

БЕСЕДА СО СТАРШЕКЛАССНИЦАМИ НА ТЕМУ: «О СЕРЬЕЗНОМ: КАК НЕ СТАТЬ ЖЕРТВОЙ ИЗНАСИЛОВАНИЯ»

Сегодня мы хотим поговорить об очень серьезной теме изнасилования. И поэтому сразу предупредим, что для того, чтобы избежать страшных историй, не ходи по темным переулкам одна, не садись в машины к сомнительным парням и... будь осмотрительной даже со знакомыми.

О стереотипном образе насильника

Представь, что тебя попросили составить фоторобот потенциального насильника. Скорее всего, ты опишешь его вот как: нервозный мужчина с нездоровым блеском в глазах, который нападает на девушек вечерами в парках... Эта картинка – не самая правильная. Да, безусловно, такой портрет тоже вполне реалистичен. Но он – всего 10% случаев. 90% изнасилований происходят в «расслабленной» обстановке, и виновник в таких историях – бойфренд, одноклассник, сосед, давний друг или новый знакомый.

Запомни раз и навсегда: любая форма секса без согласия обоих – это изнасилование. И все равно, совершает его маньяк, заскочивший за девушкой в лифт, или мальчик, который только что говорил ласковые слова. Разница тут лишь в одном: вычислить последнего сложнее.

О том, чего стоит опасаться в поведении парня

Конечно, никто не призывает тебя пробивать каждого знакомого парня по базе Интерпола. Просто присмотришься к списку черт мальчика, которые выдают в нем не самого лучшего кавалера. Постарайся быть с ним особенно осмотрительной или лучше вообще держись от него подальше, если твой бойфренд:

1. Проявляет грубость и агрессию

Ему ничего не стоит повысить голос, оскорбить тебя или зло пошутить. Он остро реагирует на нечаянные толчки в толпе и за каждый готов «дать в глаз». Он любит делать физически больно как бы «в шутку».

2. Игнорирует твое мнение

Ему все равно, чего хочешь ты, – все должно быть так, как он сказал.

3. Изводит ревностью

Из-за его бесконечных претензий ты не общаешься с подругами и готова удалиться из всех соцсетей. Он все равно тебе не доверяет и постоянно контролирует.

4. Нарушает личные границы

Он подходит к твоему телефону и давно выучил пароль от твоей почты – ты ничего не можешь скрыть от него.

5. Презирает девушек в целом

Он часто жалуется на бывших герлфрендс – обвиняет их в изменах и глупости. Только ты для него – идеал. Правда, временно...

6. Требуется взаимности. Очень требует...

Буквально с первой встречи он внушает, что никого не любил так сильно. И очень болезненно реагирует, если ты не клянешься ему в том же.

7. Шантажирует и угрожает

Хоть и в шутку, но периодически он говорит о том, что убьет тебя, будет мстить или сведет счеты с жизнью, если ты от него уйдешь.

8. Бьет посуду и телефоны о стены

Только в фильмах швыряние предметов выглядит красиво – в жизни это показатель незрелости и эмоциональной нестабильности.

9. Обвиняет других в своих проблемах

Его жизнь – череда неудач, созданных родителями, экс-девушками, друзьями. Ты тоже постоянно становишься виновницей конфликтов или его трудностей.

10. От чего-то серьезно зависит

Алкоголь, наркотики, игры – что-то из этого перечня порой берет верх над его здравым смыслом.

11. Страдает от перепадов настроения

Только что он был милым, как вдруг стал раздраженным. Он непредсказуем и взрывоопасен.

12. Дружит с националистами или с агрессивными футбольными фанатами.

Ему нужно сбрасывать эмоциональное напряжение – для этого он нашел идеологию, которая якобы позволяет проявлять злость.

Вывод: Не убеждай себя в том, что ты спасешь парня, сможешь ему измениться. Любовь к такому мальчику может сделать тебя слепой, и вряд ли ты хочешь излечиться от иллюзий ценой переломанных ребер и покалеченной психики.

О том, почему об изнасиловании надо рассказывать

Многие следователи признаются, что очень сложно вести уголовные дела об изнасиловании: потерпевшие боятся давать показания, им слишком

неприятно рассказывать все снова и снова на следствии и на суде. Кроме того, зачастую не остается улик, а это затрудняет работу следователя.

Лучше всего обратиться в ближайшее отделение полиции сразу после того, как произошло преступление. Нужно всегда помнить о том, что понесший наказание преступник куда менее опасен, чем преступник на свободе. В тюрьме, кстати, 131-ю статью «не уважают» – а это значит, что там насильника ждет еще более жестокое наказание.

Ук РФ – статья 131

Изнасилование, то есть половое сношение с применением насилия или с угрозой его применения к потерпевшей или к другим лицам либо с использованием беспомощного состояния потерпевшей, – наказывается лишением свободы на срок от трех до шести лет.

О том, что тебе не стоит делать, чтобы не стать жертвой

Если человека обокрали, окружающие не осуждают его за то, что он носил с собой телефон и деньги. Так и девушка в короткой юбке не становится по умолчанию коварным провокатором. Жертва не виновата – это правило не подлежит обсуждениям и поправкам. Психически здоровый парень всегда контролирует свои поступки – в том числе и те, что связаны с сексуальным влечением. Но да, не будем отрицать – есть особенности твоего поведения и ситуации, которые некоторые парни расценивают как «на всё согласна». И тогда твое «да» кажется формальностью, а «нет» – кокетством.

Не сочти за морализаторство, а внимательно изучи список действий, которые чреваты проблемами. Ты по собственной воле рискуешь, если:

1. Садись в машину к мужчине, с которым флиртовала в клубе или кафе: по негласным правилам так ты якобы демонстрируешь свою сексуальную заинтересованность;
2. Не препятствуешь излишне близким объятиям человека, с которым, вроде как, прямо сейчас не планируешь оказаться в одной постели;
3. Идешь к парню в гости или приглашаешь его, когда дома никого нет;
4. Вообще не обсуждаешь тему секса с мальчиком, хотя вы давно вместе;
5. Позволяешь заваливать себя слишком крутыми подарками;
6. Поощряешь двусмысленные шутки и вульгарное поведение;
7. Напиваешься.

Это совсем не значит, что любая из описанных ситуаций обязательно закончится насилием. Тут как с переходом дороги на красный свет: быть может, ты будешь всегда нарушать правила – и с тобой ничего не случится, но, вероятно, это все плохо закончится уже очень скоро.

О том, что делать, если вот-вот случится страшное

При нападении тебе особенно пригодятся не навыки самообороны (хотя они увеличивают на 15% шансы остаться невредимой), а умение верно действовать. Запомни, в крайне опасной ситуации:

НЕЛЬЗЯ

1. Игнорировать интуицию

Девочек учат быть милыми – они слишком тактичны, даже когда угроза очевидна :(Если чувствуешь малейшую вероятность опасности – уходи.

2. Угрожать

Обещание натравить полицию и друзей пробудит в насильнике не страх, а агрессию.

3. Плакать

Мольбы могут разозлить парня или возбудить еще сильнее.

НУЖНО

1. Сохранять спокойствие и действовать

В момент нападения необходимо хладнокровно оценить ситуацию и как можно быстрее понять, есть ли поблизости люди, которые могут прийти на твой крик, что из предметов под рукой можно использовать как средство для самообороны, куда стоит бежать.

2. Привлекать внимание

В этот момент стеснение неуместно – сделай все, чтобы хоть кто-то заметил вас. Беги к людному месту, даже если с тебя частично сорвана одежда. Жми на клаксон, если ты в машине. Кричи «Пожар!», «Вызовите полицию!».

3. Разозлиться

Главная эмоция в такой момент – страх. Но она не поможет. Гнев, даже ненависть – вот что действительно может спасти.

4. Напасть самой

Первые минуты не так сложно обороняться – стоит бить по лицу (в глаза), в пах, по коленкам. Нужно забыть о том, что это знакомый или недавний возлюбленный, – он стал главным врагом.

5. Выиграть время

Постарайся заговорить парня – якобы согласишься, пригласи к себе или попросись в ванную. Или изобрази истерику (но не впадай в нее), приступ болезни. Пусть он потеряет бдительность.

О том, что делать, если страшное случилось

- 1.** Избежала ты изнасилования или нет, сообщи о случившемся близким и в полицию – желательно, чтобы на участок тебя кто-то сопровождал. Постарайся не мыться и не выкидывай одежду. Да, психологически это сложно, но это поможет привлечь виновного к ответственности;
- 2.** В первые дни после случившегося не оставайся в одиночестве – проси родных всегда находиться рядом;
- 3.** Запишись на прием к психологу;
- 4.** Пиши себе письма, выговаривайся – гони из себя воспоминания, а не прячь их, надеясь, что все само забудется.