



## ЧТО ТАКОЕ СЕКСУАЛИЗИРОВАННОЕ НАСИЛИЕ СО СТОРОНЫ ИНТИМНОГО ПАРТНЁРА?

Всемирная организация здравоохранения определяет сексуализированное насилие как «любой сексуальный акт, попытка его совершения или другие действия, направленные в отношении сексуальности человека с использованием принуждения, совершаемые любым человеком, независимо от его взаимоотношений с пострадавшей, в любом месте. Оно включает изнасилование, определяемое как насильственное или иное принудительное проникновение внутрь вульвы или ануса с использованием пениса, других частей тела или предмета, попытку изнасилования, совершаемое против воли прикосновение сексуального характера или другие бесконтактные формы».

В последнее время всё чаще специалисты, работающие с темой насилия, употребляют термин «сексуализированное насилие», а не «сексуальное насилие». Слово «сексуальный» связано с получением сексуального удовольствия, то есть с чем-то приятным. Насилие же не может быть чем-то привлекательным. Называя насилие «сексуализированным», мы смещаем фокус на слово «насилие», тем самым подчёркивая, что хоть это связано с сексом, это не касается удовольствия, а связано с желанием агрессора получить власть и контроль над женщиной. В такой ситуации нет места добровольности.

1

Согласие — это главный критерий, позволяющий провести границу между сексом и «сексуализированным насилием». Оно включает в себя несколько условий, и если хотя бы одно из условий нарушается, то речь идёт о «сексуализированном насилии»:



### добровольность

не должно быть принуждения, запугивания, применения силы или угроз



### молчание

не знак согласия, только «да» значит «да»



### осознанность

женщина в состоянии дать активное согласие, что возможно только тогда, когда она не спит, находится в сознании и может контролировать своё тело



### отзываемость

если женщина согласилась на секс, она имеет право в любой момент сказать «нет», то есть согласие может быть отозвано в любой момент



### информированность

согласие невозможно без понимания того, на что ты соглашаешься: согласие на одну сексуальную практику не означает автоматически согласие на любую сексуальную практику, согласие на защищённый секс означает, что второй партнёр не должен незаметно снимать презерватив и т.д.



### согласие

на секс раньше не означает автоматическое согласие на секс в следующий раз

Если партнёр получает «формальное» согласие женщины манипулируя ей, угрожая или используя своё положение, в результате чего партнёра не может отказаться, боясь последствий, то это не будет являться согласием. Независимость во время принятия решения — это ещё одно важное условие согласия. Это значит, что в отношениях люди находятся на равных, никто не зависит от власти другого.

**Сексуализированное насилие со стороны интимного партнёра может проявляться в разных формах и включает в себя:**

- принуждение/попытка принуждения женщины к половому акту против её воли, включая любую форму проникновения (пенисом, языком, пальцами, предметом);
- согласие женщины на сексуальные действия из страха перед действиями партнёра в случае отказа;

2

- принуждение женщины партнёром к сексуальным действиям унижительным или оскорбительным для неё способом;
- принуждение к сексу или сексуальным действиям с другими людьми;
- принуждение к участию в сексуальных актах из-за угроз другим людям, в том числе детям;
- преднамеренное заражение ВИЧ (вирусом иммунодефицита человека) или инфекциями, передающимися половым путём через половой контакт;
- давление или обман с целью принуждения к небезопасному сексу, включая обман, когда партнёр тайно снимает презерватив в процессе сексуального акта;
- принуждение к участию в порносъёмках лично или через веб-камеру;
- принуждение к просмотру порнографии и повтору порнографических действий;
- причинение вреда пострадавшей во время секса, включая несмертельное удушение;
- принуждение к сексуальным актам в обмен на наркотики, алкоголь или деньги для интимного партнёра;
- принуждение к обнажению и фотографированию с явным сексуальным подтекстом;
- принудительный аборт, беременность, стерилизация;
- пошлые шутки и анекдоты со стороны партнёра, являющиеся оскорбительными или унижительными для женщины;
- распространение в Интернете сексуализированных изображений/видео, сделанных без согласия;
- распространение в Интернете сексуализированных изображений/видео, сделанных по обоюдному согласию, но распространённых без согласия;

Важно понимать, что любая форма сексуализированного насилия является недопустимой.

## МИФЫ О СЕКСУАЛИЗИРОВАННОМ НАСИЛИИ СО СТОРОНЫ ИНТИМНОГО ПАРТНЁРА



Личные установки относительно сексуализированного насилия влияют на то, как мы относимся к пострадавшим и агрессорам, как мы решаем, кто ответственен за произошедшее. Поскольку сексуализированное насилие по-прежнему табуировано в обществе, то о нём существует огромное количество мифов, что приводит к тому, что пострадавшие не заявляют о случившемся и не ищут помощи, боясь осуждения.

**Миф: «Сексуализированное насилие нравится женщинам, потому что иначе они разорвали бы насильственные отношения с партнёром»**

Находиться в насильственных отношениях женщины могут по целому ряду причин: желание быть любимой и нужной, любовь и привязанность к партнёру; страх, что одна она не справится, тем более, если в браке есть дети; надежда, что однажды агрессор все же поймет свою ошибку и, наконец, «исправится», как и обещал уже много раз; материальная зависимость; отсутствие собственного жилья; страх остаться одной и никому не нужной... Плюс ко всему, женщины, переживающие сексуализированное насилие в партнёрстве, всё ещё помнят своих партнёров не только агрессивными как сейчас, а заботливыми и любящими как когда-то.

Большим психологическим барьером на пути разрыва таких отношений является страх рассказать о происходящем насилии родными и друзьям, ведь когда-то она «сама добровольно впустила насильника в свою жизнь». Кроме того, часто женщины слышат в ответ: «Ты сама виновата», «Надо было думать, когда замуж выходила», «Терпи, у тебя дети». При этом именно без поддержки родных и близких разорвать насильственные отношения женщине бывает сложнее всего.

### Миф: «Не бывает изнасилований в браке или в партнёрстве»

Многие убеждены, что если женщина находится в браке или в партнёрских отношениях, то никакого сексуализированного насилия с ней в этих отношениях случиться не может. Считается, что секс с партнёром — это «супружеский долг», подразумевая, что сексуальные предпочтения или потребности женщины в отношениях учитывать не обязательно.

Важно помнить: согласие на партнёрские отношения или брак не означает постоянного согласия на секс. Сексуализированное насилие совершается в отношениях, в которых принципы согласия на секс не соблюдаются. Находясь в отношениях, женщина всегда имеет право отказаться от секса. И если эти отношения здоровые, то это её нежелание будет принято партнером без претензий и с пониманием. При этом необходимо учитывать, что убедиться в согласии на секс должен не только мужчина, но и женщина. Лишь только выраженное и очевидное «да» можно считать согласием. В случае, если кто-либо из партнёров хоть каким-то образом принуждает второго партнёра к сексу, то это уже сексуализированное насилие.

### Миф: «Пострадавших от сексуализированного насилия в браке не очень много»

В реальности женщин, которые пострадали от сексуализированного насилия от своих партнёров или супругов, очень даже много. Согласно результатам исследования «Распространённость насилия в отношении женщин в Республике Беларусь» (в тексте приведены результаты исследования, которое было проведено в 2019 году Институтом социологии Национальной академии наук РБ по заказу Фонда ООН в области народонаселения) 6,5% женщин, состоявших на протяжении своей жизни в отношениях, рассказали, что подвергались сексуализированному насилию со стороны своего партнёра. Самыми распространёнными проявлениями сексуализированного насилия в этих случаях был сексуальный контакт против воли женщины из страха перед действиями партнёра в случае отказа и принуждение женщины к половому акту угрозами

и удержанием силой.

### Миф: «Страдают от сексуализированного насилия от партнёра только молодые женщины»

Сексуализированному насилию со стороны партнёра подвергаются женщины всех возрастных групп. Более того, согласно результатам исследования, о котором упоминалось выше, женщины в возрасте от 55 лет и старше отметили наибольшее наличие сексуальных контактов, которые были совершены против их воли и из страха перед действиями партнёра в случае отказа. И это 1,4% всех женщин, состоявших в партнёрстве, которые приняли участие в исследовании. Прочим действиям сексуализированного насилия эта возрастная категория женщин подвергалась в той же степени, что и женщины возрастных категорий 25-34 или 35-44 лет.

### Миф: «Если бы женщина действительно не хотела, она бы сопротивлялась»

Для нападающего насилие всегда запланировано, в то время как для пострадавшей оно всегда является неожиданным и, чаще всего, вызывает чувство беспомощности и страха, а они всегда работают на пользу насильника. Находясь в таком состоянии, женщина не способна контролировать свои реакции и, тем более, поведение. Одну из рефлекторных реакций на насилие часто называют параличом. Речь идёт о перевозбуждении парасимпатической нервной системы или, другими словами, тонической неподвижностью, при которой из-за происходящих в организме физиологических процессов возникает состояние оцепенения, бессилия и частичное либо полное отделение себя от переживаний. Простыми словами, женщину словно парализует от страха. В этом состоянии она не способна звать на помощь, говорить что-либо и сопротивляться.

В рамках одного из исследований в Швеции, провели интервью с женщинами, которые обратились в центр помощи изнасилованным. В рамках одного месяца со дня инцидента, оказалось, что у 70% из опрошенных случилось то самое тоническое торможение, а 48% рассказывали о крайне высокой степени такого торможения во время нападения на них.

## КАК СЕКСУАЛИЗИРОВАННОЕ НАСИЛИЕ СО СТОРОНЫ ИНТИМНОГО ПАРТНЁРА СВЯЗАНО С ДРУГИМИ ВИДАМИ ДОМАШНЕГО НАСИЛИЯ?

Сексуализированное насилие в отношениях редко бывает единичным случаем и часто начинается с контролирующего поведения, которое может перерасти в дальнейшее психологическое, физическое, экономическое и сексуализированное.

Цель **контролирующего поведения** — заставить человека стать покорным или изолировать его от источников поддержки, таких как друзья и семья.

Оно может включать:

- контроль за повседневной жизнью и поведением пострадавшей: заставлять её учитывать своё время, диктовать, что ей носить, что и когда есть и т.д.
- контроль доступа к финансам, включая контроль за её счетами или принуждение к передаче паролей к банковским счетам с целью облегчения экономического насилия;
- изоляция от семьи, друзей и специалистов, которые могут попытаться оказать ей поддержку, перехват сообщений или телефонных звонков;
- препятствование пострадавшей в приёме лекарств или доступе к медицинскому лечению, ограничения её свободы передвижения (это актуально для пострадавших с ограниченными возможностями или с длительным ухудшением состояния здоровья);
- использование психоактивных веществ для контроля над пострадавшей через зависимость или контроль её доступа к веществам;
- использование детей для контроля, например, угроза забрать детей;
- использование животных для контроля или принуждения, например угроза причинить вред домашнему питомцу;
- угрозы раскрыть конфиденциальную информацию, например, разослать фотографии в социальных сетях;
- запугивание и угрозы раскрытия информации о состоянии здоровья пострадавшей или членов семьи, особенно в тех случаях, когда это может вызвать стигму в обществе;
- сильная ревность и контроль за общением с другими людьми, в том числе проверка мобильного телефона или онлайн-общения;

- попытка помешать пострадавшей принимать самостоятельные решения;
- настаивает, чтобы пострадавшая бросила работу и т.д.

### Физическое насилие



Физическое насилие — это любое действие, совершённое над человеком против его воли с применением физической силы, а также бездействие, причиняющее человеку физические страдания. Оно может включать, но не ограничивается следующим:

- пинание, удары, щипки, толкание, таскание, пихание, пощечины, царапины, удушение, плевки и укусы;
- применение или угроза применения оружия, включая ножи и утюги;
- удушение, ошпаривание, отравление или утопление или угроза их применения;
- бросание предметов в пострадавшую или в её сторону;
- насилие или угрозы физического насилия в отношении членов семьи.

### Экономическое насилие



Под экономическим насилием понимается поведение, которое оказывает существенное негативное воздействие на способность человека приобретать, использовать или сохранять деньги или другую собственность, а также получать товары или услуги. Если это происходит постоянно, то такое поведение оказывает серьёзное влияние на пострадавшую. Экономическое насилие может поставить женщину в экономическую зависимость от агрессора и/или создать экономическую нестабильность, тем самым ограничивая её возможность сбежать и получить доступ к безопасности.

**Примеры экономического насилия могут быть следующими:**

- контроль над семейным доходом;
- запрет пострадавшей зарабатывать или тратить деньги без «разрешения»;
- отказ пострадавшей и детям в еде или разрешение есть только определённый вид пищи;
- начисление долгов на имя пострадавшей, в том числе без её ведома;
- принуждение к продаже общего имущества;

- запись имущества, на которое были потрачены совместно заработанные деньги, на родственников агрессора, чтобы лишить возможности пострадавшую получить часть имущества при разводе;
- намеренное принуждение жертвы к обращению в суд, чтобы она понесла дополнительные судебные издержки;
- вмешиваться или препятствовать жертве в урегулировании её иммиграционного статуса, чтобы жертва была экономически зависима от преступника;
- препятствование пострадавшей в обращении за социальными пособиями;
- вмешательство в образование, трудоустройство и карьеру пострадавшей, чтобы она была экономически зависима от агрессора;
- не предоставлять жертве доступ к мобильному телефону/автомобилю/коммунальным услугам;
- нанесение ущерба имуществу жертвы;
- отказ в покупке корма для домашних животных или получении ветеринарной помощи для своего питомца;
- принуждение жертвы к передаче имущества или денег;
- отказ от осуществления согласованных или требуемых платежей, например, преднамеренное получение маленькой официальной зарплаты, чтобы алименты на детей были минимальными.

Некоторые формы экономического насилия могут продолжаться после того, как пострадавшая рассталась с агрессором. Например, совместно нажитое имущество, записанное на родственников агрессора, при разводе лишает женщину и детей жилья и иного имущества, что приводит к тяжёлому положению/бедности пострадавшей и её детей в будущем.

### Психологическое насилие



Психологическое насилие — уничижительное и оскорбительное поведение, цель которого — получение контроля над пострадавшей, её восприятием происходящего, временем и образом жизни. Этот вид насилия может включать в себя:

- оскорбительные, уничижительные, угрожающие или унижающие достоинство высказывания, смех и издевательства;
- угрозы, крики для запугивания пострадавшей;

- шантаж;
- вербальное оскорбление наедине или в компании;
- манипулирование убеждениями человека или злоупотребление доверием;
- враждебное поведение или игнорирование как часть модели поведения, чтобы заставить пострадавшую испытывать страх;
- попытки заставить пострадавшую сомневаться в собственной вменяемости;
- угрозы применения силы в отношении пострадавшей, её детей, семьи, домашних питомцев, родственников;
- использование социальных сетей для запугивания жертвы и т.д.

Агрессоры всё чаще используют Интернет, современные технологии для контроля над пострадавшими как во время, так и после завершения отношений. Исследования показали, что женщины, которые состояли в насильственных отношениях и пережили случаи сексуализированного насилия, чаще подвергались преследованию со стороны бывшего партнёра.

### Агрессоры могут использовать:

- размещение ложной или наносящей вред информации о пострадавшей в её или чужих социальных сетях, СМИ;
- создание ложных аккаунтов в социальных сетях от имени пострадавшей;
- «троллинг» с помощью оскорбительных, обидных или намеренно провокационных сообщений через социальные медиа-платформы или онлайн-форумы;
- злоупотребление изображениями — например, создание фальшивых/цифровых изменённых изображений и распространение без согласия или угроза распространения сексуализированных фото/видео, созданных во время отношений с партнёром;
- «апскертинг», который включает в себя фотографирование под одеждой другого человека без его ведома;
- взлом, мониторинг или контроль учетных записей электронной почты, профилей в социальных сетях, телефонных звонков;
- блокирование аккаунтов пострадавшей в Интернете, чтобы лишить её доступа в социальных сетях, мессенджерах и т.д.
- использование шпионских программ или GPS-локаторов на таких предметах как телефоны, компьютеры и т.д.
- взлом учётных записей с целью получения доступа к ним, чтобы отслеживать, например, местоположение пострадавшей;
- использование персональных устройств, таких как умные часы для контроля и запугивания;
- использование скрытых камер и т.д.

## ПОСЛЕДСТВИЯ СЕКСУАЛИЗИРОВАННОГО НАСИЛИЯ

Сексуализированное насилие оказывает серьёзное воздействие на физическое и психологическое состояние пострадавших, вызывая целый ряд последствий, которые могут растягиваться на долгие годы.

Прямыми последствиями в случае сексуализированного насилия могут быть кровотечения, различные телесные повреждения и травмы. Физические травмы, могут вызывать длительные или даже хронические боли, к примеру, головные боли, фибромиалгию, расстройства желудочно-кишечного тракта, заболевания, связанные со снижением иммунного ответа организма.

Сексуализированное насилие оказывает сильное воздействие на сексуальное и репродуктивное здоровье: от повреждений и травм органов мочеполовой системы до долговременных последствий. Например, таких как инфекции, передающиеся половым путём, воспаление органов таза, повторяющиеся воспаления мочевыводящих путей, нежелательная беременность. Также долговременными последствиями могут быть болезненность полового акта, потеря интереса к сексу, нарушения менструального цикла, различные осложнения при беременности и родах, страх перед родами, бесплодие.

Сразу после сексуализированного насилия пострадавшим не всегда удаётся совладать со стрессом и эмоциональными потрясениями без вреда для себя из-за чего пострадавшие начинают причинять себе боль или наносить поверхностные повреждения в легко скрываемых, но доступных местах (например, на предплечьях, передней части бедра). Такое поведение повторяется неоднократно, что приводит к обширным формам рубцевания.

Некоторые пострадавшие становятся крайне осторожными из страха перед новым насилием и стараются избегать любых возможных угроз. Но есть и пострадавшие, которые начинают вести себя прямо противоположным образом — они склонны рисковать гораздо больше, чем раньше. Могут начать

курить, злоупотреблять алкоголем и психоактивными веществами, вступать в случайные половые связи, хотя раньше так не поступали. Рискованное поведение является неосознанной стратегией для того, чтобы справиться с травмой, попытаться восстановить чувство контроля над своей жизнью.

Сексуализированное насилие со стороны интимного партнёра может привести к депрессии, посттравматическому стрессовому расстройству и другим тревожным расстройствам, проблемам со сном, попыткам самоубийства. Пострадавшие могут потерять интерес к тем занятиям, которые раньше приносили им радость, чувствовать беспокойство и вялость. Способность воспринимать удовольствие и наслаждение почти полностью исчезает. Пострадавшие могут переживать периоды глубокой печали, безысходности и отчаяния. Негативные мысли начинают доминировать, вызывая чувства никчёмности и неполноценности.

От депрессии сильно страдает и физическое здоровье. Пострадавшие могут чувствовать постоянную усталость, бессонницу, снижение аппетита либо же наоборот, неконтрольное переедание, испытывать трудности с концентрацией, принятием решений и памятью. Женщина может начать сомневаться в себе, своей привлекательности и ценности как личности. Чувства стыда и вины, связанные с насилием, могут подорвать самооценку и привести к чувству неполноценности.



## ПОЧЕМУ ПОСТРАДАВШИМ НУЖНА ПОДДЕРЖКА, ЧТОБЫ УЙТИ ОТ АГРЕССОРА



Пострадавшие от сексуализированного насилия подвергаются, как правило, и другим видам насилия: психологическому, физическому, экономическому. Ситуации насилия имеют свою цикличность — это три фазы:

напряжение

непосредственный  
инцидент

«медовый месяц»

когда происходит примирение.  
Именно эта фаза может ввести  
пострадавшую в заблуждение.

Ситуация может усугубляться тем, что агрессор с окружающими может вести себя абсолютно адекватно, дружелюбно, быть заботливыми и внимательными, что вводит в заблуждение окружающих и вызывает недоверие к словам женщины о совершаемом насилии. Нередки случаи, когда родственники и друзья не поддерживают пострадавшую, а осуждают её, уговаривают женщину «не быть мстительной», «не разрушать семью», «не лишать детей отца».

Пострадавшая также может не иметь своего жилья, доступа к ресурсам, необходимым для самостоятельного обеспечения себя и своих детей, не может себе позволить обратиться за юридической помощью. Важно понимать, что чем сильнее пострадали здоровье и благополучие пострадавшей, тем труднее ей обращаться за помощью и принимать её, но тем легче агрессору продолжать насильственное поведение. В период расставания или развода риск насилия даже выше: большинство убийств, покушений на убийства и актов опасного насилия совершаются, когда жертвы пытаются окончательно разорвать отношения со склонным к насилию партнёром.

Когда пострадавшая обращается за помощью, агрессоры используют различные стратегии, чтобы сохранить власть и контроль. Они могут манипулиро-

вать пострадавшими, окружающими их людьми, специалистами, указывая, что виновата женщина, стараться дискредитировать сообщения о насилии, чтобы скрыть своё жестокое поведение.

**Агрессоры могут:**

- выдвигать ложные обвинения против пострадавшей;
- пытаться убедить специалистов, что его действия были направлены на обеспечение безопасности женщины и детей, это не была попытка контролировать жизнь членов семьи;
- писать жалобы на пострадавшую в различные инстанции;
- использовать детей в качестве формы контроля, например, пытаться отобрать их или настраивая против женщины;
- пытаться доказать, что женщина психически больна;
- использовать интерпретации религии или веры для сохранения контроля над пострадавшей;
- внушать пострадавшей, что ей не поверят, поэтому не стоит обращаться в милицию или в другие учреждения за помощью;
- использовать членов семьи или других лиц для косвенного общения с пострадавшей или угроз в её адрес, особенно в тех случаях, когда преступник находится под следствием или выдано защитное предписание;
- преследовать и запугивать пострадавшую, поджидая её возле дома, работы, школы и др. мест;
- портить имущество, например, ломать дверь, обрывать провода, прокалывать колеса автомобиля и т.д.;
- угрожать разослать членам семьи, друзьям сексуализированные изображения/видео, которые были ранее сделаны по согласию или без согласия и т.д.



## ФАКТОРЫ РИСКА, КОТОРЫЕ НУЖНО УЧИТЫВАТЬ СПЕЦИАЛИСТАМ, ПРИ ОБРАЩЕНИИ ПОСТРАДАВШИХ ОТ СЕКСУАЛИЗИРОВАННОГО НАСИЛИЯ ЗА ПОМОЩЬЮ

Сексуализированное насилие само по себе является одним из важных показателей высокого риска повторного серьёзного инцидента, так как редко носит единичный характер. Во время расставания или развода риск насилия имеет тенденцию к росту и эскалации, поэтому специалистам надо следует обратить внимание на ситуацию, если:

- 1 Были ли угрозы убийством женщине, детям или других родственникам.
- 2 Имело ли место удушение.
- 3 Насилие стало более частым и более серьёзным за последний год.
- 4 Агрессор контролирует повседневную жизнь жертвы.
- 5 Агрессор преследует пострадавшую: постоянные звонки, отправка сообщений, нарушение защитного предписания и т.д.

- 6 У агрессора есть доступ к оружию.
- 7 Женщина планирует уйти от агрессора или только ушла.
- 8 Агрессор злоупотребляет алкоголем или наркотиками.
- 9 У пострадавшей нет в окружении людей, которые её могут поддержать.
- 10 Агрессор использует детей в качестве оружия против женщины, угрожая причинить им вред или отобрать их у пострадавшей и т.д.

Исследования показали, что оценка пострадавшей своего положения является одним из наилучших оснований для оценки вероятности повторения насилия в будущем. Если жертва опасается повторения насилия, к этому надо относиться серьёзно, так как пострадавшим свойственно преуменьшать серьёзность насилия.

