

«НЕ МОЛЧИ!» ПЯТЬ ЛЕТ НАЗАД ПО ИНИЦИАТИВЕ ДЕПАРТАМЕНТА ТРУДА И СОЦИАЛЬНОЙ ЗАЩИТЫ МОСКОВСКОГО ПРАВИТЕЛЬСТВА БЫЛ ОТКРЫТ ПЕРВЫЙ В СТРАНЕ КРИЗИСНЫЙ ЦЕНТР ПОМОЩИ ЖЕНЩИНАМ И ДЕТЯМ, ПОСТРАДАВШИМ ОТ НАСИЛИЯ В СЕМЬЕ. ЗА ЭТИ ГОДЫ ЗДЕСЬ ПОЛУЧИЛИ УБЕЖИЩЕ 746 ЖЕНЩИН И 860 ДЕТЕЙ. КРУПНЕЙШИМ МЕРОПРИЯТИЕМ МОСКОВСКОГО КРИЗИСНОГО ЦЕНТРА СТАЛА АКЦИЯ «НЕ МОЛЧИ!», ПРИЗЫВАЮЩАЯ НЕ СКРЫВАТЬ ТЕМУ ДОМАШНЕГО НАСИЛИЯ, ГОВОРИТЬ О НЕМ ВСЛУХ, РАССКАЗЫВАТЬ ИСТОРИИ, О КОТОРЫХ НЕЛЬЗЯ МОЛЧАТЬ. СВЕТЛАНА БЕЛОСТОЦКАЯ

«ТЕРПЕЛА, НО НЕ УХОДИЛА» 40% всех тяжких насильственных преступлений в России совершается в семье. Ежегодно в стране 12–14 тыс. женщин погибают от домашнего насилия. 79% женщин, осужденных за убийство в 2016–2018 годах, защищались от домашнего насилия.

Телефоны доверия психологических служб разрываются от человеческой боли. В социальных сетях флешмоб #ЯНеХотелаУмирать набирает обороты.

«Первый раз он ударил через год после свадьбы. Стыдливо прятала синяки, думала, это не повторится. Потом синяки уже не проходили. Запрещал выходить из дома, общаться с друзьями, навещать родителей... Насмешки над работой, увлечениями и мечтами казались мелочью... «Да кому ты такая нужна-то? Ты моя, ясно? Увижу кого-нибудь рядом — убью. Если уйдешь — подожду дом твоих родителей, и никто ничего не докажет». Терпела побои, рыдала, но не уходила...»

«После выписки из роддома первый раз сильно толкнул — так, что я упала. Потом первая пощечина, первый удар... Спустя некоторое время побои не прекращались... Это длилось еще три с половиной года...»

«О таком не говорят, потому что страшно вспоминать. Все переживаешь снова, когда хочешь забыть... В 18 лет вышла замуж. Подаренная родителями на свадьбу квартира стала местом пыток. Избиения, оскорбления, угрозы... Несчетное количество раз душил. Уходила, и не раз. Умолял вернуться. Ночевал на лавочке возле подъезда, пока не простила. А потом все повторялось снова... В ходе одного замеса поняла: «Сейчас он меня либо я его» — и схватила за нож».

Таких историй десятки тысяч.

«ВЫХОД ЕСТЬ!» Пять лет назад в столице открылся первый специализированный государственный Кризисный центр помощи женщинам и детям, пострадавшим от любых форм насилия в семье. Центр работает круглосуточно. Женщина, одна или с ребенком, может в любое время дня и ночи получить здесь убежище, даже без документов. Все бумаги сотрудники центра соберут потом. Первые сутки женщины проводят в изоляторе, где проходят стандартное медобследование, после чего переводятся в «стационар». Это гостиничный номер с собственным душем и санузелом, где есть все необходимое для нормальной жизни. Чтобы минимизировать контакты с агрессором, дети переводятся в ближайший к кризисному центру школы или на домашнее обучение: учителя приходят прямо в «стационар». Убежище предоставляется на несколько месяцев, пострадавших обеспечивают трехразовым питанием, медицинской и психологической помощью.

АЛГОРИТМ ПОМОЩИ За пять лет работы центра здесь получили убежище 746 женщин и 860 детей, 62% которых пострадали от физического и 35% — от психологического насилия.

Специалистами центра был разработан алгоритм вывода семьи из кризиса. Первым делом женщину и ребенка изолируют от агрессора, предоставив убежище. При необходимости оказывают медицинскую помощь. Проводят психологическую диагностику для выявления проблем. После курса реабилитации, включающего работу с психологом, арт-терапию, физиотерапию, сеансы массажа, занятия пилатесом и самообороной, разрабатывают план действий на предстоящий год.

«Помощь жертвам домашнего насилия направлена на мобилизацию собственных возможностей и внутренних

личностных ресурсов для преодоления трудной жизненной ситуации, — поясняет директор Кризисного центра Наталья Завьялова. — Мы готовы помочь тем, кто реально готов изменить свою жизненную ситуацию и не планирует возвращаться к агрессору».

Если женщина решила уйти от тирана и начать новую жизнь, она может провести в центре от четырех до шести месяцев, при необходимости этот срок пролонгируется. За это время психологи, врачи, юристы, другие сотрудники центра помогут решить вопросы обучения детей, трудоустройства мамы, развода, аренды жилья, размена квартиры. При необходимости выстраивается работа с полицией и Следственным комитетом...

ЧИСТАЯ ПСИХОЛОГИЯ Проблема домашнего насилия интернациональна: с ней сталкиваются женщины во всех странах мира. Она не имеет ни возрастного, ни имущественного, ни образовательного ценза.

Домашние агрессоры далеко не всегда маргиналы: опустившиеся уголовники, алкоголики, наркоманы. Нередко это успешные, образованные, а подчас и известные люди. Переступая порог своего дома, они сбрасывают маску добропорядочности, превращаясь в домашнего тирана, наводящего ужас на домочадцев. И лишь когда дело заканчивается тяжелыми увечьями или убийством и передается огласке, знакомые недоумевают: как все это уживалось в нормальном и респектабельном с виду человеке?

Домашний тиран — это не столько распущенность, сколько диагноз, утверждают психологи. В норме человек не стремится к власти — он самодостаточен и уверен в себе. Стремление к власти, потребность доминировать и диктовать свою волю другому говорит о глубинных проблемах личности. Такие люди внутренне не уверены в себе, поэтому они любой ценой стремятся компенсировать это состояние: утвердиться за счет другого, почувствовать над ним власть. Для них это как наркотик.

Но утвердиться можно только за счет слабого, ибо сильный такой возможности не дает. А чтобы сделать человека слабым, его надо унижить, запугать, сломать, уничтожить как личность... Поэтому домашнее насилие — это не

только побои. Оно может быть психологическим (критика, унижения, притирки, оскорбления, угрозы), экономическим (оставление без собственных денежных средств), сексуальным (насильственное принуждение к сексу). Обычно жертва тирана подвергается сразу нескольким его видам, но до последнего это скрывает, даже от самых близких, испытывая чувства вины и стыда, что оказалась в такой ситуации.

ПОЧЕМУ ОНИ НЕ УХОДЯТ? Агрессор не сразу начинает с побоев, объясняют психологи. Обычно он действует постепенно, последовательно занижая самооценку жертвы: высмеивает, унижает, критикует. При этом старается изолировать женщину от друзей и знакомых, запрещает общаться с близкими, нередко принуждает уйти с работы. Жертва остается с ним один на один, теряет социальные связи и каналы поддержки. И когда он впервые поднимает на нее руку, это уже другой человек — сломленный, зависимый, с подавленной волей...

Очень часто жертвы насилия — люди с изначально заниженной самооценкой, корни которой обычно уходят в детство. Неуверенный человек выделяется из толпы, и агрессор его не пропускает. Неуверенность привлекает его, как хищника — запах крови... Еще одна приманка — повышенная зависимость от мнения окружающих. Такой человек легко поддается чужому влиянию, а именно это и нужно агрессору. Он безошибочно вычисляет нерешительность, стремление не выделяться, быть как все... Женщину с такими задатками легче подчинить своей воле...

Очень часто впервые насилие проявляется после рождения ребенка, когда женщина максимально зависима от партнера не только эмоционально, но и экономически. В этом случае страдают уже двое — мать и ребенок, а уйти еще сложнее, но это необходимо сделать.

Насилие не ограничивается пощечинами и шлепками, предупреждают юристы. Уровень агрессии нарастает и заканчивается тяжкими увечьями или смертью жертвы, реже — насильника, если жертва в какой-то момент решается дать отпор.

Человек, получающий удовольствие, унижая другого, никогда не изменится, уверяют специалисты. Уходить на-

до сразу — после первого, максимум второго эпизода — и больше не возвращаться... На деле все обстоит иначе. Многих держит страх неудачи: «Разведусь и останусь одна». Другие боятся преследования и расправы. Третьим просто некуда уйти, негде и не на что жить.

Все эти люди в реальной опасности и нуждаются в помощи государства. И сегодня им есть куда пойти!

Первые телефоны доверия и негосударственные центры помощи жертвам домашнего насилия появились в стране в начале 1990-х, но лишь в 2000-х эта проблема попала в поле зрения государства. На базе центров социальной помощи семье и детям открылись отделения помощи женщинам, оказавшимся в кризисной ситуации. В Москве появилось первое убежище для пострадавших от насилия женщин и детей.

О ЧЕМ МОЛЧАТ МУЖЧИНЫ Помощь жертвам домашней агрессии крайне важна, но еще важнее не допустить насилия. В странах с развитой системой профилактики и борьбы с домашним насилием смертность от бытовых конфликтов снижается в три-четыре раза. В нашей стране все только начинается.

Кризисный центр помощи женщинам и детям включился в эту работу. В центре внимания — молодые семьи, которые испытывают сложности в психологической адаптации к семейной жизни. 70% из всех разводов в современной России происходят в течение первых лет совместной жизни. Одна из причин распада семьи — домашнее насилие.

Для раннего выявления насилия в семье психологи центра подключили сотрудников дошкольных образовательных учреждений Москвы. Каждый специалист получил чек-лист с маркерами всех видов насилия, используя который можно выявить насилие в отношении детей и мам и своевременно оказать им психологическую и иную помощь.

Сотрудники Кризисного центра призывают женщин не доводить дело до физического насилия и обращаться за бесплатной психологической помощью, когда начинают поступать «первые звонки» — оскорбления, угрозы...

Психологическая коррекция оказывается и мужчинам, желающим сохранить семью. Для формирования у них мотивации для отказа от насилия в центре создана группа «О чем молчат мужчины».

За пять лет за психологической помощью в Кризисный центр обратились около 48 тыс. человек. Для экстренной психологической помощи работают телефоны доверия (8 (499) 977 20 10, 8 (499) 492 46 89). На них уже поступило свыше 26 тыс. обращений.

Самым крупным мероприятием московского Кризисного центра стала акция «Не молчи!».

«О насилии больно говорить, но еще больнее молчать! — считают организаторы акции. — Чем больше информации о насилии, тем меньше его становится вокруг».

Особые надежды правозащитников возлагаются на закон о профилактике семейно-бытового насилия. Согласно тексту, опубликованному на сайте верхней палаты российского парламента, под семейно-бытовым насилием имеется в виду умышленное деяние, причиняющее или содержащее угрозу причинения физического и психического страдания. Под защиту должны подпасть супруги, бывшие супруги, родители детей и близкие родственники. Согласно проекту, полиция, прокуратура и другие органы власти должны заниматься профилактикой домашнего насилия. Основанием для профилактики может стать либо заявление человека, подвергшегося бытовому насилию, либо заявление других людей, которым стало известно о насилии. ■



ПЯТЬ ЛЕТ НАЗАД В СТОЛИЦЕ ОТКРЫЛСЯ ПЕРВЫЙ КРИЗИСНЫЙ ЦЕНТР ПОМОЩИ ЖЕНЩИНАМ И ДЕТЯМ, ПОСТРАДАВШИМ ОТ ЛЮБЫХ ФОРМ НАСИЛИЯ В СЕМЬЕ. МОСКВИЧКА, ОДНА ИЛИ С РЕБЕНКОМ, МОЖЕТ В ЛЮБОЕ ВРЕМЯ ДНЯ И НОЧИ ПОЛУЧИТЬ ЗДЕСЬ УБЕЖИЩЕ, ДАЖЕ БЕЗ ДОКУМЕНТОВ