

## Жертву

Далее приведен перечень индикаторов, указывающих, прежде всего, на женщин, являющихся жертвами насилия.

**Низкая самооценка** – испытание постоянного насилия, унижение и обвинение существенно снижает самооценку женщины и видение себя. Утерянная вера в себя и чувство неполноценности снижают волю к действию, способность адекватно оценить совершенное насилие и себя, и найти решение ситуации.

**Стыд и обвинение себя** – Насилие вызывает в жертве стыд и чувство вины. Это подтверждает и обвиняющее поведение партнера. Чувство вины заставляет женщину чувствовать себя ответственной за совершенное насилие. Стыд и чувство вины уменьшают готовность женщины рассказать кому-то о случившемся, и искать помощь.

**Страх** – Испытав насилие, женщина испытывает чувство страха. Повторное же насилие делает чувство страха систематическим, т.е. женщина может испытывать страх и тогда, когда партнер не проявляет насилия или его нет дома. В течение долгой совместной жизни с насильником женщина учится замечать знаки, которые “могут вызвать” насильственную реакцию партнера. Эти знаки являются для женщины сигналом опасности, вызывая страх или даже панику.

**Реакция самозащиты** – У женщины, столкнувшейся с насилием несколько раз, появляется инстинктивная реакция самозащиты. Например, в ответ на громкий голос или резкий жест собеседника женщина может вздрогнуть или закрыть лицо руками.

**Чрезмерное подстраивание и подавление своих желаний и потребностей** – живя с насильником, женщина старается избежать ситуаций, которые могут раздражать мужчину и побудить его к насилию. Женщина надеется, что если она будет вести себя в соответствии с ожиданиями мужчины, то мужчина не применит насилия. Поэтому женщина старается подстроиться под требования мужчины, подавляя личные интересы и становясь безликой.

**Замыкание в себе и изменения личности** – Насильственное поведение партнера, а также контролируемый и изолирующий стиль общения может сделать женщину закрытой, отстраненной и осторожной в общении с другими людьми (в том числе с друзьями, знакомыми) или вообще избегать их.

**Негативный опыт, полученный в детстве и/или в предыдущих отношениях** – Многие женщины в детстве были свидетелями насилия между родителями или же жертвами жестокого обращения. Холодные или даже враждебные отношения родителей могут повлиять на качество партнерских отношений самой женщины. Иногда случается, что матери, испытавшие

насилие в партнерских отношениях, внушают дочерям, что следует подчиняться желаниям своего мужчины и не спорить с ним.

### **Прощение и оправдание поведения насильника, отрицание насилия** –

Подобно мужчинам-насильникам и испытавшие насилие женщины склонны оправдывать насильственные действия своих мужчин, прощать их или даже отрицать насилие. Женщины чувствуют себя ответственными за происшедшее и виновными, также они могут искать причины насильственных действий мужчины извне (например, „плохие друзья“ и алкоголь).

### **Признаки, связанные с физическим и психическим здоровьем**

- Непосредственные физические повреждения;
- Боли, трудности с передвижением;
- Сокрытие с помощью макияжа или одежды кровоподтеков или др. повреждений, их объяснение падением или каким-то неопределенным объяснением;
- Появившиеся проблемы со здоровьем и частые заболевания;
- Частые негативные чувства;
- Нарушение внимания и проблемы с сосредоточенностью;
- Нарушение сна, психосоматические жалобы, расстройства пищевого поведения;
- Приступы паники;
- Изоляция;
- Депрессивность или диагностированная депрессия;
- Нежеланная беременность (беременность женщины может быть вызвана сознательным желанием насильника усилить свою связь с женщиной),
- Самопроизвольные аборты;
- Пониженный интерес к сексуальной жизни;
- Потеря интереса к жизни, мысли о суициде и суицидальные действия.

### **Признаки, связанные с отношениями**

- Потеря уважения в глазах детей особенно тогда, когда отец детей осуждает мать в присутствии детей или уделяет им внимание в том момент, когда мать не может этого сделать по причине повреждений, вызванных насилием, и эмоционального возбуждения);
- Неспособность ухаживать за детьми в достаточной мере;
- Агрессивное обращение с детьми (женщина, обиженная и эмоционально раздраженная по причине насилия, может закричать на детей или призывать их к порядку физически, и ударить);
- Избегание общения с родственниками, друзьями и знакомыми (мужчина запрещает общаться);
- Отказ от занятия хобби или от привычного образа свободного времяпровождения;
- Недоверие по отношению к незнакомым людям (особенно к мужчинам).

### **Признаки экономического порядка**

- Экономическая зависимость от мужчины может быть вызвана ситуацией (маленькие дети, безработица и т.п.) или созданная мужчиной (мужчина забирает у женщины деньги, ограничивает денежные сделки женщины, не дает прожиточные деньги, запрещает женщине ходить на работу или препятствует этому);

- Мужчина портит принадлежащие женщине предметы или имущество;
- Мужчина не дает женщине прожиточные деньги;
- В случае развода не уходит с принадлежащей женщине жилой площади;
- Потеря трудоспособности или работы по причине психических или физических последствий, вызванных насилием.

---

**Allikas URL:** <https://www.kriminaalpoliitika.ee/et/nasilie-v-seme/zhertvu>