

НАСИЛЬСТВО



ПРАКТИЧНИЙ ПСИХОЛОГ ЯНА ЛОБКОВА

Домашнє наси́льство



ДОМАШНЄ НАСИ́ЛЬСТВО - ПРОТИПРАВНІ
ДІЯ АБО БЕЗДІЯЛЬНІСТЬ (А ТАКОЖ
ПОГРОЗИ ЇХ ВЧИНЕННЯ) У ФОРМІ
ФІЗИЧНОГО, СЕКСУАЛЬНОГО,
ПСИХОЛОГІЧНОГО, ЕКОНОМІЧНОГО
НАСИ́ЛЬСТВА, ЩО ВЧИНЯЮТЬСЯ У
ВИЗНАЧЕНОМУ КОЛІ ОСІБ, НЕЗАЛЕЖНО
ВІД МІСЦЯ ЇХ ПРОЖИВАННЯ.

(ОРГАНІЗАЦІЙНО-ПРАВОВІ ЗАСАДИ ЗАПОБІГАННЯ
ТА ПРОТИДІЇ ДОМАШНЬОМУ НАСИ́ЛЬСТВУ
ВИЗНАЧЕНІ ЗАКОНОМ УКРАЇНИ «ПРО
ЗАПОБІГАННЯ ТА ПРОТИДІЮ ДОМАШНЬОМУ
НАСИ́ЛЬСТВУ». ЦЕЙ ЗАКОН ТАКОЖ ВИЗНАЧАЄ
ОСНОВНІ НАПРЯМИ РЕАЛІЗАЦІЇ ДЕРЖАВНОЇ
ПОЛІТИКИ У СФЕРІ ЗАПОБІГАННЯ ТА ПРОТИДІЇ
ДОМАШНЬОМУ НАСИ́ЛЬСТВУ, СПРЯМОВАНІ НА
ЗАХИСТ ПРАВ ТА ІНТЕРЕСІВ ПОСТРАЖДАЛИХ
ОСІБ).

ФІЗИЧНЕ НАСИЛЬСТВО



- ПОБОЇ, СТУСАНИ, ШТОВХАННЯ
- ПЕРЕШКОДЖАННЯ ВІЛЬНОМУ ПЕРЕСУВАННЮ
- ПРИМУС ДО ВЖИВАННЯ АЛКОГОЛЮ ЧИ НАРКОТИЧНИХ РЕЧОВИН
- СТВОРЕННЯ СИТУАЦІЙ, ЩО НЕСУТЬ РИЗИК ЧИ ЗАГРОЗУ ЖИТТЮ ТА ЗДОРОВ'Ю
- ПОГРОЖУВАННЯ ЗБРОЄЮ ЧИ ІНШИМИ РЕЧАМИ, ЩО МОЖУТЬ ЗАВДАТИ ФІЗИЧНОЇ ШКОДИ
- ПОЗБАВЛЕННЯ ДОПОМОГИ ПІД ЧАС ХВОРОБИ ЧИ ВАГІТНОСТІ
- ПЕРЕВЕЗЕННЯ ДО ІНШОГО МІСЦЯ В МЕЖАХ КРАЇНИ ЧИ ЗА КОРДОН ШЛЯХОМ ОБМАНУ АБО ПРИМУСУ

СЕКСУАЛЬНЕ НАСИЛЬСТВО



- ПРИМУШУВАННЯ ДО НЕБАЖАНИХ СТАТЕВИХ СТОСУНКІВ
- ТОРКАННЯ ІНТИМНИХ ЧАСТИН ТІЛА БЕЗ ЗГОДИ
- ЗМУШЕННЯ ДО СТАТЕВОГО АКТУ З ІНШОЮ ЛЮДИНОЮ
- ПРИМУС ДО НЕПРИЙНЯТНИХ ФОРМ СЕКСУ, САДИСТСЬКИХ ПРАКТИК
- НАВ'ЯЗУВАННЯ ВІДВЕРТОГО СТИЛЮ ОДЯГУ АБО ПОВЕДІНКИ ВСУПЕРЕЧ ТВОЄМУ БАЖАННЮ
- ПРИМУШУВАННЯ СПОСТЕРІГАТИ ЗА СТАТЕВИМИ АКТАМИ МІЖ ІНШИМИ ЛЮДЬМИ
- ПРИМУШУВАННЯ ДО УЧАСТІ У СТВОРЕННІ ЧИ ПЕРЕГЛЯДІ ПОРНОГРАФІЧНИХ МАТЕРІАЛІВ

ПСИХОЛОГІЧНЕ НАСИЛЬСТВО



- ПОГРОЗИ ВБИТИ ЧИ СКАЛІЧИТИ (В ТОМУ ЧИСЛІ ДІТЕЙ)
- СЛОВЕСНІ ОБРАЗИ ТА ПРИНИЖЕННЯ ЖЕСТАМИ Й МІМІКОЮ
- ПОГРОЗИ ВІДІБРАТИ ДІТЕЙ
- ШАНТАЖ ТА МАНІПУЛЯЦІЇ, ВВЕДЕННЯ В ОМАНУ ДЛЯ ВЛАСНОЇ ВИГОДИ
- БУЛІНГ (ЦЬКУВАННЯ, ПЕРЕСЛІДУВАННЯ, ЗАЛЯКУВАННЯ)
- ПОСТІЙНИЙ ТА ЦІЛКОВИТИЙ КОНТРОЛЬ
- ЗНЕВАГА ЯК ДО ОСОБИСТОСТІ
- ПОСТІЙНА КРИТИКА ТА НАСМІШКИ
- БЕЗПІДСТАВНІ ЗВИНУВАЧЕННЯ ТА ФОРМУВАННЯ ПОЧУТТЯ ПРОВИНИ
- ОБМЕЖЕННЯ У КОНТАКТАХ ІЗ БЛИЗЬКИМИ ТА ДРУЗЬЯМИ, У ВИБОРІ КОЛА СПІЛКУВАННЯ
- НЕХТУВАННЯ ПРАВОМ НА ЧЕСТЬ ТА ГІДНІСТЬ
- БЕЗПІДСТАВНІ РЕВНОЩІ, ОБВИНУВАЧЕННЯ У ЗРАДІ
- ДИСКРИМІНАЦІЯ ЧЕРЕЗ ПЕРЕКОНАННЯ, ВІРОСПОВІДАННЯ, ПОХОДЖЕННЯ, СТАТУС
- ПРИМУШУВАННЯ СПОСТЕРІГАТИ ЗА НАСИЛЬСТВОМ НАД ІНШИМИ ЛЮДЬМИ ЧИ ТВАРИНАМИ
- ПОГРОЗА ПОЗБАВИТИ ЖИТЛА АБО ОСОБИСТОГО МАЙНА

ЕКОНОМІЧНЕ НАСИЛЬСТВО



- ПОЗБАВЛЕННЯ ЇЖІ ТА ВОДИ
- ОБМЕЖЕННЯ ДОСТУПУ ЧИ
ПОЗБАВЛЕННЯ ЖИТЛА
- ПОШКОДЖЕННЯ ОСОБИСТОГО
МАЙНА
- ПЕРЕШКОДЖАННЯ У ДОСТУПІ
ДО НЕОБХІДНИХ ПОСЛУГ
- ПОЗБАВЛЕННЯ ВЛАСНИХ
КОШТІВ, ІНШИХ
МАТЕРІАЛЬНИХ ЦІННОСТЕЙ
- МАЙНОВИЙ ШАНТАЖ
- ЗАБОРОНА
ПРАЦЕВЛАШТОВУВАТИСЬ,
НАВЧАТИСЬ
- ПРИМУШУВАННЯ ДО
ЖЕБРАЦТВА

ПЛАН БЕЗПЕКИ



ПІДГОТОВЧИЙ ЕТАП

КРИТИЧНИЙ ЕТАП

ПОСТКРИТИЧНИЙ ЕТАП

ПІДГОТОВЧИЙ ЕТАП



СПЛАНУЙТЕ ВТЕЧУ ЗАВЧАСНО.

ЗРОБІТЬ КОПІЇ АБО ФОТО ВАЖЛИВИХ ДОКУМЕНТІВ (ПАСПОРТ, ІДЕНТИФІКАЦІЙНИЙ КОД, СВІДОЦТВА ПРО НАРОДЖЕННЯ ВЛАСНЕ ТА ДІТЕЙ, СВІДОЦТВО ПРО ШЛЮБ, ПОСВІДЧЕННЯ, ДОКУМЕНТИ ПРО ПРАВО ВЛАСНОСТІ, МЕДИЧНІ КАРТКИ ДОВІДКИ ТОЩО). ЗАЗДАЛЕГІДЬ ТА ТАЄМНО ЗАКРИЙТЕ БАНКІВСЬКІ РАХУНКИ, ВІДКЛАДІТЬ ТА СХОВАЙТЕ ГОТІВКОВІ ГРОШІ ІЗ РОЗРАХУНКУ НА 3-5 ДНІВ.

ЗРОБІТЬ ДУБЛІКАТИ КЛЮЧІВ.

ЗБЕРІТЬ РЕЧІ ПЕРШОЇ НЕОБХІДНОСТІ (ЛІКИ, ЗАСОБИ ГІГІЄНИ, ОДЯГ, ВЗУТТЯ, ЦІННІ РЕЧІ, ЮВЕЛІРНІ ПРИКРАСИ).

ЗБЕРІГАЙТЕ КОПІЇ ЗІБРАНИХ ДОКУМЕНТІВ ТА РЕЧІ У НАДІЙНОМУ ТА ДОСТУПНОМУ ДЛЯ ВАС МІСЦІ АБО У ЛЮДЕЙ ЯКИМ ВИ ДОВІРЯЄТЕ.

ВИДАЛІТЬ ІСТОРІЮ ПОШУКУ В ІНТЕРНЕТІ, ВИМКНІТЬ У НАЛАШТУВАННЯХ СМАРТФОНУ (ПЛАНШЕТУ, НОУТБУКУ) ПОСЛУГУ ВИЗНАЧЕННЯ ГЕОЛОКАЦІЇ, ВИДАЛІТЬ ІСТОРІЮ ЛИСТУВАННЯ ЕЛЕКТРОННОЇ ПОШТИ ТА ІСТОРІЇ ЧАТІВ У МЕСЕНДЖЕРАХ, ЗАБЛОКУЙТЕ ВЛАСНІ АКАУНТИ У СОЦМЕРЕЖАХ. ДОМОВТЕСЬ З СУСІДАМИ, ДРУЗЯМИ ТА БЛИЗЬКИМИ ЛЮДЬМИ ЩОДО СИГНАЛІВ ПРО ПЕРЕБУВАННЯ У НЕБЕЗПЕЦІ, ЩОБ ВОНИ ЗНАЛИ КОЛИ ВИ ПОТРЕБУЄТЕ ДОПОМОГИ.

ЗНАЙДІТЬ МІСЦЕ, ЯКЕ Б СТАЛО ТИМЧАСОВИМ НАДІЙНИМ ПРИХИСТКОМ.

КРИТИЧНИЙ ЕТАП



УНИКАЙТЕ ПРИМІЩЕНЬ, ДЕ Є ГОСТРІ ТА НЕБЕЗПЕЧНІ ПРЕДМЕТИ (КУХНЯ, ВАННА КІМНАТА, ГАРАЖ, БАЛКОН ТОЩО). ПЕРЕБУВАЙТЕ У ПРИМІЩЕННЯХ, З ЯКИХ ЛЕГКО ПІТИ, ТРИМАЙТЕСЬ БЛИЖЧЕ ДО ВИХОДУ.

ЗНІМІТЬ З СЕБЕ БУДЬ-ЯКІ ПРИКРАСИ ЧИ АКСЕСУАРИ, ВОНИ МОЖУТЬ БУТИ НЕБЕЗПЕЧНИМИ У КРИТИЧНІЙ СИТУАЦІЇ ДЛЯ ВАШОГО ЖИТТЯ ТА ЗДОРОВ'Я. ПЕРЕКОНАЙТЕСЯ, ЩО ЗБРОЯ, ЯКЩО ВОНА Є У БУДИНКУ, ЗАМКНЕНА.

ДБАЙТЕ ПРО БЕЗПЕКУ ДІТЕЙ ТА ЛЮДЕЙ ПОХИЛОГО ВІКУ.

НАМАГАЙТЕСЯ УНИКНУТИ КОНФЛІКТУ, ПОКИНУТИ ПРИМІЩЕННЯ ТА ЗАТЕЛЕФОНУВАТИ ЗА НОМЕРОМ ЕКСТРЕНОВОГО ВИКЛИКУ «102».

ПОДАЙТЕ СИГНАЛ НЕБЕЗПЕКИ СУСІДАМ, ДРУЗЬЯМ АБО БЛИЗЬКИМ ЛЮДЬМ, ЯКЩО НЕ МАЄТЕ ЗМОГИ ОСОБИСТО ПОВІДОМИТИ ПОЛІЦІЮ.

ПОСТКРИТИЧНИЙ ЕТАП Problem Solution

ЗВЕРНІТЬСЯ ДО МЕДИЧНОГО ЗАКЛАДУ, ЯКЩО
ВАМ ЗАВДАНО ТІЛЕСНИХ УШКОДЖЕНЬ ТА
ДЕТАЛЬНО ПОВІДОМТЕ ЛІКАРІВ ПРО СИТУАЦІЮ,
ЩО СТАЛАСЯ.

ЗАФІКСУЙТЕ ВСІ ПРОЯВИ НАСИЛЬСТВА: ФОТО
СИНЦІВ ТА САДЕН, ПОВІДОМЛЕННЯ З
ПОГРОЗАМИ, ЗАПИСИ ТЕЛЕФОННИХ РОЗМОВ,
МЕДИЧНІ ДОВІДКИ ТОЩО.

ЗАТЕЛЕФОНУЙТЕ ЗА НОМЕРОМ ЕКСТРЕНОВОГО
ВИКЛИКУ «102» ТА ПОВІДОМТЕ ПРО СИТУАЦІЮ
ЯКА ТРАПИЛАСЬ.

ПОВІДОМТЕ ОСІБ, ЯКИМ ДОВІРЯЄТЕ (СУСІДИ,
БЛИЗЬКІ РОДИЧІ ТА ДРУЗІ), ПРО СВІЙ СТАН ТА
ПОДАЛЬШІ НАМІРИ.

ЗМІНІТЬ НОМЕР ТЕЛЕФОНУ, АДРЕСУ
ЕЛЕКТРОННОЇ ПОШТИ, ВИМКНІТЬ НАЛАШТУВАННЯ
ГЕОЛОКАЦІЇ, ЗМІНІТЬ РОЗПОРЯДОК ДНЯ ТА
ЗВИЧНІ МАРШРУТИ ПЕРЕСУВАННЯ.

ТРИМАЙТЕ КОПІЇ ВАЖЛИВИХ ДОКУМЕНТІВ БІЛЯ
СЕБЕ, А ЇХ ОРИГІНАЛИ У НАДІЙНОМУ МІСЦІ.

ПОВІДОМТЕ ПРО ЧАС ТА МІСЦЕ ЗУСТРІЧІ ОСОБИ,
ЯКІЙ ДОВІРЯЄТЕ, КОЛИ ПЛАНУЄТЕ ПОБАЧИТИСЬ З
КРИВДНИКОМ, ЗУСТРІЧ ПРИЗНАЧАЙТЕ У ЛЮДНОМУ
МІСЦІ ТА/АБО У ЗОНІ ДІЇ КАМЕР

ВІДЕОСПОСТЕРЕЖЕННЯ (У МАГАЗИНАХ,
РОЗВАЖАЛЬНИХ ЗАКЛАДАХ, БІЛЯ ДЕРЖАВНИХ
УСТАНОВ).

ЯКЩО В СІМ'Ї Є ДІТИ



ПЕРЕКОНАЙТЕСЯ, ЩО ДІТИ ВМІЮТЬ
ВИКЛИКАТИ ПОЛІЦІЮ ТА ЗНАЮТЬ,
КОЛИ ЦЕ РОБИТИ.

ПРОІНСТРУКТУЙТЕ ДІТЕЙ, ЯК ТА КОЛИ
ЇМ ПОТРІБНО ВИЙТИ З ДОМУ В
МОМЕНТИ ГОСТРОГО КОНФЛІКТУ, ТА
КУДИ ВОНИ МОЖУТЬ ПІТИ (ВИГАДАЙТЕ
СЕКРЕТНЕ АБО КОДОВЕ СЛОВО).
НАВЧІТЬ ДІТЕЙ НЕ ВТРУЧАТИСЯ В
КОНФЛІКТ, НЕ НАМАГАТИСЯ ВАС
ЗАХИСТИТИ ТА ТРИМАТИСЯ
ЯКНАЙДАЛІ ВІД КРИВДНИКА.
ПОДУМАЙТЕ І ПРИ МОЖЛИВОСТІ
ОБГОВОРІТЬ З ДИТИНОЮ КОЛО ОСІБ,
ЯКИМ ВИ ДОВІРЯЄТЕ, ДОМОВТЕСЯ ПРО
СИТУАЦІЇ, В ЯКИХ НЕОБХІДНО
ЗВЕРНУТИСЯ ДО ЦИХ ОСІБ ЗА
ДОПОМОГОЮ.

ЩО РОБИТИ І КУДИ ЗВЕРТАТИСЬ?

- ЗАТЕЛЕФОНУВАТИ В ПОЛІЦІЮ ЗА
НОМЕРОМ 102
- ЗА НЕОБХІДНОСТІ – ЗВЕРНУТИСЯ
ЗА МЕДИЧНОЮ ДОПОМОГОЮ –
103.
- ЗАТЕЛЕФОНУВАТИ НА
НАЦІОНАЛЬНУ «ГАРЯЧУ» ЛІНІЮ З
ПОПЕРЕДЖЕННЯ ДОМАШНЬОГО
НАСИЛЬСТВА (ЛА СТРАДА) – 116
123.
- ЗВЕРНУТИСЯ ДО ВІДДІЛУ З
ПИТАНЬ СОЦІАЛЬНОГО ЗАХИСТУ
НАСЕЛЕННЯ КИРИЛІВСЬКОЇ
СЕЛИЩНОЇ РАДИ – 06131 69 2 52.
- ОТРИМАТИ БЕЗОПЛАТНУ ПРАВОВУ
ДОПОМОГУ (0-800-213-103).