Как защитить себя от насилия?

Главной особенностью домашнего насилия является то обстоятельство, что при попытке порвать отношения опасность для жертвы резко усиливается. Поэтому в ситуации, когда терпеть больше сил нет, необходимо заранее все продумать и подстраховаться:

* собрать ключи от квартиры, документы, если есть возможность – деньги, а также самые необходимые вещи: одежду, лекарства (свои и детей – при их наличии) и спрятать в доступном, но безопасном месте – у родных, у знакомых;
* договориться с надежными соседями, чтобы они вызвали милицию, если услышат характерные крики из квартиры;
* не грозить уходом понапрасну, помнить «закон джунглей»: сначала действуй, потом подавай голос. Если вы будете лишь угрожать, постепенно ваши акции упадут до нуля: вам уже никто не поверит – и в первую очередь вы сами потеряете веру в способность осуществить свое намерение;
* заранее договориться с родственниками, друзьями или знакомыми (желательно – неизвестными агрессору) о предоставлении убежища в случае необходимости; спрятать и уничтожить все адреса, которые помогли бы ему в поисках. Еще лучше – обратиться в специализированный кризисный центр оказания помощи жертвам насилия. Не убегайте из квартиры «в чем есть», неподготовленный побег вынудит вас в скором времени вернуться – как правило, на чрезвычайно невыгодных для вас условиях;
* постараться принять все меры – по возможности, чтобы свидетелями (а тем более – жертвами) насилия не стали дети;
* если насилие в отношении вас или детей все же совершено, постарайтесь рассказать о нем как можно большему количеству людей: соседям, друзьям, родственникам, сослуживцам – впоследствии они могут стать вашими свидетелями в суде;
* кстати, о суде: в случае причинения физического вреда (побоев, сексуального насилия и т.д.) необходимо обязательно пройти освидетельствование в медицинском учреждении (обратитесь, к примеру, в травматологическое или гинекологическое отделение). Там вас осмотрят, окажут медпомощь и выпишут справку о побоях. Эта справка впоследствии будет главным документом при возбуждении уголовного дела. И ОБЯЗАТЕЛЬНО написать заявление в милицию.

Для многих людей процедура обращения в милицию становится зачастую трудно разрешимой проблемой. Обращаясь в милицию, люди могут столкнуться с трудностями в оформлении заявления, порядка его подачи и обжаловании неправомерных действий сотрудников милиции. Очень часто при обращении в милицию можно услышать: заявление подается не туда куда следует, нужно обращаться в другое РОВД или УВД; в заявлении или сообщении не усматривается состава преступления; милиция не занимается решением семейных проблем – через пару дней супруги помирятся, а милиция будет виновата, что привлекает одного из супругов к ответственности; подобных заявлений у нас тысячи, и Вашим заявлением особо никто заниматься не будет; борьба с домашним насилием не является приоритетной задачей правоохранительных органов, более актуальными проблемами являются борьба с терроризмом, кражами и грабежами; подождите в «коридорчике» например, пока освободится сотрудник, который примет заявление. Это «подождите» может продолжаться довольно длительное время, после чего терпению заявителя приходит конец, и он не уходит.

Причин для отказа принять заявление сотрудники милиции могут привести очень много. Однако как бы правдоподобно не выглядели эти причины и что бы при этом не говорили, необходимо помнить, что такие действия незаконны. Любое заявление о готовящемся, либо совершенном преступлении сотрудники милиции ОБЯЗАНЫ принять! Заявление о готовящемся или совершенном преступлении можно подать как в устной, так и в письменной форме. Устное заявление заносится в протокол, который подписывается заявителем и должностным лицом, принявшим заявление. Письменное заявление должно начинаться с наименования адресата – достаточно указать район, номер отделения милиции и его адрес. Фамилию и звание начальника указывать не обязательно. В заявлении должны указываться данные о заявителе. В тексте самого заявления нужно описать обстоятельства происшедшего, место, где это произошло, по возможности время происшествия, при этом избегая личностных оценок, только факты. Обязательно нужно указать, какой вред был причинен потерпевшему. Например, если был нанесен удар, то куда именно, если при этом применялся какой-нибудь предмет, то указать этот предмет, какие и где остались следы (синяки, царапины и т.п.), обращалось ли лицо за медицинской помощью (соответственно указать куда и когда).

После принятия заявления заявителю должны выдать документ строгой отчетности, именуемый талоном-уведомлением, по которому осуществляется контроль за полнотой регистрации заявления (или сообщения о преступлении). Талон-уведомление состоит из двух частей — отрывного листка и корешка, имеющих одинаковый регистрационный номер. Отрывной листок, содержащий сведения о дате и времени приема заявления, о получившем его должностном лице и заявителе, вручается заявителю. Корешок талона, в котором фиксируются сведения о заявителе, краткое содержание и дата приема заявления, а также номер и дата регистрации его в Книге учета заявлений и сообщений о преступлениях (КУСП), остается у сотрудника. Заявитель расписывается на корешке талона-уведомления и проставляет время и дату. Именно этот, казалось бы, пустяковый документ, на который многие просто не обращают внимания, будет являться первым документом, подтверждающим взаимоотношения заявителя с милицией.

Непосредственное присутствие заявителя при подаче заявления в орган внутренних дел необязательно. Заявитель имеет также право обратиться в РОВД, УВД с письменным заявлением, отправленным по почте. Не стоит забывать, что такое письмо лучше направлять заказной корреспонденцией с обратным уведомлением о получении милицией заявления. В данном случае дата принятия письма, указанная на уведомлении и собственно само уведомление и будут доказательством обращения в милицию. Зачастую именно способ обращения посредством почтового отправления является наиболее эффективным, поскольку канцелярия каждого РОВД УВД обязана принять и зарегистрировать ЛЮБОЕ поступившее в её адрес заявление либо сообщение. И в этом случае, уже просто невозможно отказать в принятии заявления или сообщения. По результатам рассмотрения заявления по общему правилу в 3-хдневный срок (в исключительных случаях 10-тидневный срок, а при необходимости проведения документальных проверок или ревизий — до 30 суток) принимается и доводится до сведения заявителя одно из трёх решений:

1. возбуждено уголовное дело;
2. вынесено постановление об отказе в возбуждении уголовного дела;
3. заявление может быть передано лицом, его получившим, для рассмотрения в суд или прокуратуру.
4. Любое из этих решений или действий может быть обжаловано в прокуратуру или суд. В любом случае акт насилия является грубейшим нарушением прав человека, которое не должно остаться безнаказанным.

Безнаказанность – наиболее мощный фактор, провоцирующий и стимулирующий насилие! Помните: в 95% случаев, если физическое или сексуальное насилие уже имело место, то одним разом дело не ограничится. Причем события будут происходить по нарастающей: с каждым последующим разом увеличивается степень жестокости и частота повторения.

 Пословица «Спасение утопающих — дело рук самих утопающих» не лишена смысла. В критической ситуации самое главное — не растеряться. Если вы подверглись домашнему насилию, необходимо трезво оценить ситуацию, успокоиться и обратиться за помощью. Особую роль в системе государственных институтов, способных оказать помощь женщинам, пострадавшим от насилия, играют медицинские учреждения, милиция, общественные организации, работающие с этой проблемой, кризисные центры, убежища для жертв домашнего насилия. Одной из ведущих в этой области является неправительственная организация Российская ассоциация кризисных центров для женщин«Остановим насилие» (www.nasiliestop.ru, тел./ф.: 8 (495) 438-61-15 Горячая линия 8 (495) 473-63-41).

**Что предлагают программы помощи при домашнем насилии**

Кризисный центр предлагает безопасное убежище от жестокого обращения и может также предоставить женщине информацию о ее правах и вариантах действия. Многие программы предусматривают специализированную помощь детям, травмированным присутствием при инцидентах насилия. Женщины могут встретиться с другими пострадавшими женщинами, помочь преодолеть чувство изоляции и самообвинения. Большинство программ пропагандируют позицию силы, при которой женщина рассматривается не как больная и ненормальная, поскольку ее били, но как человек, переживший травму и нуждающийся в поддержке для восстановления самооценки и способности принимать решения по поводу лучшего способа обеспечения защиты себя и ребенка. В дополнение, многие программы предлагают доступные консультационные услуги для тех женщин в сообществе, которые могут не нуждаться в проживании в чрезвычайной ситуации, но могут чувствовать необходимость оправиться от жестокого обращения в прошлом, либо происходящего в настоящее время, либо только что разорвали отношения, связанные с насилием, и продолжают строить свою жизнь.

Программы для детей предоставляют детям безопасное место, стараются помочь разобраться в чувствах к отцу и матери, помочь научить планировать свою безопасность. Эти программы также учат детей, как надо защищать себя и как оправиться от травмы, нанесенной наблюдением жестокого обращения с их любимым человеком, матерью.

Многие из этих программ предлагают структурные группы, занимающиеся вопросами типа понимания динамики насилия, реакции на гнев, осознания юридических прав, понимания влияния домашнего насилия на детей, создания и проведения планов безопасности, и оказание друг другу эмоциональной поддержки во время принятия жизненно важных решений.

Практически все программы имеют горячую линию. Довольно обычным для пострадавших в сообществе позвонить по ней анонимно или перезвонить много раз, прежде чем фактически прийти в агентство за помощью. Эта горячая линия доступна не только жертвам домашнего насилия, но и сочувствующим друзьям и членам семьи, так же как и профессионалам, нуждающимся в более точной информации об имеющихся в сообществе услугах.

Другой компонент некоторых программ помощи при домашнем насилии представляет собой юридическую защиту и в некоторых случаях юридическое представительство. Адвокаты могут разъяснять пострадавшим их права и возможности выбора.