

Когда карантин и изоляция становятся опасными: Насилие в семье

Борьба с кризисом, вызванным коронавирусом, предполагает длительное пребывание дома и повышение уровня стресса и тревоги. Из-за этой напряженной атмосферы увеличивается количество ссор и конфликтов между членами семьи, что вполне понятно. Но когда эти скандалы выходят из-под контроля, приобретают форму побоев, люди получают травмы. В этот период может возрасти число случаев домашнего насилия; как распознать, насильственное, жестокое обращение по отношению к вам, и что с этим можно сделать?



Это насилие?

Разногласия, проявление гнева - довольно частое явление в семье, и это неотъемлемая часть любых отношений. Пока вы уважаете и беспокоитесь о другой стороне, это здоровый и нормальный способ решать проблемы. В стрессовые периоды и во время постоянного пребывания дома с детьми вы можете спорить даже чаще, чем обычно - о деньгах, детях, распределении домашней работы и т.п. Дети могут также больше драться между собой. До тех пор, пока разногласия происходят без травм, это не насилие.

Когда скандалы выходят из-под контроля, и одна из сторон страдает, физически или эмоционально, тогда это насилие. Вопреки распространенному мнению, домашнее насилие не обязательно подразумевает под собой причинение физической боли - оно также может быть психологическим или эмоциональным. Если отношения включают в себя злоупотребление властью для причинения вреда, социальной изоляции или хулиганства; если одна из сторон боится, что это может повториться - это насилие.

Часто трудно думать о том, что в вашем доме может случиться домашнее насилие. Многие люди терпят оскорбительное отношение, не придают этому значение, игнорируют или даже отрицают. Обидчики могут принижать значимость своего поведения, а те, кто подвергается насилию, склонны полагать, что они виноваты или чувствуют, что они просто преувеличивают. Из-за того, что сложно принять тот факт, что в семье происходит насилие, людям очень тяжело говорить об этом, даже с самыми близкими.

Важно помнить, что насилие в семье может иметь место во всех типах семей (одиноким родителям, однополые, смешанные и т. д.). Это может случиться между парами, между родителями и их детьми, между братьями и сестрами. Люди любого пола и социального статуса могут вести себя насильственно по отношению к другому человеку или оказаться в роли жертвы. Насилие или жестокое обращение не являются частью отношений, и нет никаких оправданий для применения силы или угроз.

Почему это происходит?

Многие до сих пор не понимают, почему некоторые люди намеренно причиняют боль другим, особенно тем, кого они любят. Домашнее насилие может произойти по ряду причин. Некоторые обидчики имеют общую тенденцию проявлять власть и контроль над другими, думая, что они заслуживают того, чего хотят, больше, чем кто-либо другой. Другим трудно справиться со своими чувствами, стрессом или напряжением, и они изливают свой гнев и разочарование на членов своей семьи. Есть люди, которые выросли в семьях, где они подвергались жестокому обращению или насилию, потому что это было способом справиться с разногласиями, и не знают, как вести себя по-другому. Иногда насилие происходит из зависти и желания контролировать партнера. Некоторые могут чувствовать, что их партнер «принадлежит им», и поэтому они имеют право угрожать им по своему усмотрению.

Влияние насилия на семью

Когда в семье случается насилие, даже если оно происходит между взрослыми, оно затрагивает всех. Именно на примере взрослых дети узнают об отношениях, как они строятся и как решаются разногласия. Если дети подвергаются или сталкиваются с насилием дома, в их взрослой жизни они также могут оказаться в насильственных отношениях. Последствия, которые влечет насилие, могут проявляться на ранних стадиях и во всех сферах жизни. Насилие наносит ущерб физическому и психическому здоровью всех членов семьи, развитию детей, способности члена семьи функционировать в обществе и в других отношениях.

Что мы можем сделать?

Важно понимать, что насилие не исчезает само по себе и даже со временем принимает более угрожающие формы, если не воспринимать это серьезно. В эти периоды постоянного пребывания дома, насилие может обостриться. Крайне важно относиться к этому серьезно и решать эту проблему, чтобы не подвергать риску себя и членов вашей семьи.

Если вы чувствуете, что представляете угрозу для своей семьи - выйдите из дома и не возвращайтесь, пока не успокоитесь.

Если вы чувствуете, что вы или ваш ребенок находитесь в непосредственной опасности, покиньте свой дом, позвоните в полицию или по номеру горячей линии 118.

Если вы не уверены, что то, что происходит в вашей семье - насилие, или чувствуете необходимость поговорить, но боитесь, вам следует обратиться в центры социальной и психологической помощи оказывающие поддержку и лечение жертвам домашнего насилия Министерства Социальных Услуг. Эти центры могут помочь вам и вашей семье избежать кризиса и стресса, остановить насилие и улучшить возможности самостоятельно справляться с ситуацией.

איך עזרת!

פורטל בריאות ורווחת הילד בקהילה
מבית עמותת גושן, בליווי רופאים ואנשי מקצוע