН про викорінення насилля щодо жінок. У статті 1 подано відповідне визначення: «Будь-який акт насильства, скоєний на підставі статевої ознаки, який спричиняє або може спричинити фізичний, статевий чи психо-

логічний збиток або страждання жінкам, а також загрози скоєння таких актів, примусове чи довільне позбавлення свободи або особистого життя».

Важлива ознака **наси́льства щодо жінок або гендерного насильства** – це радше так зване «невуличне» насильство, тобто знання жертвою нападника. Зґвалтування досить часто скоює не невідомий постраждалій чоловік, а її знайомий. Відтак проблема в тому, що це саме той вид насильства, якого остерігаються найменше, адже ми звикли вважати, що «наш дім – це наша фортеця», тобто у приватній сфері, в сім'ї звикли почуватися захищеними.

Соціальним працівникам та працівницям дуже важливо розуміти та вміти відокремлювати ознаки скоєного по відношенню до клієнтів насильства, щоб мати можливість їм допомогти. Для цього фахівцям потрібно усвідомлювати власні гендерні стереотипи, коригувати власну поведінку, критично ставитися до поширених в соціумі поглядів щодо традиційних моделей поведінки і ролей чоловіків та жінок.

Насильство можна також визначити як дію або бездіяльність однієї людини стосовно іншої, що завдає шкоди здоров'ю як фізичному, так і психічному, принижує почуття честі та гідності.

В Україні заборона всіх форм насильства проголошується Конституцією України, Кримінальним кодексом України, Законом України «Про попередження насильства в сім'ї», Законом України «Про охорону дитинства», постановами Кабінету міністрів України та багатьма іншими нормативно-правовими актами. Насильницькі дії порушують гарантовані Конституцією України права, зокрема статтями:

§ ст. 27 – про невід'ємне право на життя, право на захист свого життя і здоров'я, життя і здоров'я інших людей від протиправних посягань;

 **ст. 28**, у якій зазначено, що ніхто не може бути підданий катуванню, жорстокому, нелюдському або такому, що принижує гідність, поводженню чи покаранню, у тому числі бути підданим медичним, науковим чи іншим дослідом без згоди;

 **ст. 32** – ніхто не може зазнавати втручання в його особисте і сімейне життя, крім випадків, передбачених Конституцією України;

 **ст. 41** – про право володіти, користуватися і розпоряджатися своєю власністю, результатами своєї інтелектуальної, творчої діяльності;

 **ст. 51** – кожне подружжя має рівні права та обов'язки у шлюбі та сім'ї, а також зазначено, що сім'я, дитинство, материнство і батьківство охороняються державою;

 **ст. 55** – про права і свободи людини і громадянина, які захищаються судом;

 **ст. 57** – про право знати свої права і обов'язки.



Типологія насильства

Фізичне насильство – навмисне нанесення побоїв, тілесних ушкоджень, яке може призвести чи призвело до порушення нормального стану фізичного чи психічного здоров'я або навіть смерті постраждалого, а також приниження його честі та гідності.

Сексуальне насильство – примушування до небажаних статевих стосунків, не обов'язково лише статевого акту, а також сексуальні дії щодо неповнолітнього.

Психологічне насильство – насильство, пов'язане з тиском однієї людини на психіку іншої через навмисні словесні образи або погрози, переслідування, залякування, які доводять постраждалого до стану емоційної невпевненості, втрати здатності захистити себе і можуть заподіяти або заподіяли шкоду психічному здоров'ю.

Економічне насильство – навмисні дії, спрямовані на те, щоб позбавити постраждалого житла, їжі, одягу та іншого майна чи коштів, на які він має законне право. Такі дії можуть заподіяти шкоду фізичному чи психічному здоров'ю або навіть призвести до смерті постраждалого.

Щодо того, де відбувається насильство, окремо варто розглядати **насильство в сім'ї**, що є частим явищем у сім'ях клієнтів програм зменшення шкоди. Воно має певні особливості: часто це не одноразова дія, а процес, що тримається на продовженні стосунків потерпілої особи та кривдника. Таке насильство завжди відбувається протягом тривалого часу і має тенденцію до зростання. Найчастіше його факт замовчується й приховується від оточення обома сторонами. З погляду винуватця, воно є ефективним, швидким і найменш витратним засобом досягнення певної мети. Якщо насильника не навчити іншого ефективного

способу спілкування з близькими людьми, то він і надалі чинитиме над ними насильство.

Інколи **насильство** відбувається **на робочому місці чи за місцем навчання**.

У Законі України «Про забезпечення рівних прав та можливостей жінок і чоловіків» (2005), в статті 1 подано визначення сексуальних домагань: «...дії сексуального характеру, виражені словесно (погрози, залякування, непристойні зауваження) або фізично (доторкання, поплескування), що принижують чи ображають осіб, які перебувають у відносинах трудового, службового, матеріального чи іншого підпорядкування». Специфіка сексуальних домагань полягає в тому, що вони відбуваються не у приватній сфері (вдома), а в публічній, тобто в робочому середовищі чи, наприклад, у громадському транспорті. Для прикладу: якщо керівник може дозволити собі погладити підлеглу, оцінити зовнішній вигляд словом «сексуальна», чоловік у метро може покласти руку на сідницю пасажирці або потертись об неї, а директорка школи полюбляє молодих викладачів, аби потім змушувати їх до інтимних стосунків, – мова йде про сексуальні домагання.

До проявів різних видів насильства можемо віднести:

Фізичне насильство	Психологічне насильство
• побої • штовхання • ляпаси • опіки • кусання • переломи • примус до алкоголю, вживання психоактивних речовин або будь-чого, що зашкодить здоров'ю	• образи • крик • приниження • плітки, критика без підстав та у неприйнятній формі • заборона носити певний одяг, фарбуватися • заборона бачитись, спілкуватися з друзями, близькими • присоромлення, культивування комплексу меншовартості

• зв'язування • насильницьке утримання в приміщенні	• спонукання до провини, невинності, страху • шантаж • переслідування • ізоляція • погрози
Сексуальне насильство	Економічне насильство
• зґвалтування • дотики до інтимних місць без дозволу • підглядання • мастурбація у присутності сторонніх, експібіціонізм • примус до споглядання сексуальних контактів • примус до небажаних форм сексу • примус до статевого контакту • залучення до порноіндустрії чи секс-роботи без згоди • використання нетверезого стану для примусу до сексу • сексуальна експлуатація	• відбирання грошей, житла, їжі, одягу, майна, які належать людині • розпоряджання коштами без згоди • економічний контроль • заборона навчатись • заборона працювати • крадіжки • економічне рабство
Гендерне насильство	
• зґвалтування (зокрема, в молодіжних компаніях, на побаченнях) • сексуальні домагання на роботі, у навчальному закладі або громадському транспорті • спонукання до абортів • примус до народження дитини, крайні ревності, заборона спілкування з іншими чоловіками • заборона працювати • торгівля жінками	



Хто такі – постраждалий/постраждала від насильства та кривдник/кривдниця?

Щоб краще зрозуміти природу насильства, варто розглянути, хто такі постраждалий/постраждала та кривдник/кривдниця.

Не існує єдиної формули, яка б розраховувала портрет людини, яка вчиняє чи страждає від насильства, адже постраждалою від насильства на вулиці, наприклад, може стати будь-яка людина, що опинилася не в тому місці і не в той час. Але є певні тенденції, особливо якщо ми говоримо про насильство, яке відбувається циклічно та має хронічний характер. Існує припущення, що в кожній жертві живе насильник, а кожен насильник має характеристики жертви.

Насильником (кривдником) зачасто стає людина, яка сама переживала насильство, має «уражену» самооцінку, прагнення контролю, домінування (ставить свої цінності, упередження вище за інші та нав'язує їх), не в змозі висловити свої потреби та зрозуміти потреби іншого. Часто насильник сприймає свої дії як єдину комунікацію – лише так його чують, поважають, бояться. Якщо насильник є соціопатом (людина з клінічною нездатністю до соціальної адаптації), його характеризує також невміння співпереживати, садизм.

Щодо **постраждалого/постраждалої**: це часто людина, яка сприймає акт насильницьких дій як спосіб отримання любові через страждання. Постраждалі мають проблеми із виставленням меж, кордонів, не вміють їх відстояти, в їхній простір можна втрутитися безкарно. Їхніми характерними рисами є сором, проблеми з відчуттям самоцінності. Жертва циклічного насильства може користуватися вигодами від насильства, наприклад: можливість в період затишшя скористатися почуттям провини, яку відчуває насильник, або отримувати прояви жалості від оточуючих

(співчуття). Психологи також присвоюють постраждалим такий феномен, як «вивчена безпорадність», – явище, яке формується через те, що від насильства не захищали, його неможливо було уникнути, йому потакали, а тому, захист від нього втратив сенс. Тобто людина починає користуватися своїм становищем жертви для отримання певних вигод.

Для прикладу: соціальний працівник може зіткнутися у роботі з такими клієнтами, що знаходяться у стосунках «кривдник (-ця) – постраждала (-лий)»: – вони завжди ходять удвох, в таких парах часто один домінує і отримує послуги, все спілкування відбувається через такого домінанта. Підконтрольна людина, як правило, мовчить, не відповідає на запитання без згоди партнера, консультанту важко залишатися з нею наодинці. В середовищі секс-працівників домінантом переважно є сутенер, адміністратор, «старша» секс-працівниця, які можуть обмежувати волю інших, контролювати всі дії підлеглих, не дозволяти спілкуватися із соціальними працівниками взагалі або лише за їхньої присутності.





Циклічність насильства

Практично всі дослідники, які працюють з проблемою хронічного насильства, відзначають, що існує певний цикл насильства. Вперше дана теорія з'явилася у книзі «Бити жінку» американської дослідниці і фахівця з проблеми сімейного насильства Ліноур Уокер, яка в ході практичної роботи з постраждалими виявила циклічність інцидентів насильства.

Запропонована схема не є аксіомою для оцінки всіх випадків насильства, але вона цілком може застосовуватися в роботі соціальних працівників. Розглянемо її на прикладі сімейної пари, адже наші клієнти/клієнтки часто озвучують, що місцем, де відбувається акт насильства, є їхня сім'я. Але слід пам'ятати, що такі ознаки характерні для всіх видів насильства.

Етап перший: напруження. Перша фаза характеризується окремими спалахами образ, які можуть бути вербальними і/або емоційними.

Жертва зазвичай може реагувати спокійно, намагаючись розрядити обстановку, або спробувати захистити своє становище чи стосунки за допомогою відповідної реакції. Водночас обидва партнери намагаються виправдати поведінку кривдника(ці), шукаючи пояснення його чи її зривів у стресах через залежність, спосіб життя, роботу, гроші, втому, напружені стосунки тощо.

Тривалість фази зростання напруження широко варіює для різних стосунків. Для одних проміжком між фактичними випадками насильства можуть бути дні й тижні, а для інших – роки. Однак зі зростанням напруження опір того, на кого спрямовані ці спалахи, до стабілізації ситуації може ставати все менш ефективним. Саме на цій стадії клієнти найчастіше намагаються знайти підтримку

і допомогу – спочатку серед своїх близьких, а потім фахівців. На цій стадії зазвичай звертаються за допомогою в кризові центри.

Етап другий: інцидент гострого насильства. Ця фаза відрізняється найбільш інтенсивною розрядкою, основними руйнуваннями і крайніми емоційними виплесками у самій негативній формі, а також усвідомленням того, що ці ситуації не можуть бути спрогнозовані чи контрольовані. Напади гніву такі сильні й деструктивні, що кривдник(-ця) вже не може заперечувати їхнього існування, а об'єкт насильства не може не визнавати, що вони чинять на нього сильний вплив.

Це найкоротша фаза, яка може тривати від двох до двадцяти чотирьох годин. Після цього зазвичай настає певне протверезіння з боку кривдника(-ці) і заперечення ним(нею). В цей час може бути звернення в поліцію, кризові центри, а також до травмпункту за медичною допомогою.

Етап третій: «медовий місяць». Під час цієї фази кривдник(-ця) може змінитися і демонструвати любов, незвичайну доброту й каяття. Якщо це чоловік, він виглядатиме чудовим батьком, пропонуватиме будь-яку допомогу і обіцятиме ніколи більше не вдаватися до насильства, або, навпаки, звинуватить жінку в тому, що це вона спровокувала насильство, «довела його до зриву». Якщо це жінка, вона може, наприклад, стати лагідною, люблячою, йти на поступки. У цей період жертва відчуває себе дуже щасливою: вона любить цю людину, вірить у те, що все може змінитися. Цілком ймовірно, що в цей самий час кривдник(-ця) може продовжувати застосовувати інші форми насильства, такі як економічний контроль, емоційні образи, щоб підтримувати своє почуття контролю навіть під час цієї фази.

Для прикладу: *співмешканці, які вживають наркотики, перебувають у стосунках. Чоловік контролює партнерку, не дозво-*

ляє їй виходити з дому, спілкуватись з друзями, користуватися профілактичними послугами; вони вживають наркотики лише разом і вдома, вона завжди після нього, ін'єкцію дозволяється робити лише йому; презервативами не користуються, він мотивує це тим, що вона має йому довіряти у всьому і навіть якщо вони інфікуються – це їхнє спільне. Коли ж вона починає користуватися соціальними мережами чи виходити поговорити з подругами, залишається у них, він звиріє, ображає її, шукає у знайомих, приводить додому (**перша фаза насильства, напруження зростає**). Якщо вона, будучи вдома сама, телефонує подругам і обговорює його поведінку, запитує, що робити, він її б'є, не дає вжити наркотик, аби їй було погано, насолоджується її станом та безпорадністю, в безпорадному стані може згвалтувати (**друга фаза – розрядка**). На ранок він приходить до тяти, говорить про те, що вона його змусила, що вона просто робила по-дурному, він відчував себе непотрібним, думав, що вона хоче піти. Він приносить наркотик, знімає її абстиненцію. Можливо, навіть лікує її синці, приносить їжу, квіти, солодощі, аби якимось загладити провину (**третья фаза – «медовий місяць»**).

Варто пам'ятати і говорити з клієнтами про те, що якщо одного разу сталося насильство, швидше за все воно триватиме з поступовим посиленням – напруження знову зростатиме і дедалі частіші зриви свідчитимуть про настання вже добре знайомої першої фази насильства. Все повторюватиметься, адже **насильство має циклічний характер**.



Що робити, якщо насильство вже сталося?

Ознаки насильства

Аби краще розібратись із тим, чи справді ті чи інші дії є насильницькими, варто знати такі ознаки-ідентифікатори насильства:



Дії унеможливляють ефективний самозахист.

Найчастіше люди, які вчиняють насильство, мають певні переваги – це може бути вік, фізична сила, економічно вигідніше положення. До прикладу: вчитель знущається над школяром, змушуючи його робити ганебні вчинки перед всім класом, маючи перевагу у віці, посаді, статусі.



Дії порушують права і свободи особи. Кривдник завжди намагається контролювати свою жертву, тим самим обмежуючи права та свободи. Наприклад, якщо жінка не хоче, не може саме зараз мати інтимні стосунки зі своїм партнером, а він наполягає, ображає, погрожує і врешті-решт отри-мує бажане – це насильницька дія.



Це завжди умисні й спрямовані на досягнення певної цілі дії. Наприклад, ситуація, коли водій збив людину, яка перебігала дорогу в не встановленому місці, не може вважатись насильницькою дією, адже умисності в цьому вчинку немає, водій не хотів зашкодити. Але ситуація, в якій водій спеціально не загальмував на пішохідному переході та вчинив наїзд – насильство. Іноді людина, яка вчиняє насильницькі дії, може виправдовувати їх своїми вигодами чи вигодами для іншого, або й взагалі не усвідомлювати того, що вона коїть насильство. Наприклад, якщо співзалежний родич зачинає людину, яка вживає наркотики, вдома чи відвозить до реабілітаційного центру закритого типу без згоди останнього, – це є насильством.



Насильницькі дії спричиняють шкоду (фізичну, морально-психологічну, матеріальну) іншій особі. Наслідком від насильницької дії завжди є шкода – це можуть бути і матеріальна втрата (вкрадені гроші, відібрана частина спільно заробленого), і ушкодження (синці, переломи), і погіршення емоційного стану (сором, страх, пригнічення). До прикладу: шкодою від шантажу може стати депресія, спроба самогубства.

Виявлення насильства

Людину, яка тривалий час потерпає від насильства, можна виявити за низкою ознак фізичного, економічного, сексуального та психологічного характеру, зокрема:

Ознаки	Прояви
Фізичні	• Погіршення фізичного й психічного здоров'я, емоційні та неврологічні розлади. • Синці, забиті місця, відсутність зубів, ушкодження кісток та м'яких тканин, наявність частково залікованих попередніх травм, сліди укусів, опіки незвичайної форми та в різних частинах тіла. • Втрата ваги, зневоднення. • Заплакане обличчя, набряклі очі.
Економічні	• Неможливість розпоряджатися сімейним бюджетом та власними коштами. • Відмова від роботи або навчання під тиском. • Робота на посаді/робочому місці, обраному під тиском. • Робота, зумовлена необхідністю утримувати того, хто водночас контролює (відбирає) всі гроші.

	• Одяг, взуття, що не відповідають сезону та погоді; старе вбрання; наочні ознаки існування в бідності (незважаючи на реальні прибутки). • Недоїдання.
Сексуальні	• Інфекції, що передаються статевим шляхом. • Травми та ушкодження статевих органів. • Небажані вагітності, аборти. • Примусове залучення до комерційного сексу.
Психологічні	• Страхи, тривожність. • Нерішучість, безініціативність та відчуття безпорадності. • Нав'язливі рухи та думки, схильність до одноманітних рухів та дій. • Надмірне збудження, безсоння або підвищена сонливість та уповільнення рухів. • Уникання погляду, припинення у поводженні, похапливість.

Особливу увагу варто звернути на наявність таких особливостей психологічного стану та поведінки, як:

- *Депресія.*
- *Суїцидальні наміри, погрози позбавити себе життя.*
- *Почуття провини за конфлікти, отримані ушкодження.*
- *Наявність скарг психосоматичного характеру.*
- *Звуження свідомості, нездатність адекватно оцінювати ситуацію, власне майбутнє, свої вчинки та вчинки інших людей, поєднання підозрілості з безмежною довірливістю.*
- *Втрата соціальних контактів з родичами, друзями, гостре відчуття/прагнення самотності та ізольованості.*
- *Відкладання часу звернення за допомогою або відмова від неї чи будь-якого зовнішнього втручання, спрямованого на вияснення та зміну ситуації.*
- *Зневіра в можливості змін у власному житті на краще.*

Аби ідентифікувати насильство, фахівці можуть також ставити клієнтам/кам такі запитання:

- *Чи спеціально, умисно людина вчиняє проти тебе таку дію? Чому ти так вважаєш? До прикладу: якщо партнер умисно, поки ти не бачиш, знімає презерватив і продовжує статевий акт без нього, чи умисно створює він для тебе ризики?*
- *Чи завдає тобі шкоди те, що відбувається? Яку саме? Що ти відчуваєш, коли це відбувається? До прикладу: якщо твій друг, з яким ви вживаєте наркотики, дає тобі вже використаний «брудний» шприц для ін'єкції, чи може це завдати тобі шкоди?*
- *Які права ти маєш? Чи обмежує дія, спрямована проти тебе, якесь із твоїх прав? Наприклад: якщо твоя партнерка не дозволяє тобі спілкуватися з іншими жінками, бо ревнує, погрожує, що піде від тебе, чи обмежує це якесь твоє право?*
- *Чи має твій кривдник перевагу відносно тебе? Чи можеш ти в такі моменти захистити себе? Чому? В ситуації, коли ти випив зайвого і знаходишся в компанії, а тебе починають зачіпати й натякати на інтимні стосунки, жартувати та примушувати до чогось, чи ти на рівних з кривдниками, чи можеш захиститися в такому стані?*
- *Чи бездіє людина, яка знаходиться поруч з тобою, коли тобі важко, коли ти потребуєш допомоги, просиш про неї? Якщо ти просиш про допомогу, коли тебе б'ють на вулиці, відбирають гроші, а люди просто проходять мимо – чи бездіють вони, якщо не викликають поліцію і не заступаються за тебе?*

Варто пам'ятати! Часто постраждали є матеріально, юридично, психологічно, побутово залежними від кривдників, виправдовують їх, звикли знаходитись у позиції жертви (особливо це стосується домашнього насильства). Але повторюючи нашим клієнтам вищезгадані ознаки насильницьких дій, ставлячи не нав'язливі, а конкретні запитання, підкріплені прикладами із життя, ми можемо сподіватися, що не одразу, але людина таки зрозуміє, що відбувається в її житті, й звернеться по допомогу.

Якщо фахівець має підозру щодо вчинення насильства відносно клієнта(-ки) важливо:

- **Говорити спокійно. Намагатися викликати довіру в клієнта(-ки). Дайте можливість йому/їй висловитись, висловитися.**
- **Використовувати як непрямі, так і прямі запитання про насильство.**

Приклади непрямих запитань:

Я намагаюсь зрозуміти, що є причиною твого поганого самопочуття/складної ситуації/труднощів.

Можливо, тобі доводилося переживати погане ставлення/погрози?

Приклади прямих запитань:

Чи завдає хтось тобі психологічних або фізичних страждань, погрожує?

Чи знаходишся ти/чи знаходився(-лась) раніше в обставинах, за яких з тобою погано поводитися/поводяться? Як це проявляється/проявлялося?

Чи погрожував хтось твоїм дітям і бив їх коли-небудь?

Чи примушували тебе до статевих стосунків, якщо тобі цього не хотілося? Чи примушували тебе до таких форм статевих стосунків, які тобі неприємні?

Чи відчуваєш ти коли-небудь страх перед партнером, другом, роботодавцем?

Ти говорила, що партнер зловживає алкоголем/наркотиками. Як він поводить, коли вип'є чи коли перебуває під дією наркотиків? Він поводить агресивно – погрожує, ображає, принижує, застосовує фізичну силу?

- Запитувати про насильство без оцінок та суджень, таких як: «Як можна таке терпіти?», «Ти сама(сам) винен, винна...», «Як ти могла(міг) допустити таке?»
- Підтримувати клієнта(-ку). Дати зрозуміти, що він(вона) не одна, що є організації, фахівці, які допоможуть. Необхідно мати перелік таких фахівців, організацій з контактною інформацією.





Куди звертатися у випадку насильства

Фахівцям важливо знати та надавати за необхідності клієнтам(-кам) інформацію, куди і яким саме чином звертатися по допомогу у випадку проявів насильства.

Куди звертатися:

- До поліції за номером 102.
- До відділу ювенальної превенції.
- До центру соціальних служб для сім'ї, дітей та молоді.
- До управління сім'ї та молоді районної, міської чи обласної держадміністрації.
- До громадських організацій, які надають допомогу постраждалим від насильства.
- На телефони «гарячих ліній».
- До психолога чи психотерапевта, якщо має місце психологічне насильство.
- До близької людини.

Звернення до правоохоронних органів

Слід пам'ятати, що звернення до правоохоронних органів необхідно подавати у письмовій формі на ім'я керівника органу влади із зазначенням своїх повних реквізитів (П.І.Б., місце проживання, контактні телефони). У ньому коротко та чітко вказуються всі обставини справи та висловлюється конкретна вимога стосовно наслідків заяви, наприклад: «Прошу притягнути винних осіб до відповідальності». Подавайте факти, які можуть бути підтверджені документально чи іншими об'єктивними доказами. Радимо звернення подавати особисто до чергової частини або надсилати рекомендованим листом, якщо воно не термінове.

Поліція розглядає повідомлення про вчинення насильства в сім'ї або реальну загрозу його вчинення. Вони повинні виїхати (вийти) на місце конфлікту в кількості не менше двох працівників. Вони зобов'язані прийняти заяву, роз'яснити ваші права, задокументувати факт правопорушення, зібрати характеризуючий матеріал на кривдника(-цю) (спосіб життя, характер, поведінка в побуті, вживання психоактивних речовин, схильність до насильницьких дій тощо), поставити його чи її на профілактичний облік, винести кривднику(-ці) офіційне письмове попередження про неприпустимість вчинення насильства, скласти адміністративний протокол, заповнити спеціальну картку обліку факту скоєння насильства та у триденний термін направити її до управління (відділу) у справах дітей місцевої держадміністрації. Якщо кривдник уже перебуває на обліку за вчинення насильства в сім'ї, йому виноситься захисний припис, який погоджується з начальником відповідного органу Національної поліції і прокурором району. Поліція зобов'язана здійснювати контроль за місцем проживання кривдника.

Спричинення будь-якого виду тілесних ушкоджень, а також вчинення будь-яких інших дій проти життя та здоров'я, волі, честі чи гідності особи, а також проти статевої недоторканості, є злочином.

За ці та інші правопорушення передбачена кримінальна відповідальність. Перебування з кривдником в будь-яких відносинах не виключає необхідності притягнення його до кримінальної відповідальності. Саме тому, якщо людина стала жертвою злочину, необхідно звертатися до поліції із заявою про злочин та наполягати на відкритті кримінального провадження, внесенні відомостей до Єдиного реєстру досудових розслідувань, негайному призначенні судово-медичної експертизи тощо.

Безкоштовні консультації

- Національна «гаряча лінія» з попередження домашнього насильства, торгівлі людьми та ґендерної дискримінації: 0 800 500 335 або 386 (короткий номер з мобільного).
- Національна дитяча «гаряча лінія»: 0 800 500 225 або 772 (для дзвінків з мобільного).

Алгоритм дії у випадку отримання тілесних ушкоджень

У випадку насильства, внаслідок якого сталося побиття і людина отримала тілесні ушкодження, необхідно:

- **Викликати поліцію – 102.**
- Правоохоронці повинні винести постанову про освідчення або призначення експертизи (с. 241 Кримінально-процесуального кодексу України).
- За результатами експертизи видається експертний висновок (надсилається органу, який видав направлення на її проведення). За наявності направлення на проведення експертизи від національної поліції експертиза проводиться безкоштовно.
- Якщо у висновку судово-медичної експертизи встановлено, що внаслідок насильства особа отримала тілесні ушкодження (середньої тяжкості, тяжкі), органом внутрішніх справ порушується кримінальна справа.
- Якщо людина звернулася за медичною допомогою, вона повинна обов'язково розповісти лікарю про те, як була отримана травма. Лікар зафіксує це в медичній картці, що надалі стане доказом в суді про характер отриманих ушкоджень.

Алгоритм дії у випадку зґвалтування чи спроби зґвалтування

- Якщо здійснено напад, слід переконатися, що ґвалтівник не озброєний. Інакше будь-який опір може виявитися марним і небезпечним.
- За можливості, варто використовувати будь-які прийоми самозахисту (пальцями в око, коліном у пах), але обов'язково зважити ризик зворотної дії (балончик, ключі, зброя).
- Кричати, прохаючи про допомогу, якомога голосніше: «Пожежа!», на це в нашому суспільстві реагують краще.
- Якщо крик не допомагає або ніхто не приходить на допомогу, нікого немає поруч, зберігати спокій і не показувати, наскільки страшно і неприємно, аби ще більше не озлобити ґвалтівника.

Якщо насильство сталося:

- **Викликати поліцію – 102.**
- Спробувати запам'ятати зовнішність ґвалтівника, його одяг, особливі прикмети, а також специфіку його мови, вік тощо (ці дані можуть стати в нагоді при зверненні до поліції).
- Зберегти одяг, який був на особі в момент злочину, – на ньому можуть залишитися сліди, важливі для проведення експертизи. Не варто приймати ванну або душ, інакше важко буде довести, що трапилося.
- Якщо є тілесні ушкодження, поранення, слід негайно звернутися до найближчого медичного закладу, зафіксувати ушкодження і попросити видати довідку про стан здоров'я.
- Зателефонувати подрузі, другу, комусь із членів сім'ї або довірєній людині й розповісти про те, що сталося.

- Якщо виникає сумнів у доцільності прийнятих рішень, що робити, подзвонити на телефон довіри 0 800 500 355 (чи 386 з мобільного), і вам підкажуть, де в конкретно-му місті можна отримати допомогу.



Допомога постраждалим

Консультування постраждалих – нелегка робота, яка потребує фаховості, стресостійкості та керується принципом «не зашкодь». Це означає, що працівник чи працівниця, не впевнені у своїй фаховості та знаннях щодо насильства, не будуть консультувати постраждалу особу та не направлять її до відповідного спеціаліста(-тки), який(яка) надасть відповідну допомогу.

За консультування постраждалих рекомендовано братися тим фахівцям (психологам, психотерапевтам), які мають відповідну підготовку і досвід. Неякісне консультування може дати зворотний ефект – людина замкнеться у собі, стане недовірливою, розгубленою, зневіриться і може ніколи більше не звернутися за допомогою.

Інформація для соціальних та аутич-працівників, психологів ВІЛ-сервісних НУО

Якщо соціальним чи аутич-працівником/психологом виявлено факт насильства щодо людини:

- Поясніть клієнту(-ці), що він(вона) втрачає здоров'я. Опишіть шкоду та можливі наслідки для здоров'я, якщо насильство продовжуватиметься.
- Поясніть людині, якщо в її сім'ї є діти, то вона ризикує їхнім фізичним та психічним здоров'ям і благополуччям.
- Запитайте, чи є у нього(неї) інше безпечне місце для проживання. Розкажіть про можливість влаштуватися в притулок для тимчасового проживання та залиште його координати.
- Поясніть, що закони України захищають тих, хто потерпає від насильства. Розкажіть, що можна отримати захист

в поліції; психологічну, юридичну, соціальну допомогу – в центрі соціальних служб для сім'ї, дітей та молоді за місцем проживання та неурядових організаціях Вашого міста, селища, району.

- Порадьте пройти медичне обстеження. У разі сексуального насильства – зробити тести на наявність інфекцій, що передаються статевим шляхом, та на ВІЛ-інфекцію. За наявності ризику інфікування ВІЛ запропонуйте асистоване тестування чи порадьте звернутися до СНІД-центру.
- Поінформуйте про судово-медичну експертизу. Розкажіть, що якщо сталося сексуальне насильство, необхідно звернутися без проведення гігієнічних процедур з паспортом до територіального відділу поліції або районної прокуратури для отримання відповідного направлення (якщо людина без документів – нехай звертається з будь-яким документом, що посвідчує особу, чи копіями, аби не втрачати час). За наявності такого направлення судово-медична експертиза є безкоштовною.
- Поясніть, що у разі сексуального насильства (зґвалтування) людина може самостійно звернутися до судово-медичного експерта.
- Не треба оцінювати/засуджувати поведінку постраждалого, повчати чи давати поради.
- Важливо зберігати конфіденційність – інформація, якою поділилася людина, не повинна обговорюватися з громадою, сусідами тощо. Поінформуйте про забезпечення конфіденційності.

Дії, якими соціальний працівник НУО може допомогти постраждалому (-лій):

1. **Повідомлення про випадок.** Клієнт(-ка) може попросити повідомити про випадок насильства. Часто наші клієнти страждають від дискримінації з боку представників правоохоронних, медичних органів, самостигматизації, тому важливо пояснити, що будь-яка людина, яка

зазнала насильства, може отримати допомогу і надати реальні докази, що це сталося. Можливо, деякі дії вам потрібно буде зробити разом, аби зменшити тривожність та надати клієнту(-ці) впевненості. Ви, як представник клієнта(-ки), можете зателефонувати до поліції (102) і коротко розповісти про факт насильства – там Вам порадять, куди далі (виходячи із ситуації, що склалася, і виду насильства, яке має місце) необхідно буде звернутися.

Правоохоронці обов'язково приймуть заяву, переконайте в цьому людину. Не будьте скептичні до правоохоронців, це їхнє завдання.

1. Складання з клієнтом/клієнткою «Плану особистої безпеки», в якому варто визначити необхідні заходи для захисту в разі повторного насильства, серед яких можуть бути:

- *Важливі номери телефонів (родичів, друзів, НУО, соціальних служб, притулків) із визначенням місця, де краще їх зберігати, щоб легко можна було знайти та взяти з собою.*
- *Речі першої необхідності, документи та гроші.*
- *Домовленість з друзями, рідними або сусідами щодо виклику поліції.*

2. Перенаправлення до юриста. Якщо у Вашій організації є юрист, клієнту(-ці) знадобиться його допомога. Якщо такого фахівця не передбачено, потурбуйтеся знайти його у вашому регіоні – в центрі безоплатної правової допомоги чи звернувшись на «гарячу лінію», де Вам буде надано контакти спеціалістів.

Фахівцям, які працюють у ВІЛ-сервісних НУО, варто пам'ятати, що допомога особам, які зазнали насильства, має два основних напрями:

- 1. Екстрена допомога при гострій травмі і посттравматичному стресі.** Може здійснюватись тоді, коли насильство мало місце щойно. Допускається здійснення такої роботи спеціально навченим соціальним працівником, аутрич-працівником за відсутності психолога, який би надав екстрену допомогу.
- 2. Тривалий супровід в процесі індивідуального консультування та групової роботи (здійснюється лише відповідними сертифікованими фахівцями – психологами, психотерапевтами, психіатрами).**

Крім того, екстрена допомога жертвам насильства може здійснюватися:

- за допомогою «гарячої лінії» – це телефон довіри (0 800 500 355 чи 386 з мобільного);**
- це може бути індивідуальна консультація відповідного фахівця;**
- надання тимчасового притулку в кризових центрах, соціальних квартирах тощо, аби відокремити постраждалого(-лу) від того, хто вчинив насильницькі дії.**

Основними завданнями екстреного короткострокового супроводу жертв насильства є оцінка безпеки, вжиття заходів щодо забезпечення фізичної та психологічної безпеки, нормалізація психічного стану потерпілих. За необхідності та за згодою постраждалих їх направляють до медичних та правоохоронних органів. Важливо, аби постраждалу особу супроводжував той/та, кому вона довіряє, адже часто і медичні заклади, і правоохоронні органи можуть ретравмувати людину, навіть не маючи на те умислу.

Посттравматична інтервенція – це спроба зробити можливою роботу з проблемою, але не обов'язково вирішити її. Вирішення багатьох проблем вимагає тривалого часу. Загальні завдання посттравматичної інтервенції включають створення умов для:

- *висловлення почуттів;*
- *відтворення травмуючих спогадів;*
- *чіткого визначення актуальних проблем;*
- *прийняття клієнтом себе і травматичного переживання.*

Оптимально проводити таке втручання фактично одразу – це дає максимальні результати в короткі терміни, блокуючи розвиток незворотних психічних процесів.

Під час консультування:

- Дайте жертві насильства можливість розповісти свою історію: нехай вона знає, що ви вірите їй і хочете вислухати.
- Допоможіть людині усвідомити свої почуття: підтримайте її право на гнів, не заперечуйте жодного з її почуттів. Вона має на них право.
- Будьте уважні – жодна з життєвих історій не є стереотипом, у кожної свій досвід. Це дозволить діяти, використовуючи індивідуальний підхід.
- Поважайте культурні цінності й вірування, які чинять вплив на поведінку: не забувайте, що ці уявлення в минулому могли бути джерелом спокою і впевненості, тому не варто принижувати їх значення.
- Пам'ятайте про відмінності між сільськими і міськими жителями, зокрема про фізичну ізоляцію, відсутність доступу до допомоги й особливі культурні цінності першої групи.
- Знайте, людину не треба рятувати: просто допоможіть їй оцінити власні ресурси і систему підтримки.

- Пам'ятайте, людина знаходиться у стані кризи, що знижує ефективність її власних захисних реакцій, які допомагають справлятися з проблемами.
- Допоможіть знову віднайти силу й емоційну рівновагу – і тоді людина сама прийме рішення.

Велике значення надається також почуттям і реакції консультанта. У зв'язку з цим консультанту варто враховувати такі рекомендації:

- Усвідомте ваші власні установки, переживання і реакції у відповідь на насильство: згадайте, яку роль насильство відіграло у вашому житті, чи працювали ви над собою, чи прожили ситуацію.
- Зрозумійте, час роботи при первинному зверненні обмежений: ви маєте бути добре обізнаними щодо своєї роботи та знати про наявність відповідних спеціалізованих служб – ви лише допомагаєте визначити проблему, а не вирішуйте її.
- Не варто задовольняти свою власну потребу бути експертом: напевно, постраждалому вже не раз говорили, що треба робити. Наразі йому потрібна людина, яка буде уважною до неї і не засуджуватиме.
- Усвідомлюйте свої культурні цінності, вірування та упередження, коли консультуєте. Не забувайте, у людини також можуть бути упередження щодо вас.
- Не ставте діагнози. Працюйте над вирішенням конкретної проблеми і надавайте емоційну підтримку, але відмовтеся від суб'єктивної інтерпретації поведінки потерпілого.
- Не висловлюйте розчарування, якщо людина вирішує повернутися до циклу насильства, до взаємин, які роблять їй боляче: будьте відверті й поділіться з нею своїми побоюваннями, але дайте знати, що вона завжди може звернутися до вас і розраховувати на вашу турботу.

- Пам'ятайте, можливо, ви перша людина в житті постраждалого, яка виявила їй повагу і надала підтримку саме тоді, коли він(вона) найбільше того потребували.



Список рекомендованої літератури

1. Емельянова Е. Женщины в беде.
2. Денисенко Л. ПРОти НАСильства.
3. Герман Д. Психологічна травма та шлях до видужання.
4. Волосевич І., Коноплицька Т., Костюченко Т., Міханчук Д., Марценюк Т. Дослідження поширеності насильства щодо дітей та жінок.
5. Маєрчик М., Плахотнік О. Гендер для медій: підручник із гендерної теорії для журналістики та інших соціогуманітарних спеціальностей.
6. Малкина-Пых И. Психология поведения жертвы.
7. Бондаровська В. Комплексна Програма корекційно-реабілітаційної роботи з дівчатами (14-18 років) та жінками, які пережили насильство або належать до групи ризику: інформаційно-методичні матеріали.
8. Бондаровська В. Комплексна Програма корекційної роботи з чоловіками, які вчиняють насильство або належать до групи ризику щодо його вчинення: інформаційно-методичні матеріали.
9. Крюкова М., Никитина Т., Сергеева Ю. Экстренная психологическая помощь: Практическое пособие.
10. Роджерс К. Консультирование и психотерапия.

