

ФОРМИ ТА ПРОЯВИ РІЗНИХ ВИДІВ НАСИЛЬСТВА

Зазвичай люди, які зазнають домашнього насильства, не розуміють, що зіткнулись із ним. У суспільстві існує думка, що насильством слід вважати лише фізичні вияви агресії.

Проте експерти говорять про його наступні різновиди.

Психологічне насильство може проявлятися у тому, що людина принижує та маніпулює вами, зневажає та ігнорує ваші бажання, думки, почуття. До цього виду насилля також відносять переслідування, постійний контроль з боку кривдника, погрози. Якщо вас ігнорують чи дискримінують через ваші переконання, віросповідання, національну, расову належність чи походження, шантажують – все це є одним із проявів психологічного насильства.

Коли вас обмежують у доступі до грошей чи забороняють використовувати ваші кошти так, як ви вважаєте за потрібне, це можна вважати **економічним насильством**. До нього також слід віднести пошкодження вашого майна, перешкоджання в доступі до їжі, житла, майна, обмеження в можливості працевлаштування чи навчання, змушення до жебрацтва та шантажування.

Якщо вас гвалтують або примушують до небажаних сексуальних контактів, то це приклад **сексуального насильства**. Примус до сексу з іншими людьми, збочених форм сексуальних стосунків, до роботи у порноіндустрії чи секс-бізнесі, до вагітності чи аборту також вважаються виявом сексуального насильства.

Фізичне насильство проявляється в побиттях, обмеженні вашої свободи, коли вас не випускають із власного дому або, навпаки, не впускають туди. Насильством слід вважати змушення до вживання алкоголю чи наркотиків. Погрози вбити чи навмисно створити ситуацію, яка може загрожувати вашому життю та безпеці, примусове переміщення в межах держави або за кордон, позбавлення їжі, сну чи відпочинку експерти також називають виявами домашнього насильства.

Пам'ятайте, що **не слід чекати поки словесні погрози переростуть у фізичне насильство**.

Ви можете забезпечити себе ще до фізичних проявів та розпізнати агресора/ку. **Сигналом** для вас **можуть слугувати**: спроби задушити вас, вчинення невдалих спроб суїциду (як один з різновидів маніпуляції), вбивство домашніх тварин, насильство щодо дітей.

Також слід **бути обережними з тими**, хто мав досвід застосування зброї проти інших та наразі має доступ до будь-якого виду зброї, а також з тими, хто гвалтував когось або має потребу завдати біль та образити інших.