

Куда можно обратиться за помощью, если вы страдаете от какого-либо насилия?

1. Правоохранительные органы. Если Вы подвергаетесь семейной жестокости и решили наказать обидчика, Вы можете обратиться в правоохранительные органы по телефону 102. Помните, что Вы имеете право выбрать меру наказания в виде «штрафа» либо «лишения свободы»

2. Территориальные центры социального обслуживания населения (ТЦСОН). В штате большинства ТЦСОНов имеются высококвалифицированные психологи, специалисты по социальной работе, которые могут помочь разобраться в сложившейся ситуации, при необходимости перенаправить Вас в соответствующие учреждения, которые могут даже предоставить временный приют.

3. Медицинские учреждения. Если Вы пострадали от физического насилия, Вы можете обратиться в медицинские учреждения по месту жительства и «снять» побои. В дальнейшем заключение врача может помочь Вам, если Вы решите наказать преступника.

4. Религиозные организации. Вы также можете обратиться за помощью в религиозные организации, которые смогут выслушать Вас, дать совет и направить на путь решения проблемы.

5. Общественные организации. В Республике Беларусь существует ряд общественных организаций, которые могут оказать Вам психологическую, социальную, иногда и юридическую помощь, если Вы попали в ситуацию домашнего насилия:

* **Общественное объединение «Белорусская ассоциация молодых христианских женщин»**

Виды услуг:

- информационная и эмоциональная поддержка;
- социальное сопровождение;
- юридическая помощь в г. Гомеле 8 (044) 724 14 70 (после 11:00) lorita24@yandex.ru
- психологическая помощь (пострадавшим и агрессору).

Номер специалиста по социальной работе для проведения первичной консультации и дальнейшего перенаправления 8 (033) 6 032 032 (время работы с 9:00 до 18:00, выходной суб., вс.)

* **Международное общественное объединение «Гендерные перспективы»**

Виды услуг:

- информационная и эмоциональная поддержка;
- социальное сопровождение;
- предоставление временного убежища;
- содействие в медицинском обследовании;
- юридическая помощь;
- психологическая помощь;
- психологическая помощь агрессору;
- оплата проезда по РБ.

Контактный номер телефона для пострадавших от домашнего насилия – общенациональная горячая линия

8 801 100 8 801

(время работы с 8.00 до 20.00, звонок со стационарного телефона (бесплатно) и с мобильного телефона — оплата соединения со стационарной сетью по тарифному плану абонента)

Экстренная круглосуточная психологическая помощь 170

**Государственное учреждение
”Центр социального обслуживания
населения Центрального района
г. Гомеля”**

НЕ ДОПУСТИ НАСИЛИЕ!



Телефон отделения социальной адаптации и реабилитации ЦСОН Центрального района г. Гомеля (консультации психологов):

71-29-94

Телефон доверия (круглосуточно): 35-91-91

Гомель, 2017

НАСИЛИЕ – это такое подавление воли и ограничение свободы жертвы, которое причиняет ей разного рода ущерб, в первую же очередь – психологическую травму.

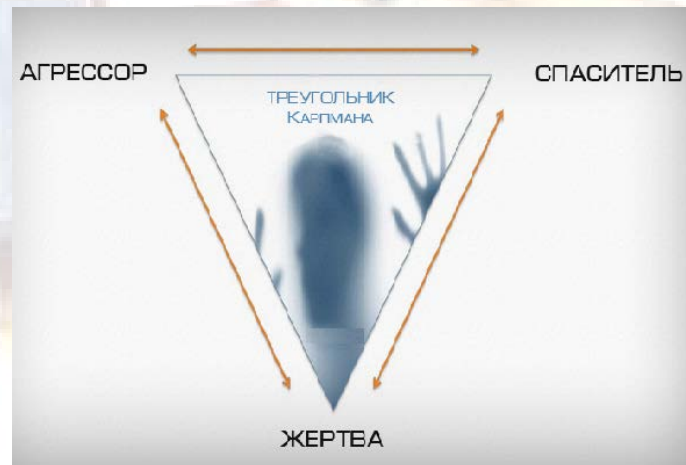
Насилие бывает:

- **Сексуальное** – половой акт насильственного характера: совершаемый без согласия жертвы, или склонение к таковому («получение» уступка или молчаливого согласия) путем эмоционально-психологического давления (в 15-20% семей в РБ);
- **Экономическое** – лишение, угроза или шантаж материальными благами;
- **Психологическое** – достижение собственных интересов в ущерб интересам и свободы жертвы, манипуляции, шантаж, угрозы, оскорбления;
- **Физическое** – побои, тумаки, истязания, нарушение границ (физических, пространственных, личных, имущественных, эмоциональных и временных) без согласия человека.



Круговая модель насилия

Этот треугольник ещё называют магическим, так



как стоит в него попасть, как его роли начинают диктовать участникам выборы, реакции, чувства, восприятие, последовательность ходов и так далее.

А самое главное - участники свободно "плавают" в этом треугольнике по ролям.

Жертва очень быстро превращается в Преследователя (**Агрессора**) для бывшего Спасителя, а **Спаситель** - очень быстро становится **Жертвой** бывшей **Жертвы**.

Если вы оказались в этом "магическом" треугольнике, то знайте, что Вам придётся побывать во всех "углах" этого треугольника, и перепробовать все его Роли.

События в треугольнике могут происходить сколь угодно долго - вне зависимости от сознательных желаний их участников.

Пока хоть кто-нибудь не выскочит из этого проклятого треугольника, игра может продолжаться сколь угодно долго.

Кто может стать участником акта насилия:

- Люди с заниженной самооценкой;

- Люди, которые воспитывались в условиях гиперопеки или гипоопеки;
- Беженцы;
- Дети;
- Пожилые и немощные люди;
- Люди с ограниченными возможностями;
- Люди, которые подвергались насилию в детстве, начинают во взрослой жизни отыгрывать похожий сценарий.

А именно (бессознательно):

- Выбирают себе партнёров, которые склонны к проявлению насилия.
- Устраиваются на работу, где начальник тиран.
- Выбирают себе друзей, которые не считаются с их интересами.



ПОМНИТЕ! Если Вы стали любимым участником насилия, нельзя это оставить без внимания.

**НАСИЛИЕ МОЖНО
и НУЖНО ОСТАНОВИТЬ!!!**

ОБРАТИТЕСЬ ЗА ПОМОЩЬЮ!