

### **ЗНАЙ!!!**

ЩО ТАКЕ НАСИЛЬСТВО?

**НАСИЛЬСТВО** - це будь-які умисні дії однієї людини по відношенню до іншої, якщо ці дії порушують права й свободи людини, наносять їй фізичну, моральну чи психічну шкоду.  
ЯКІ БУВАЮТЬ ВИДИ НАСИЛЬСТВА?

**ФІЗИЧНЕ** (штовхання, побиття, жбурляння різними предметами, спроба вбивства).

**ПСИХОЛОГІЧНЕ** (стеження, погрози, залякування, шантаж, приниження, ігнорування)

**СЕКСУАЛЬНЕ** (сексуальні домагання, образи, зґвалтування).

**ЕКОНОМІЧНЕ** (фінансовий контроль, обмеження, заборона працювати і вчитися, свідоме руйнування та пошкодження майна).

**СІМЕЙНЕ** (умисний фізичний, сексуальний, психологічний чи економічний вплив, примус з боку одного члена сім'ї у відношенні до іншого з метою контролю, залякування).

ЯКІ МОЖУТЬ БУТИ ПРИЧИНИ НАСИЛЬСТВА?

- Низька (завищена) самооцінка кривдника.
- Невміння вирішувати проблеми іншими методами.
- Влада за всяку ціну (бажання домінувати).
- Власний негативний досвід.
- Психічні розлади та високий рівень агресії.
- Вживання алкоголю, наркотичних речовин.

### **НЕ ЗАБУВАЙ...**

Насильство – це неодноразова дія, а процес, що складається з циклів насильства, які тримаються на продовженні стосунків потерпілої та кривдника. Якщо насильство один раз з'явилося у стосунках, то є велика імовірність, що воно повториться, а інтенсивність його і ступінь жорстокості будуть зростати. Динаміка таких стосунків може бути проілюстрована так званою хвилею насильства.

### **ЗАХИСТИ СЕБЕ!!!**

Людина, у результаті вчинення над нею насильницьких дій, відчуває страх, сором, біль, злість, безпорадність...

**Якщо** ти переживаєш такі емоції, то ти, імовірно, зазнаєш насильства... **Задумайся!**

**Якщо** ж такі емоції і почуття викликані твоїми словами чи діями, то ти сам вчиняєш насильство... **Зупинись!**

**Якщо** у своєму житті ти зіткнувся із насильством... **Пам'ятай**, що завжди є люди, які готові тобі допомогти. Це можуть бути твої друзі, батьки, класний керівник, психолог.

**Якщо** хтось із твоїх друзів зазнає насильства... **Порадь** йому звернутися за допомогою або повідом про це самостійно тим, кому ти довіряєш.

**ПАМ`ЯТАЙ!!!**

**Ти маєш право перебувати в безпеці!**

**Ти маєш право на захист!**

**ЗВЕРНУВШИСЬ ЗА ДОПОМОГОЮ, ТИ НЕ ПОКАЗУЄШ СВОЮ СЛАБКІСТЬ, А  
ЗБЕРІГАЄШ СВОЄ ЖИТТЯ Й ЗДОРОВ'Я!**

Психологічна служба ПТ КІ СумДУ