

**ЗУПИНИ НАСИЛЬСТВО!** ■

ГРОМАДСЬКА ІНІЦІАТИВА ЦЕРКОВ

# РЕАГУВАННЯ НА ДОМАШНЄ НАСИЛЬСТВО

ПОСІБНИК ДЛЯ ЦЕРКОВ І РЕЛІГІЙНИХ ОРГАНІЗАЦІЙ



УДК 2-48:364.63-027.553](072)

P31

P31 Реагування на домашнє насильство. Посібник  
для церков і релігійних організацій / За заг. ред. М. С. Васіна.  
– К.: Вид. Пугач О. В., 2022. – 52 с.

Цей посібник допоможе служителям церков і релігійних організацій вести просвітницьку роботу, ефективно та своєчасно реагувати на випадки домашнього насильства як серед членів релігійних громад, так і світських людей, які звертаються по допомогу. Видання розроблено міжконфесійною робочою групою за участі психологів, юристів, фахівців органів державної влади та передбачає поглиблене вивчення окремих тем шляхом використання QR-кодів із посиланнями на додаткові матеріали. Посібник рекомендовано священникам, студентам духовних навчальних закладів, душеопікунам і іншим служителям релігійних організацій у поєднанні з тематичними тренінгами, оскільки душпастирська опіка сімей у кризових ситуаціях потребує глибшого вивчення теології, основ психології та постійного підвищення кваліфікації.

УДК 2-48:364.63-027.553](072)

Авторський колектив:

- **Максим Васін**, кандидат юридичних наук, виконавчий директор IPC (редактор-упорядник)
- **Тетяна Калениченко**, PhD, релігієзнавець, соціолог релігії
- **Марія Васіна**, психолог, сімейний консультант

*Посібник підготовлено за сприяння Всеукраїнської Ради Церков і релігійних організацій*



**ВРЦіРО**

Всеукраїнська Рада Церков  
і релігійних організацій

*Видання розроблено міжконфесійною робочою групою з протидії домашньому насильству  
в рамках проєкту Інституту релігійної свободи*

*«Посилення спроможності церков у протидії домашньому насильству в Україні,  
особливо щодо жінок» завдяки фінансовій підтримці Канадського фонду місцевих ініціатив.*

ISBN 978-966-8359-65-1

© Інститут релігійної свободи, 2022

Усі права застережено.

# ЗМІСТ

<b>ВСТУП</b>	5
<b>СЛОВНИК ТЕРМІНІВ</b>	7
<b>1. ДОМАШНЄ НАСИЛЬСТВО: ПОНЯТТЯ, ПРИЧИНИ, ЮРИДИЧНА ВІДПОВІДАЛЬНІСТЬ</b>	
Домашнє насильство. Що це таке?	8
Основні причини домашнього насильства	9
Домашнє насильство – це не звичайна сімейна сварка, а злочин!	10
<b>2. СВЯЩЕННІ ПИСАННЯ ТА РЕЛІГІЙНІ ДІЯЧІ ПРОТИ ДОМАШНЬОГО НАСИЛЬСТВА</b>	
Позиція релігійних діячів	12
Церковні та релігійні документи	14
Цитати зі Священних Писань	15
<b>3. ЧОМУ В РЕЛІГІЙНИХ ГРОМАДАХ ВАЖЛИВО РЕАГУВАТИ НА ДОМАШНЄ НАСИЛЬСТВО</b>	16
<b>4. ВИДИ ТА ПРОЯВИ ДОМАШНЬОГО НАСИЛЬСТВА</b>	18
<b>5. ЦИКЛ НАСИЛЬСТВА. ТРИКУТНИК СПІВЗАЛЕЖНОСТІ</b>	20
<b>6. РІВНІ ПРОЯВУ ДОМАШНЬОГО НАСИЛЬСТВА</b>	23
<b>7. НАСЛІДКИ ДОМАШНЬОГО НАСИЛЬСТВА</b>	
Наслідки насильства в подружній парі:	24
Негативні наслідки насильства над дитиною:	25
Посттравматичний стресовий розлад (ПТСР)	26
<b>8. ПРАКТИЧНІ АСПЕКТИ НАДАННЯ ПІДТРИМКИ</b>	
Особиста відповідальність за спроможність надати допомогу	27
Перевірка добровільності згоди	28
Ключові аспекти перед втручанням священнослужителя у ситуацію домашнього насильства:	29

<b>9. СХЕМА АНАЛІЗУ СИТУАЦІЇ</b>	<b>30</b>
<b>10. ПИТАННЯ ДО РОЗМОВИ З УЧАСНИКАМИ</b>	<b>31</b>
<b>11. МИРНІ СПОСОБИ ВИРІШЕННЯ СИТУАЦІЇ</b>	
Просвітницькі та профілактичні заходи:	32
Практична допомога постраждалим від насильства та (або) кривднику:	33
<b>12. КРИЗОВЕ ВТРУЧАННЯ (КОЛИ МИРНІ СПОСОБИ НЕ ПРАЦЮЮТЬ)</b>	<b>35</b>
<b>13. ЮРИДИЧНІ ЗАХОДИ ДЛЯ ЗАХИСТУ ПОСТРАЖДАЛИХ ВІД КРИВДНИКА</b>	<b>37</b>
<b>14. РЕАГУВАННЯ НА ЖОРСТОКЕ ПОВОДЖЕННЯ З ДІТЬМИ</b>	<b>39</b>
<b>15. ФАХІВЦІ, ТРЕНІНГИ, ЦЕНТРИ ДОПОМОГИ</b>	<b>41</b>
<b>16. КОНТАКТИ ДЕРЖАВНИХ І ГРОМАДСЬКИХ СЛУЖБ ДОПОМОГИ</b>	<b>41</b>
<b>17. РЕКОМЕНДОВАНА ЛІТЕРАТУРА</b>	<b>42</b>
<b>ДОДАТКИ</b>	
Ваші дії у разі домашнього насильства: 5 кроків, щоб захистити себе	43
Алгоритм дій для постраждалих осіб, які вирішили втекти від домашнього насильства, щоб забезпечити власну безпеку	44
Правила, які захистять вашу дитину від насильства	45
Навіщо релігійним діячам треба реагувати на насильство в сім'ї	46

# ВСТУП

Проблема насильства в сім'ях є досить поширеною, навіть якщо про неї не поспішають говорити вголос. Часті крики і сварки, маніпуляції, незначне фізичне насильство вже є тривожними ознаками, що свідчать про нездорову атмосферу як серед близьких людей, так і тих, які мешкають під одним дахом.

Часто навіть дуже добрі та люблячі батьки не усвідомлюють, що замість стусанів спересердя та принизливих звинувачень під впливом бурхливих емоцій набагато краще було б виявити до бешкетника увагу, терпіння, співчуття. Тобто спробувати докласти зусиль, аби зрозуміти причини поведінки дитини та замість страху й примусу постаратися виховувати дітей любов'ю.

Так само й у подружніх стосунках – не всі усвідомлюють, що насправді багато пар живуть в атмосфері насильства. Не завжди йдеться про застосування фізичної сили: це може бути мовчазна зневага чи знецінення, словесні приниження, економічний тиск із боку того, хто заробляє більше, або навіть сексуальне насильство.

Релігійні лідери різних конфесій України неодноразово заявляли про неприпустимість будь-якого насильства та про необхідність простягнути руку допомоги сім'ям, у яких стосунки зазнали кризи любові, довіри, поваги. Адже від насильства потерпають не лише подружжя, а й їхні діти. Цей посібник покликаний посилити практичний вимір міжконфесійної ініціативи «Зупини насильство» ([family.org.ua](http://family.org.ua)), започаткованої Інститутом релігійної свободи 2020 року за сприяння Всеукраїнської Ради Церков і релігійних організацій, і зробити зусилля церков у сфері протидії домашньому насильству, особливо щодо жінок, більш ефективними та професійними.

Розроблення цього посібника стало можливим завдяки співпраці міжконфесійної робочої групи з протидії домашньому насильству за участю представників Православної Церкви України, Української Православної Церкви, Української Греко-Католицької Церкви, Римсько-Католицької Церкви в Україні, Всеукраїнського Союзу Церков Євангельських Християн-Баптистів, Української Церкви Християн Віри Євангельської, Церкви адвентистів сьомого дня в Україні, Української Християнської Євангельської Церкви, Об'єднання іудейських релігійних організацій України та Духовного управління мусульман України.

Також у написанні посібника взяли участь досвідчені юристи та психологи з теологічною освітою. Консультації щодо змісту видання надавали фахівці Національної поліції України та Міністерства соціальної політики України.

Цей посібник допоможе представникам церков і релігійних організацій вести просвітницьку роботу, ефективно та своєчасно реагувати на випадки домашнього насильства як серед членів релігійних громад, так і світських людей, які звертаються по допомогу до священнослужителів (капеланів, душеопікунів). Посібник рекомендовано до використання у поєднанні з додатковими тематичними тренінгами та практичним навчанням, оскільки душпастирська опіка сімей у кризових ситуаціях і постраждалих від домашнього насильства потребує глибшого вивчення теології, основ психології та постійного підвищення кваліфікації.



# СЛОВНИК ТЕРМІНІВ

**Домашнє насильство** – приниження, погане поводження або насильство (фізичне, психологічне, економічне, сексуальне, репродуктивне, релігійне), вчинене в домашніх умовах, наприклад, у шлюбі. Також може включати насильство стосовно дітей (онуків), батьків, інших родичів або осіб, які проживають під одним дахом.

**Постраждала особа (або жертва)** – особа будь-якої статі та віку, яка зазнала домашнього насильства у будь-якій формі або стала свідком (очевидцем) такого насильства.

**Кривдник (або агресор)<sup>1</sup>** – особа будь-якої статі та віку, яка застосовує насильство щодо іншої особи. Наприклад, чоловік або дружина в подружніх стосунках, тато або мама щодо дитини, бабуся чи дідусь щодо онуків, доросла дитина щодо батьків похилого віку чи хворих.

**Шелтер (притулок, дім милосердя, кризовий центр)** – помешкання, де постраждалі від домашнього насильства можуть тимчасово сховатися від кривдника на період пошуку іншого постійного житла, роботи, відновлення документів, вирішення питання щодо встановлення опіки (для дітей, які постраждали від своїх батьків) тощо. Існують спеціалізовані шелтери для жінок із дітьми, для літніх людей та ін. Шелтери можуть бути засновані державними інституціями, а також благодійними, громадськими, релігійними організаціями.

**Посттравматичний стресовий розлад (ПТСР)** – хронічне порушення психічного стану, що може розвинутиися після травматичної події.

**Комплексний посттравматичний стресовий розлад (КПТСР)** – хронічне порушення психічного стану, пов'язане з тривалою (повторюваною) травмою фізичного, психологічного або сексуального характеру, якою є, зокрема, тривале перебування в ситуації домашнього насильства.

**Вікарна травма** – вторинний травматичний стрес, якого можуть зазнати свідки (очевидці) насильства чи близькі люди постраждалої особи, спостерігаючи наслідки насильства в повсякденному житті. Наприклад, дружина захисника, який повернувся з війни; дитина, яка часто стає свідком актів насильства між батьками; священнослужителі, сімейні консультанти, психологи, які надають допомогу постраждалим від домашнього насильства. Вікарна травма може проявлятися у відчутті пригніченості, напруги, втоми, тривожності, роздратованості; у сплесках гніву або паніки, нудоті, проблемах зі сном, концентрацією уваги, втраті позитиву.

<sup>1</sup> У тексті посібника задля зручності вживаються займенники того ж роду, що й відповідні до них іменники (постраждала особа, жертва – “вона”, кривдник, переслідувач, рятувальник, партнер – “він”), проте автори свідомі того, що може йтися про особу будь-якої статі.

# 1. ДОМАШНЄ НАСИЛЬСТВО: ПОНЯТТЯ, ПРИЧИНИ, ЮРИДИЧНА ВІДПОВІДАЛЬНІСТЬ

## ДОМАШНЄ НАСИЛЬСТВО. ЩО ЦЕ ТАКЕ?

Жінки та чоловіки можуть зазнавати різних форм і ступенів насильства, а також по-різному реагують на його прояви.

Важливо наголосити: дитина, яка стала свідком проявів насильства, – це також постраждала сторона, яка може отримати посттравматичний стресовий розлад (ПТСР), комплексний посттравматичний стресовий розлад (КПТСР) або вікарну травму (про це детальніше в розділі 7), а тому потребує допомоги та захисту.

Закон України «Про запобігання та протидію домашньому насильству» встановлює, що незалежно від факту спільного проживання **дія законодавства про запобігання та протидію домашньому насильству поширюється на таких осіб:**

- 1) подружжя;
- 2) колишнє подружжя;
- 3) наречені;
- 4) мати (батько) або діти одного з подружжя (колишнього подружжя) та інший з подружжя (колишнього подружжя);
- 5) особи, які спільно проживають (проживали) однією сім'єю, але не перебувають (не перебували) у шлюбі між собою, їхні батьки та діти;
- 6) особи, які мають спільну дитину (дітей);
- 7) батьки (мати, батько) і дитина (діти);
- 8) дід (баба) та онук (онучка);

### **Домашнє насильство**

– це діяння (дії або бездіяльність) фізичного, сексуального, психологічного або економічного насильства, що вчиняються в сім'ї чи в межах місця проживання або між родичами, або між колишнім чи теперішнім подружжям, або між іншими особами, які спільно проживають (проживали) однією сім'єю, але не перебувають (не перебували) у родинних відносинах чи у шлюбі між собою, незалежно від того, чи проживає (проживала) особа, яка вчинила домашнє насильство, у тому самому місці, що й постраждала особа, а також погрози вчинення таких діянь.

### *Закон України*

*«Про запобігання та протидію домашньому насильству» (стаття 1)*

- 9) прадід (прабаба) та правнук (правнучка);
- 10) вітчим (мачуха) та пасинок (падчерка);
- 11) рідні брати і сестри;
- 12) інші родичі: дядько (тітка) та племінник (племінниця), двоюрідні брати і сестри, двоюрідний дід (баба) та двоюрідний онук (онука);
- 13) діти подружжя, колишнього подружжя, наречених, осіб, які мають спільну дитину (дітей), які не є спільними або всиновленими;
- 14) опікуни, піклувальники, їхні діти та особи, які перебувають (перебували) під опікою, піклуванням;
- 15) прийомні батьки, батьки-вихователі, патронатні вихователі, їхні діти та прийомні діти, діти-вихованці, діти, які проживають (проживали) в сім'ї патронатного вихователя;
- 16) особи, що проживають під одним дахом.

**Закон України  
«Про запобігання та  
протидію домашньому  
насильству»**

<https://bit.ly/3qrDIQO>



## ОСНОВНІ ПРИЧИНИ ДОМАШНЬОГО НАСИЛЬСТВА

- Брак зрілої любові може обумовлювати агресивну реакцію особи на будь-яку проблему (нестача грошей, відмінні погляди, непорозуміння з подружжям чи з дітьми, поганий настрій тощо);
- Алкоголізм як спусковий механізм для вчинення насильства та інші залежності (від наркотиків, порнографії, азартних чи комп'ютерних ігор тощо);
- Патологічна співзалежність у стосунках (*читайте про це у розділі 5*);
- Незрілість подружньої пари, коли бракує знань і досвіду для мирного вирішення конфліктних ситуацій;
- Особистий травматичний досвід у дитинстві;
- Еротизація (сексуалізація) образу жінки в медійній масовій культурі (кіно, реклама, ЗМІ тощо);
- Нерозуміння гідності людини, цінності подружнього і сімейного життя.



## ДОМАШНЄ НАСИЛЬСТВО – ЦЕ НЕ ЗВИЧАЙНА СІМЕЙНА СВАРКА, А ЗЛОЧИН!

**Кримінальний кодекс України** (стаття 126-1) карає за умисне систематичне вчинення фізичного, психологічного або економічного насильства щодо подружжя чи колишнього подружжя або іншої особи, з якою винний перебуває (перебував) у сімейних або близьких відносинах, що призводить до фізичних або психологічних страждань, розладів здоров'я, втрати працездатності, емоційної залежності або погіршення якості життя потерпілої особи.

Такі дії караються громадськими роботами на строк від 150 до 240 годин, або арештом на строк до шести місяців, або обмеженням волі на строк до п'яти років, або позбавленням волі на строк до двох років.

Різні прояви домашнього насильства можуть бути визнані злочинами на підставі інших статей Кримінального кодексу України. Наприклад: умисне тяжке тілесне ушкодження (стаття 121), умисне середньої тяжкості тілесне ушкодження (стаття 122), умисне легке тілесне ушкодження (стаття 125), побої і мордування (стаття 126), погроза вбивством (стаття 129), зґвалтування чи сексуальне насильство щодо подружжя чи колишнього подружжя або іншої особи, з якою винний перебуває (перебував) у сімейних або близьких відносинах (частина 2 статті 152, частина 2 статті 153), примушування особи без її добровільної згоди до здійснення акту сексуального характеру з особою, від якої потерпіла особа матеріально залежна (частина 2 статті 154), вчинення дій сексуального характеру з особою, яка не досягла 16-річного віку (стаття 155), розбещення неповнолітніх (стаття 156), домагання дитини для сексуальних цілей (стаття 156-1), грабіж (стаття 186).

Понад те, **обставинами, які обтяжують кримінальне покарання**, визнаються вчинення кримінальних правопорушень:

- щодо особи похилого віку;
- щодо малолітньої дитини або у присутності дитини;
- щодо подружжя чи колишнього подружжя або іншої особи, з якою винний перебуває (перебував) у сімейних або близьких відносинах;
- щодо жінки, яка завідомо для винного перебувала у стані вагітності;
- щодо особи, яка перебуває в матеріальній, службовій чи іншій залежності від винного.

У разі відкриття кримінального провадження щодо кривдника може бути застосовано запобіжний захід у вигляді **тримання під вартою**.

**Кодекс України про адміністративні правопорушення** (стаття 173-2) передбачає адміністративну відповідальність за вчинення домашнього насильства, насильства за ознакою статі, тобто умисне вчинення будь-яких діянь (дій або бездіяльності) фізичного, психологічного чи економічного характеру (застосування насильства, що не спричинило тілесних ушкоджень, погрози, образи чи переслідування, позбавлення житла, їжі, одягу, іншого майна або коштів, на які потерпілий має передбачене законом право, тощо), внаслідок чого могла бути чи була завдана шкода фізичному або психічному здоров'ю потерпілого, а так само невиконання термінового заборонного припису особою, стосовно якої він винесений, або неповідомлення уповноваженим підрозділам органів Національної поліції України про місце свого тимчасового перебування в разі винесення такого припису.

Такі дії тягнуть за собою накладення штрафу від 170 до 340 гривень або громадські роботи на строк від 30 до 40 годин або адміністративний арешт на строк до 10 діб.

Ті самі дії, вчинені особою повторно протягом року, тягнуть за собою накладення штрафу від 340 до 680 гривень або громадські роботи на строк від 40 до 60 годин або адміністративний арешт на строк до 15 діб.

Водночас органи внутрішніх справ (Національна поліція) мають право на підставі статті 262 Кодексу України проводити **адміністративне затримання** порушників при вчиненні домашнього насильства, насильства за ознакою статі, невиконання термінового заборонного припису.



## 2. СВЯЩЕННІ ПИСАННЯ ТА РЕЛІГІЙНІ ДІЯЧІ ПРОТИ ДОМАШНЬОГО НАСИЛЬСТВА

“Насильство сковає кайданами важкого гріха, адже суперечить одній із найголовніших Божих заповідей: «Люби ближнього твого, як самого себе» (Мт 22:39).”

**Епіфаній (Думенко)**, Митрополит Київський і всієї України,  
Предстоятель Православної Церкви України



“Ми повинні все зробити, щоб сказати рішуче «НІ» насильству. Важливо у наших релігійних громадах говорити про проблематику домашнього насильства, адже завдяки просвітницькій роботі ми рятуємо сім'ю. Спільними зусиллями хочемо допомогти кожній сім'ї створити атмосферу любові, взаємоповаги, довіри та прийняття для кожного члена родини. Це стосується відносин між подружжям, між батьками та дітьми.”

**Святослав Шевчук**, Отець і Глава Української Греко-Католицької Церкви



“Закликаємо всіх сьогодні боротися з домашнім насильством і все робити для того, щоб можна було подолати це лихо.”

**Віталій Кривицький**, Єпископ-ординарій Київсько-Житомирський  
Римсько-Католицької Церкви в Україні



“Сім'я, єдність чоловіка і жінки, є для християнства величним подвигом плекання любові. Будь-яка форма насильства заперечує любов. Для сімейного життя християнина є недопустимим насильство в сім'ї. Церква закликає не чинити насилля! Вона, як любляча Мати, завжди готова почути і пригорнути, обійняти кожного, хто потребує розради й розуміння. Якщо хтось став жертвою насильства чи свідком, – прийдіть, не мовчіть, принесіть свій біль, і ми спільно зробимо все можливе, щоб загоїти його. Сьогодні Христос втішає кожного: «Прийдіть до мене всі втомлені й обтяжені, і я заспокою вас» (Мт 11:28).”

**Пантелеїмон (Поворознюк)**, Голова Місії Синодального відділу  
Української Православної Церкви у справах сім'ї, митрополит Луганський і Алчевський



“Євангеліє навчає чоловіка любити свою дружину, а не піднімати на неї руку! Тож закликаю всіх: цінуйте одне одного, благословляйте і робіть добро, адже насильство в сім’ї – це ганебне явище та гріх!”

**Михайло Паночко**, Старший єпископ Української Церкви Християн Віри Євангельської



“Ми проти будь-якого насильства в сім’ї: чи то фізичного, чи то емоційного, чи то духовного.”

**Валерій Антонюк**, голова Всеукраїнського Союзу Церков Євангельських Християн-Баптистів



“Насильство в сім’ї – це не тільки бійки, але й приниження, психологічний натиск, висміювання або засудження, фінансові обмеження. Ми маємо зупинити це!”

**Станіслав Носов**, керівник Церкви адвентистів сьомого дня в Україні



“Тора та єврейські мудреці чітко зазначають, що чоловік і дружина повинні любити, шанувати, поважати одне одного та будувати сімейні стосунки так, щоб унеможливити конфлікти в родині. Великий законовчитель Рамбам зауважував: «Мудреці заповідали, щоб чоловік любив свою дружину, як себе, а поважав її більше за себе». Рав Хаїм Шмулевич застеріг від класичної помилки: «Якщо чоловік намагається виконувати свої обов’язки, а дружина – свої, вони житимуть у мирі та злагоді. Проблеми починаються тоді, коли чоловік вважає, що обов’язки повинна виконувати дружина, а дружина – що чоловік»”

**Яків Дов Блайх**, Головний рабин м. Києва та України, президент Об’єднання іудейських релігійних організацій України



“Зверхньо подивитися на людину, зробити боляче словом, образити – це вже гріх в Ісламі. А що ж тоді говорити про насильство у сім’ї? Навпаки – сім’я має бути острівцем безпеки та спокою. Пророк Мухаммад, мир йому, засуджував і боровся з утиском прав пригноблених. Він передав нам від Бога знання про те, що заборонено, і сказав віддалятися від зла та безчестя. А той, хто дозволяє собі утиск та насильство, – далекий від шляху Посланця Бога.”

**Шейх Ахмед Тамім**, Верховний муфтій України, голова Духовного управління мусульман України,



## ЦЕРКОВНІ ТА РЕЛІГІЙНІ ДОКУМЕНТИ

“Домашнє насильство набирає щоразу нових форм. Окрім фізичного, йдеться про моральне, економічне, соціальне, сексуальне та інше насилля. Саме наші душпастирі повинні бути першими, хто спішить на допомогу вірянам, яких спіткало таке лихо.”

Звернення Синоду Єпископів Києво-Галицького  
Верховного Архієпископства Української Греко-Католицької Церкви

“Сім'я, заснована на сакраментальному союзі чоловіка й жінки, згідно зі своїм покликанням має бути найбільш безпечним місцем для кожної людини. Тому основним чинником протидії домашньому насиллю має бути зміцнення сімей і поширення родинного душпастирства в усіх парафіях України.”

Інструкція для душпастирів щодо протидії домашньому  
насильству, затверджена Конференцією Єпископів  
Римсько-Католицької Церкви в Україні  
27 листопада 2020 року

“Для чоловіка бити дружину – гріх, а якщо він робить це регулярно, суд має право покарати його, відлучити від синагоги і вживати будь-яких необхідних засобів, поки він не поклянется ніколи цього не повторювати. Якщо він порушить і цю клятву, його можуть розлучити з дружиною проти волі.”

Евен а-Езер 154:3

“Чоловік не має права вступати з дружиною в інтимні стосунки в стані сп'яніння або в розпал сварки, не має права робити це з ненависті, примушувати її силою або вселяючи їй страх.”

Рамбам, Гільхот-ішут 15:17

## ЦИТАТИ ЗІ СВЯЩЕННИХ ПИСАНЬ

**“Люби свого ближнього, як самого себе!  
Іншої, більшої заповіді від цих немає!”**

Ісус Христос, Біблія, Від Марка 12:31

**“Нехай ухиляється від зла і чинить добро,  
нехай шукає миру та побивається за ним.  
Адже очі Господні – на праведних, а  
Його вуха звернені до їхньої молитви;  
обличчя ж Господнє проти тих, хто  
робить зло!”**

Біблія, 1 Петра 3:11-12

**“А ви, батьки, не дратуйте своїх дітей, а  
виховуйте їх у послуху та вченні Господа.”**

Біблія, До ефесян 6:4

**“...Чоловіки повинні любити своїх дружин, як  
власні тіла. Хто любить свою дружину, той і  
себе любить. Адже ніхто ніколи свого тіла не  
зненавидів, але годує і гріє його, як і Христос  
Церкву.”**

Біблія, До ефесян 5:28-29

Читайте більше у розділі  
«Поради священника»:  
[family.org.ua/ua/prst](http://family.org.ua/ua/prst)



### 3. ЧОМУ В РЕЛІГІЙНИХ ГРОМАДАХ ВАЖЛИВО РЕАГУВАТИ НА ДОМАШНЄ НАСИЛЬСТВО

1. Якщо ми глухі до криків про допомогу людей, які страждають від домашнього насильства, то лише сприяємо поширенню зла.
2. Якщо ми ховаємо голову в пісок і вдаємо, що проблеми немає “ні в моїй церкві, ні в моєму домі”, то подовжуємо існування цієї проблеми.
3. Якщо жінки старшого віку залишаються в родинах, де постійно відбуваються акти домашнього насильства, вони тим самим показують молодим жінкам, що миритися з насильством заради дітей, заради шлюбу або заради церкви – нормально.
4. Якщо чоловіки старшого віку виявляють мало поваги до жінок або зовсім не поважають їх, якщо роблять принизливі зауваження щодо їхньої ролі в сім’ї, фізичних здібностей, розуму або навичок, вони прищеплюють молодим чоловікам зневагу до жіночої статі.
5. Якщо батько й матір учиняють насильство щодо одне одного та не моделюють здорову поведінку в сім’ї або не створюють безпечне середовище, в якому їхні діти можуть зростати та повноцінно розвиватися, вони роблять свій внесок у цикл жорстокого поводження, який покоління за поколінням лише посилюватиметься.
6. Якщо священники (пастори, керівники релігійних громад) не застосовують дисциплінарних стягнень щодо церковних служителів, які жорстоко поводяться з іншими членами релігійної громади, або ж самі зловживають духовною владою щодо членів церкви (релігійної громади), то тим самим утверджують небезпечний викривлений релігійний досвід, створюють насильницьке середовище серед членів церкви (релігійної громади) й плекають таку систему церковного управління, в основі якої лежить жорстокість.

7. Якщо один із подружжя зазнає утиску, цькування, критики, осуду, маргіналізації, будь-якої ізоляції та деморалізації, позбавлення підтримки й братнього спілкування з одновірцями через те, що залишає сім'ю, де панує насильство, або розглядає можливість розлучення через постійне домашнє насильство, то ми побічно спонукаємо його або залишитися в насильницьких стосунках, або покинути церкву (релігійну громаду).
8. Якщо вчителі та вихователі у світських чи релігійних школах виявляють неповагу до своїх учнів і знецінюють їхні погляди, думки, висловлювання, релігійні чи інші переконання, учні відчують відразу до системи освіти, яка їх контролює та принижує, й не мають бажання відвідувати таку школу.

- Як утриматися від насильства під час сварки?
- П'ять правил як вгамувати лють у дорослих
- Як розпізнати пасивну агресію?

#### Читайте більше

- «Приборкуємо агресію»:  
[family.org.ua/ua/tag/curbing-aggression](https://family.org.ua/ua/tag/curbing-aggression)



- «Стосунки подружжя»:  
[family.org.ua/ua/tag/couple-relations](https://family.org.ua/ua/tag/couple-relations)



- Дивіться також у **розділі 17** список рекомендованої літератури.



## 4. ВИДИ ТА ПРОЯВИ ДОМАШНЬОГО НАСИЛЬСТВА

Часто домашнє насильство має на меті набуття над постраждалою особою влади та контролю. Може проявлятися у формі фізичного, словесного, релігійного, репродуктивного, психологічного, економічного та сексуального насильства, яке може видозмінюватися від ледь помітних примусових форм до фізичного насильства, такого як удусення, побиття, завдання каліцтв, що призводить до спотворення зовнішності або смерті.

Домашнє насильство часто відбувається, бо кривдник вважає, що має на нього право, або ж що про його дії навряд чи дізнаються сторонні особи. Це може запустити цикл насильства між дітьми та іншими членами сім'ї, які відчуватимуть, що насильницькі дії є прийнятними або виправданими. Багато людей не визнають себе кривдниками або постраждалими, оскільки розглядають свій досвід як сімейні конфлікти, що просто вийшли з-під контролю.

Часом учасниками домашнього насильства є дорослі діти, які жорстоко поводяться зі своїми літніми чи хворими батьками, – на це теж необхідно зважати. Тож роль просвітницької роботи в релігійних громадах є дуже важливою, щоб уберегти сім'ї від цього лиха.

**Активна агресія** (фізичне насильство, крик, прямі образи, погрози завдання шкоди) проявляється явно, її легко розпізнати, а відтак є шанс її зупинити або віддалитися, втекти від кривдника.

**Пасивна агресія** (деструктивна критика, знецінення, ігнорування, покарання мовчанням, маніпуляції, звинувачення, присоромлення, газлайтинг) є не такою помітною, але не менш руйнівною.

Поширені види насильства:

- **фізичне** (побиття, бійка, ляпас, зв'язування, обмеження в пересуванні, їжі тощо);
- **психологічне** (крик, маніпуляції, емоційний тиск, залякування, знецінення, присоромлення);
- **економічне** (обмеження у фінансах, афери, махінації, обмеження в лікуванні чи доступі до медичних препаратів);
- **сексуальне** (примушування до інтимної близькості, зґвалтування);
- **репродуктивне** (спроби завадити або примусити до зачаття, народження дітей);
- **релігійне** (апеляція до духовних авторитетів заради особистих інтересів, залякування, маніпуляції, примушування до релігійного життя чи до зречення віри).

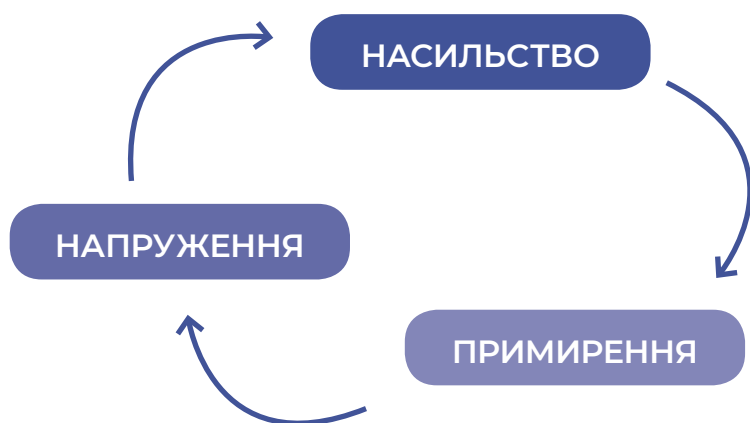
До активної агресії зазвичай вдаються чоловіки, до пасивної – жінки, але нерідко й навпаки. Також одна людина може проявляти й активну, й пасивну агресію водночас. Дуже часто пасивний агресор використовує деструктивну критику, знецінення, звинувачення, посоромлення та інші засоби впливу, прикриваючись благими намірами, нібито намагаючись “спрямувати на шлях істинний”. Однак насправді це є лише засобом тиску, маніпуляції та утримання постраждалої особи у страху та під контролем.

Важливо пам’ятати, що кривдником керує бажання контролювати іншу особу, і воно виникає за певних обставин. Це бажання може втілюватися в різних видах насильства. На цій схемі ми пропонуємо ознайомитись більш детально з різновидами насильства:



## 5. ЦИКЛ НАСИЛЬСТВА. ТРИКУТНИК СПІВЗАЛЕЖНОСТІ

Домашнє насильство є досить прихованим, оскільки постраждалі від нього особи часто замовчують проблему та не звертаються по допомогу до священнослужителів, психологів або правоохоронних органів.



У насильницьких стосунках може мати місце цикл насильства, під час якого (1) наростає напруженість і (2) відбувається акт насильства, а опісля настає (3) період примирення та спокою – так званий “медовий місяць”. Однак згодом цей цикл повторюється.

### ТРИКУТНИК СПІВЗАЛЕЖНОСТІ

Безперервний цикл насильства також можна пояснити трикутником Карпмана (так званим “трикутником співзалежності”). Це рольова гра двох або більше людей, у якій беруть участь такі дійові особи:

- **Переслідувач (Агресор)**, який проявляє насильство щодо Жертви;
- **Жертва**, яка страждає і неспроможна захиститися;
- **Рятувальник**, який нібито рятує Жертву від негараздів чи самої себе.

Однак суть цієї гри полягає в тому, що кожен із учасників трикутника отримує приховану “вигоду”. Втім, страждання, яких вони зазнають у цій життєвій (зовсім не театральній) грі, явно не варті зазначеної вигоди.

**Вигода Жертви** – можливість перекласти відповідальність за своє життя на інших. Часто Жертви – це люди із залежностями від алкоголю, наркотиків, їжі, азартних ігор тощо.

**Вигода Рятувальника** – це статус героя-мученика, відчуття власної важливості та цінності, насолода тим, що хтось від нього залежить чи довіряє йому.

**Вигода Переслідувача** – влада та контроль.

## ПЕРЕСЛІДУВАЧ



- агресивний
- злий
- схильний до осуду

## РЯТУВАЛЬНИК



- надмірно допомагає
- схильний до самопожертвування
- потребує бути потрібним

## ТРИКУТНИК СПІВЗАЛЕЖ- НОСТІ

## ЖЕРТВА



- зневажена
- безпорадна
- скаржиться на незадоволені потреби

### Механізм дії трикутника співзалежності

Рятувальник докладає неймовірних зусиль, допомагаючи Жертві й виправляючи її. Та коли Жертву не вдається врятувати, він починає звинувачувати й переслідувати її, переходячи в роль Переслідувача. А Жертва водночас може перейти в роль Рятувальника й намагатися спокутувати свою провину під пильним контролем Переслідувача, який обов'язково знаходить у Рятувальника недоліки, починає повчати й присоромлювати. У відповідь Рятувальник часто спалахує гнівом, і вони знов **мінються ролями**. Тепер Рятувальник стає Переслідувачем, а попередній Переслідувач – Жертвою. Згодом ролі в трикутнику буде знову перерозподілено, і цикл насильства вийде на новий рівень.

У трикутник співзалежності може грати як подружжя, так і ширше коло осіб – зокрема діти чи батьки. Також у паралельну гру часто залучають сторонніх осіб. Наприклад, у такій сімейній грі Рятувальник може прийти до священнослужителя по допомогу й несвідомо зіграти одночасно дві ролі: (1) “Я такий хороший, сильний і терплячий рятувальник-герой” і (2) “Мені так тяжко бути жертвою насильства. Якщо ви мені не допоможете, то ніхто не допоможе”. Тобто Жертва запрошує у свою гру нового Рятувальника, якщо зможе пробудити в ньому почуття жалю, вини, сорому.

Натомість служителі церкви (релігійної громади) мають надавати душпастирську опіку безсторонньо та фахово, не реагуючи на такі психологічні маніпуляції. Для цього разом зі співчуттям та вжиттям заходів невідкладного реагування щодо постраждалої особи, котра звернулася до вас по допомогу, слід роз’яснити їй **межі відповідальності кожного** з членів сім’ї за свою долю, дії та бездіяльність, стосунки з іншими, а також про їхні приховані “вигоди”. Часто співзалежні стосунки в сім’ї допомагає припинити системна робота з психотерапевтом бодай одного з учасників трикутника:

- **Жертви** – над тим, щоб узяти відповідальність за своє життя;
- **Рятувальника** – над тим, щоб повернути самоцінність, самоповагу, взяти відповідальність за задоволення власних потреб і потреб дітей;
- **Переслідувача** – над почуттями безвиході, слабкості, сорому, які він намагається прикривати насильством.



#### Читайте також:

- Берри Уайнхолд, Дженей Уайнхолд. **Освобождение от созависимости.** – М.: Независимая фирма “Класс”, 2002
- Мелоди Битти. **Спасать или спастись? Как избавиться от желания постоянно опекать других и начать думать о себе.** – М.: Издательство “Э”, 2018

## 6. РІВНІ ПРОЯВУ ДОМАШНЬОГО НАСИЛЬСТВА

Рівень 1

### **Зростання напруги:**

- незначні інциденти насильства;
- тривалі прояви тиску (емоційного, економічного тощо);
- пасивна агресія;
- постраждала особа вірить у те, що кривдник виправиться;
- постраждала особа виправдовує кривдника;
- постраждала особа раціоналізує насильство й намагається контролювати ситуацію.

Рівень 2

### **Випадки фізичного насильства або посилення попередніх видів насильства:**

- зростання загальної напруги та повна втрата контролю над ситуацією з боку постраждалої особи;
- постраждала особа дедалі частіше відчуває страх у присутності кривдника чи згадуючи про нього;
- при звичаєння до гніву кривдника;
- залякування та погрози;
- короткий термін гострої фази, яку може спровокувати зовнішня подія;
- можливі тяжкі наслідки для постраждалої особи.

Рівень 3

### **Примирення (“медовий місяць”) перед гіршим циклом насильства:**

- період тимчасового примирення чи покращення стосунків між постраждалою особою та кривдником;
- спроби пошуків та повернення постраждалої особи у разі її втечі;
- після завершення “примирення” цикл насильства починається з новою силою.

Рівень 4

### **Критичний рівень насильства:**

- повна зневага кривдника до постраждалої особи, постійне приниження та насильство в різних проявах;
- прояви домашнього насильства не втрачають сили, є постійне відчуття страху;
- регулярні та кризові прояви попередніх видів насильства, можуть додаватися нові прояви;
- постраждала особа може зневіритися у здатності розірвати коло насильства, що може призвести до серйозних психологічних травм і навіть до самогубства;
- постраждала особа, яка довго терпіла зневагу й насильство, може вибухнути агресією у відповідь і, навіть у формі самозахисту, вчинити насильство над кривдником, що може спричинити тяжкі наслідки, аж до вбивства (тієї чи іншої сторони конфлікту).

## 7. НАСЛІДКИ ДОМАШНЬОГО НАСИЛЬСТВА

Постраждалі від домашнього насильства можуть опинитися в пастці ситуації через ізоляцію, контроль над ними, травматичний зв'язок із кривдником, невизнання проблеми насильства оточенням, брак фінансових ресурсів, страх, сором або необхідність захистити дітей. Унаслідок жорстокого поводження постраждалі особи можуть відчувати неконтрольовану агресію, потерпати від фізичних травм, мати хронічні проблеми зі здоров'ям, фінансами, бути нездатними будувати здорові стосунки.

### НАСЛІДКИ НАСИЛЬСТВА В ПОДРУЖНІЙ ПАРІ:

- Втрачається суть сім'ї. Від неї залишається тільки назва.
- Емоційний контакт між чоловіком і дружиною руйнується.
- Стосунки перетворюються на боротьбу за виживання.
- Один партнер перебуває у постійному страху, а інший насолоджується своєю владою.
- Партнер, який зазнає насильства, поступово руйнується не лише фізично (якщо має місце фізичне насильство), а й душевно, що призводить до підвищеної тривожності, розладів сну та харчової поведінки, хронічних та психосоматичних захворювань, депресії, недовіри до себе, низької самооцінки, апатії, психічних розладів, схильності до суїциду, різних залежностей.
- Психіка партнера, який зазнає насильства, адаптується під постійний стрес і починає сприймати насильство як норму. Людина стає повністю керованою та підконтрольною кривднику.
- У партнера, який зазнає насильства, часто спрацьовує “стокгольмський синдром”. Тобто постраждала особа починає “ставати на місце” кривдника, знаходити виправдання його вчинкам, співчувати його тяжкій долі



й дитинству, переймає його переконання, починає вважати свої страждання необхідними й навіть важливими, такими, що служать “добрій меті” (наприклад, переконує себе, що треба потерпіти та виявити милосердя, щоб спасти кривдника, замість того, щоб негайно рятувати себе й дітей).

- Постраждала особа сподівається поступливою поведінкою заслужити прихильність кривдника, а також сподівається його змінити й вірить, що тільки вона може й має його врятувати. Постражданий із подружжя вірить, що кривдник без нього пропаде. Однак терплячість постраждалого партнера і безкарність кривдника лише зміцнює позицію останнього, сприяє його деградації та спонукає до дедалі жорстокіших витівок.

У постраждалих від насильства, зокрема й свідків насильницької поведінки (насамперед дітей), можуть виникнути серйозні психічні розлади, такі як посттравматичний стресовий розлад (ПТСР) або вікарна травма (вторинний травматичний стрес). У разі кризових проявів домашнього насильства можливе також доведення однієї зі сторін до самогубства або вбивства (як кривдником постраждалої особи, так і постраждалою особою кривдника).

## НЕГАТИВНІ НАСЛІДКИ НАСИЛЬСТВА НАД ДИТИНОЮ:

- Насильство розриває зв'язок із дитиною.
- Насильство з виховною метою дає лише тимчасовий ефект або взагалі жодного.
- Якщо щодо дитини застосовують насильство, вона слухається не тому, що розуміє і хоче, а тому що не має вибору через страх. Насильство фактично позбавляє дитину вибору, що ослаблює її волю й робить у майбутньому насильником або постраждалою особою, не здатною протистояти пригнобленню. У постраждалої у дитинстві особи формується синдром вивченої беспорядності, коли вже доросла людина неспроможна захистити себе від нападок, і часто навіть не може розпізнати ворожі сигнали нападника на стадіях, коли ще є змога втекти чи зарадити лихові.
- Через насильство дитина спускається з рівня повноцінного життя на рівень виживання. Заради виживання її організм притуплює емоції та вмикає інстинкт самозбереження замість того, щоб повноцінно жити: розвиватися, усвідомлювати, формувати цінності.
- Діти із сімей, де практикується насильство у тій чи іншій формі, часто з раннього віку мають психологічні проблеми, такі як підвищена тривожність, неконтрольована агресія, ризик появи ПТСР, КПТСР чи вікарної травми.

## ПОСТТРАВМАТИЧНИЙ СТРЕСОВИЙ РОЗЛАД (ПТСР)

**Посттравматичний стресовий розлад (ПТСР)** – це стан, що виникає внаслідок ситуації загрози життю або здоров'ю людини чи її близьких, коли можливість людини впоратися з травматичною ситуацією була меншою за силу впливу останньої. Це може бути одноразова подія (нешасний випадок, стихійне лихо, напад, зґвалтування тощо), що матиме наслідком простий ПТСР. Повторювані події (війна, постійне фізичне, сексуальне, психологічне насильство, цькування) можуть спричиняти комплексний ПТСР (КПТСР). Через КПТСР виникає набагато більше негативних наслідків.

ПТСР чи КПТСР може проявлятися в поведінці людини у вигляді реакції “бій, біжи чи замри” на певний **тригер** – тобто те, що бодай віддалено нагадує травматичну ситуацію з минулого. Тригером може бути крик, сварка, особливий погляд, різкий шум, певний звук, музика, предмет, запах, смак, інтонація в діалозі, фраза, плач чи сльози дитини, рух, деталь в одязі або сам одяг, певна пора року або дата, схожість рис обличчя з людиною, яка завдавала травми або була присутня поряд, місце, схоже на те, де було завдано травму. Наприклад, на дитину, яка розбила тарілку, батько може відреагувати неадекватно: побити її, істерично закричати, розгублено й безпорадно застигнути або побігти в магазин за алкоголем. Це реакція на його особистий тригер – звук битого скла.

Люди із ПТСР чи КПТСР реагуватимуть так на тригери постійно, автоматично, неконтрольовано, на рівні умовного рефлексу. Зціленням може бути психотерапія, спрямована на відокремлення власного травматичного досвіду та емоційного болю від нових ситуацій у реальному житті.

Розлад може проявитися як відразу після травматичних подій, так і роки по тому – у вигляді алкогольної та інших видів залежностей, співзалежності у стосунках, нічних жахів, панічних атак, фобій, спалахів агресії, депресії, тривожних та інших видів психічних розладів, зокрема шизофренії, суїцидальної поведінки, проблем із сексуальним потягом, психосоматичних захворювань, порушень у стосунках із оточуючими.



## 8. ПРАКТИЧНІ АСПЕКТИ НАДАННЯ ПІДТРИМКИ

**Важливо!** Ми пропонуємо надавати підтримку навіть у тому разі, коли звернувся лише один із учасників ситуації домашнього насильства. Цього вже може бути достатньо для виправлення ситуації.

### ОСОБИСТА ВІДПОВІДАЛЬНІСТЬ ЗА СПРОМОЖНІСТЬ НАДАТИ ДОПОМОГУ

Найважливіше у реакції священнослужителів (капеланів, душеопікунів) – це своєчасне розпізнавання насильства та нагальне реагування. Однак насамперед варто зрозуміти, чи готові ви в принципі мати справу із цією ситуацією та брати на себе відповідальність за душпастирську опіку людини чи сім'ї, постраждалої від насильства. Тут важлива чесна особиста відповідь. Якщо ви не готові, краще перенаправити людину до фахівця, який може оперативно допомогти та підтримати.

Якщо ж священнослужителю бракує кваліфікації чи немає внутрішнього ресурсу допомогти постраждалій особі та (або) кривднику, краще порекомендувати тому, хто звернувся по допомогу, більш кваліфікованого священника та (або), в разі потреби, професійного психотерапевта для системної роботи.

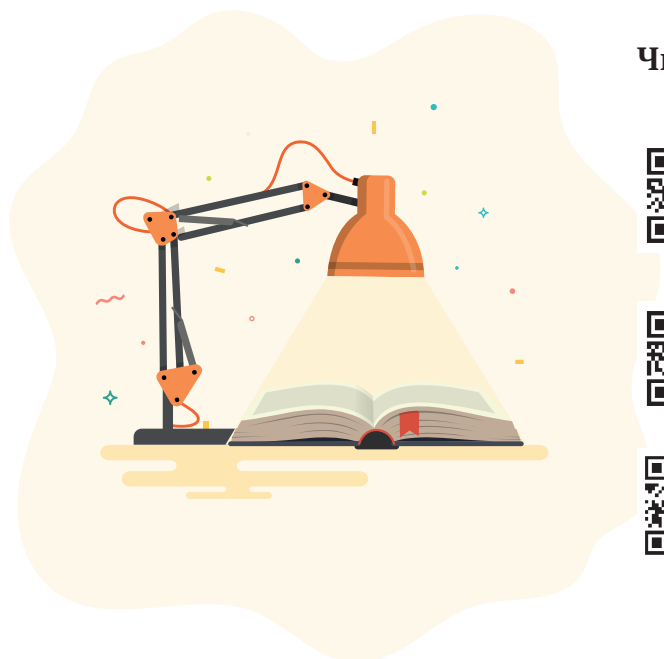
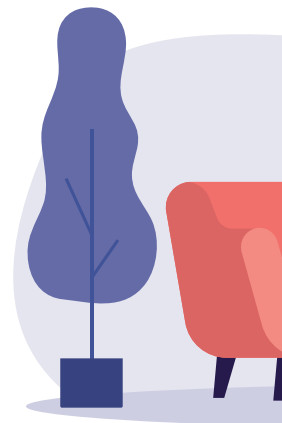
**Ваша перша дія**, коли до вас звернулися по допомогу, – це молитва та душпастирська опіка. Водночас заохочуємо вас прослухати тематичні тренінги та прочитати спеціальні матеріали з проблематики реагування на випадки домашнього насильства, щоб підвищити свою кваліфікацію та ефективніше допомагати сім'ям у кризових ситуаціях.

Слід зауважити, що священнослужителі, які надають душпастирську опіку постраждалим від насильства, самі можуть зазнати вікарної травми (вторинного травматичного стресу). Це може бути наслідком душевних переживань і болю від зустрічей душпастиря з проявами жорстокого поводження у сім'ях та тяжкою долею людей, які особисто постраждали від домашнього насильства (первинний травматичний стрес). Щоб не допустити вікарної травми, для душпастирів важливою є профілактика емоційного вигорання. Оскільки вони працюють собою, потрібно дбати про головний інструмент – себе. В цьому допоможуть 8-годинний сон, час на усамітнений відпочинок щодня, регулярні вихідні щотижня, відпустки декілька разів на рік, прогулянки на свіжому повітрі, спорт, супервізія та підтримка з боку досвідченіших колег, спілкування й можливість розділити свої турботи зі служителями, які працюють у подібній сфері.

## ПЕРЕВІРКА ДОБРОВІЛЬНОСТІ ЗГОДИ

Якщо ви втручаєтеся у ситуацію, де був чи досі триває прояв насильства, насамперед потрібно упевнитися в добровільній згоді головних осіб на втручання у ситуацію сторонніх:

1. Чи готові постраждала особа та (або) кривдник до розмови?
2. Чи готові постраждала особа та (або) кривдник до того, щоб ця ситуація стала публічною? Чи варто залишити її закритою для інших?
3. Чи готові постраждала особа та (або) кривдник отримувати підтримку чи допомогу зі сторони й від кого саме?
4. Чи готові постраждала особа та (або) кривдник здійснювати певні кроки для вирішення ситуації?



### Читайте більше



«Обмін досвідом»:  
[family.org.ua/ua/exec](https://family.org.ua/ua/exec)



«Ресурси для душпастирської та соціальної роботи»:  
[family.org.ua/ua/cmadv](https://family.org.ua/ua/cmadv)



«Тренінги та навчання»  
[family.org.ua/ua/tag/training](https://family.org.ua/ua/tag/training)



## КЛЮЧОВІ АСПЕКТИ ПЕРЕД ВТРУЧАННЯМ СВЯЩЕНОСЛУЖИТЕЛЯ У СИТУАЦІЮ ДОМАШНЬОГО НАСИЛЬСТВА:

1. Потурбуйтеся про безпеку як сторін, так і самого себе як священнослужителя – насамперед фізичну та психологічну (а також переконайтеся в безпеці інших членів сім'ї, особливо дітей).
2. Ваша основна мета – надати підтримку всім сторонам-учасникам ситуації, а не звинуватити чи вплинути на перебіг подій.
3. Слід побачити ширший контекст ситуації та переговорити з людьми, які є дотичними до неї (дивіться нижче питання для аналізу ситуації).
4. Зверніть увагу на кривдника та його стан, оскільки агресія є реакцією на певний прояв болю.
5. Плекайте довіру людини, яка звернулася до вас по допомогу, – не засуджуйте, не звинувачуйте, не повчайте, а намагайтеся зарадити в цій ситуації.
6. Надайте підтримку – людина, яка звернулася до вас по допомогу, має відчувати, що вона не залишилася сама й не є байдужою вам.
7. Активно слухайте – це гарантовано полегшить гострий емоційний стан постраждалої особи чи кривдника, а вам допоможе краще зрозуміти, що ж насправді відбувається. Спершу слід вислухати повну історію, а далі ставити запитання.
8. Слід визначити й назвати проблему (якщо постраждала від насильства особа себе такою не вважає, то варто їй допомогти усвідомити реальність).
9. Зверніться по допомогу до професіоналів (психолог, шелтер, поліція тощо), проте лише якщо людина, котра звернулася до вас, готова до цього.

## 9. СХЕМА АНАЛІЗУ СИТУАЦІЇ

Перед тим, як розпочати безпосередній аналіз ситуації, пропонуємо вам оцінити психічний стан людини, яка звернулася до вас по допомогу з проблемою домашнього насильства. Проте навіть фахівець не завжди може побачити відхилення, й тому важливо орієнтуватися на власні відчуття та не братися допомагати людині, якщо ви не впевнені у своїх можливостях і компетенції.

Тут вам може допомогти **картування ситуації** (тобто малюнок основних учасників, їхніх страхів і бажань, загального контексту) або відповідь на кілька головних запитань:

1. Хто є прямими учасниками ситуації насильства (постраждалою особою та кривдником)?
2. Хто є непрямими учасниками (родичі, друзі, діти, віруючі з релігійної спільноти, колеги тощо)?
3. Чи загрожує комусь із них небезпека (зараз чи в перспективі)?
4. Як можна визначити або назвати головну проблему, через яку почалося насильство?
5. У якому контексті зараз перебувають учасники (вони живуть самі чи в більшій родині, їхнє економічне становище, готовність до жорсткішого прояву насильства, емоційний стан, рівень освіти та обізнаності тощо)?
6. Що можемо зробити, якщо помітили неадекватний психічний стан когось із учасників ситуації?
7. Який вид насильства спостерігаємо та на якому рівні він проявляється?
8. Якими є можливі ризики, якщо ситуація триватиме (у разі невтручання та втручання)?
9. Чи готова бодай одна зі сторін до дій та зміни ситуації? Що саме готові робити?
10. Чи готові ви як священнослужитель (капелан, душеопікун) допомогти та надати підтримку в цій ситуації?

Якщо виявлено насильство, важливо проаналізувати кілька ключових складників: учасники ситуації (прямі та непрямі), контекст, головна проблема, що спонукала прояв насильства, вид насильства, рівень ескалації ситуації, можливі ризики, запит сторін (насамперед постраждалої особи), готовність учасників до дій і зовнішнього втручання.

**Дивіться також**  
«Список рекомендованих психологів і сімейних консультантів»:  
[family.org.ua/ua/experts](http://family.org.ua/ua/experts)



# 10. ПИТАННЯ ДО РОЗМОВИ З УЧАСНИКАМИ

Під час розмови з будь-ким із учасників ситуації насильства пропонуємо керуватися ключовими аспектами, описаними вище в розділі про аналіз ситуації. Водночас в особистій бесіді буде корисно поставити основні запитання, якими послуговуються медіатори в досудовому вирішенні конфліктів.

**Нагадаємо, що кожне запитання ставиться лише після того, як людина повністю висловилася та відповіла на попереднє. Важливо не перебивати розповідь, аби не акцентувати аспект, важливий для вас, а не для учасника ситуації. Тож застосуємо техніку активного мовчазного слухання.**

## Головні питання для співрозмовника:

1. Що сталося? Опишіть, будь ласка, ситуацію. (Можна додати: а що відбувалося раніше? Коли і що відбулося за часом?)
2. Що ви відчували? (Якщо людині важко відповісти, можна спитати, про що вона думала в той чи інший момент, які емоції відчувала – і бути готовими до її емоційних проявів.)
3. Що для вас зараз важливо? (Повертаємося до пріоритетів і потреб, які лежать в основі ситуації.)
4. Що готові зробити? Що можливо зробити для вирішення ситуації? Яка допомога вам потрібна? Від кого? (Тут важливо повернути людину до максимальної конкретики, буквально узгодивши реалістичні подальші кроки.)



## 11. МИРНІ СПОСОБИ ВИРІШЕННЯ СИТУАЦІЇ

Як представники релігійної спільноти ми орієнтуємося на мирний спосіб вирішення ситуацій насильства, де учасники можуть подолати шлях до визнання проблеми, здійснити необхідні зміни та за можливості досягнути примирення й пробачити одне одному, не повертаючись до насильства в майбутньому.

Не менш важливим є раннє усвідомлення, визначення та втручання служителя церкви (релігійної громади) у ситуацію, де виявлено акт насильства. Коли є змога провести профілактичну бесіду, поговорити зі сторонами, наголосити на можливості ненасильницького вирішення непорозумінь – це може допомогти запобігти подальшим проявам агресії.

Мирне вирішення ситуацій насильства може відбуватися в індивідуальному та групових форматах. Індивідуальний формат передбачає роботу з фахівцем (спершу окремо, а пізніше в парі з кривдником – за готовності сторін), як-от священнослужителем (чи іншою посвяченою на це служіння особою), психологом (психотерапевтом), соціальним працівником тощо.

Зверніть увагу, що публічна маніфестація позиції релігійного лідера та керівника місцевої релігійної громади (наприклад, у проповіді та під час тематичних зустрічей із вірними) щодо неприпустимості домашнього насильства, розуміння цього явища як проблеми та озвучення способів, якими її можна подолати, відкриває простір для довіри з боку членів релігійної громади та сміливості звертатися по допомогу у випадках насильства.

Пропонуємо розглянути інші особисті та групові способи вирішення проблеми насильства, які можливо застосувати.

### ПРОСВІТНИЦЬКІ ТА ПРОФІЛАКТИЧНІ ЗАХОДИ:

1. Підготовка циклу тематичних проповідей чи духовних бесід для релігійної громади з проблематики домашнього насильства.
2. Розроблення та поширення інформаційних матеріалів про проблему домашнього насильства.
3. Проведення просвітницьких програм із зазначеної проблематики (насамперед із молоддю, майбутніми сім'ями та вже зрілими віруючими).

4. Акцентування на цій проблематиці під час підготовки до шлюбу.
5. Організація днів віднови (реколекцій), коли чоловік і дружина можуть як окремо, так і разом відпочити й подумати про власні цінності та поточний стан їхніх стосунків.
6. Організація тематичних зібрань релігійної громади, круглих столів або конференцій із різних аспектів проблематики домашнього насильства.
7. Створення та практикування спеціальних обрядів, служінь і молитов за постраждалих від домашнього насильства, виправлення кривдників і розв'язання проблем домашнього насильства.

## **ПРАКТИЧНА ДОПОМОГА ПОСТРАЖДАЛИМ ВІД НАСИЛЬСТВА ТА (АБО) КРИВДНИКУ:**

1. Інформування постраждалої особи про цикл насильства і загрозу його повторення чи посилення, а також про “трикутник співзалежності” (*читайте у розділі 5*) – це початок системної роботи та формування запиту до змін у людини.
2. Звернення постраждалої особи та (або) кривдника по допомогу до фахівців (консультаційний центр, священнослужитель або душеопікун, психолог або психотерапевт, соціальний працівник тощо).
3. Особиста робота постраждалої особи та (або) кривдника зі священнослужителем або з особою, обізнаною в роботі зі схожими ситуаціями.
4. Духовний супровід індивідуально або в групі релігійної громади, що має на меті захист постраждалої особи від повторного насильства.
5. Створення спільнот зцілення при релігійній громаді (як для постраждалих від насильства, так і для кривдників): порушення мовчання про проблему, зустрічі для проговорювання проблеми (наприклад, робота у групах анонімних алкоголіків за спеціальною програмою ресоціалізації та наставництва).
6. Організація родинних рад у форматі кола спілкування, де кожен має право на вільну думку та слово.
7. Запуск благодійної програми для підтримки постраждалих від насильства та протидії розповсюдженню проявів домашнього насильства.
8. Знаходження підтримки для постраждалої від насильства особи у зовнішньому світі (наприклад, сусіди, друзі, віруючі, які знатимуть про проблему та будуть готові допомогти у критичних ситуаціях).



Ця схема демонструє основу ненасильницьких стосунків у подружній парі, які ґрунтуються на визнанні рівної цінності та гідності кожної людини як Божого творіння.



## 12. КРИЗОВЕ ВТРУЧАННЯ (КОЛИ МИРНІ СПОСОБИ НЕ ПРАЦЮЮТЬ)

1. Коли насильство сягнуло критичного рівня (страх, залякування, погрози чи реальні побої), в інтересах збереження здоров'я і життя постраждалої особи доцільною є сепарація з кривдником (**роздільне проживання**), доки не відбудеться зцілення стосунків, а саме: кривдник покається та виправиться, зникне загроза повторення насильства, постраждала особа знову почуватиметься в безпеці у себе вдома.
2. Якщо з'являються перші ознаки домашнього насильства (часті крики, погрози, маніпуляції, навіть одноразове застосування фізичного насильства), слід звернути увагу постраждалої особи на необхідність підготовки до можливої сепарації з кривдником, про що останній не має дізнатися.
3. Священнослужителям слід завчасно потурбуватися про те, як релігійна громада може допомогти постраждалим від насильства врятуватися від крайніх проявів агресії – особливо у випадках, коли постраждала особа шукає місце схову разом із неповнолітніми дітьми, а також коли страждають літні люди, хворі маломобільні люди тощо. Доцільно мати попередню згоду на прихисток від інших членів релігійної громади та дізнатися контакти й розташування притулків (шелтерів) для постраждалих від насильства.
4. Доцільно налагодити співпрацю з відповідними представниками держави та місцевої влади (поліція, соціальні служби, юристи), зокрема мати телефони місцевих “гарячих ліній”, контакти регіонального координатора з питань протидії домашньому насильству та у крайньому випадку звертатися до поліції за номером 102.

Зверніть увагу! Ми не закликаємо до руйнування сім'ї (адже розлучення – це крайній захід) і не заохочуємо до термінових і безповоротних змін, які можуть нашкодити учасникам процесу, адже кожна ситуація має свої особливості. Ми просимо вас враховувати особисту готовність і ресурси як сторін-учасниць насильницьких стосунків, так і служителів (віруючих, волонтерів), які хочуть їм допомогти. Закликаємо вас вдаватися до способів кризового втручання тільки в разі небезпеки та загрози для учасників, а також лише в тих випадках, коли мирні способи не допомогли чи є очевидно неефективними.

5. Варто домовитися про співпрацю з адвокатами, юристами, правозахисними організаціями, які зможуть надати кваліфіковану допомогу постраждалій особі, якщо буде необхідно вжити юридичних заходів для її захисту від кривдника, описаних у розділі 13 цього посібника.
6. Корисно документувати прояви кривди й насильства, про які постраждалі особи повідомляють священнослужителя, аби своєчасно реагувати на них і мати зафіксовані факти домашнього насильства в разі звернення до правоохоронних органів. Це дасть змогу моніторити подальший розвиток ситуації в конкретній сім'ї, а також бачити загальну картину проявів домашнього насильства, аби вчасно організувати тематичні просвітницькі та профілактичні заходи. Проте важливо перед початком такої роботи здійснити оцінку ризиків із фахівцями (поліцією), аби не збільшити потенційну загрозу.
7. Не слід замовчувати факти насильства, особливо коли дії кривдника містять ознаки адміністративного правопорушення чи кримінального злочину. Притягнення винних до відповідальності запобігає збільшенню насильства через безкарність, установлює справедливість щодо постраждалої особи, а також має значний профілактичний ефект для інших.



# 13. ЮРИДИЧНІ ЗАХОДИ ДЛЯ ЗАХИСТУ ПОСТРАЖДАЛИХ ВІД КРИВДНИКА

## **Терміновий заборонний припис стосовно кривдника** (стаття 25)

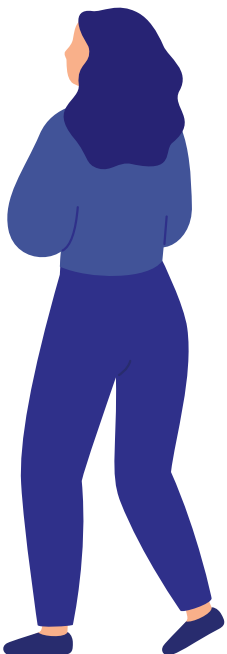
1. Виноситься кривднику працівником поліції у разі існування безпосередньої загрози життю чи здоров'ю постраждалої особи з метою негайного припинення домашнього насильства, недопущення його продовження чи повторного вчинення.
2. Може містити такі заходи:
  - зобов'язання залишити місце проживання (перебування) постраждалої особи;
  - заборона на вхід та перебування в місці проживання (перебування) постраждалої особи;
  - заборона в будь-який спосіб контактувати з постраждалою особою.
3. Працівники поліції можуть застосовувати поліцейські заходи примусу для виселення з житлового приміщення кривдника, якщо терміновий заборонний припис передбачає зобов'язання залишити місце проживання (перебування) постраждалої особи, а кривдник відмовляється добровільно його залишити.
4. Терміновий заборонний припис виноситься строком до 10 діб за заявою постраждалої особи, а також за власною ініціативою працівником поліції за результатами оцінки ризиків.

**Закон України «Про запобігання та протидію домашньому насильству»** передбачає спеціальні заходи щодо протидії домашньому насильству (стаття 24), до яких належать:

- терміновий заборонний припис стосовно кривдника;
- обмежувальний припис стосовно кривдника;
- взяття на профілактичний облік кривдника та проведення з ним профілактичної роботи;
- направлення кривдника на проходження програми для кривдників.

## Обмежувальний припис стосовно кривдника (стаття 26)

1. Право звернутися до суду із заявою про видачу обмежувального припису стосовно кривдника мають:
  - постраждала особа або її представник;
  - у разі вчинення домашнього насильства стосовно дитини – батьки або інші законні представники дитини, родичі дитини (баба, дід, повнолітні брат, сестра), мачуха або вітчим дитини, а також орган опіки та піклування;
  - у разі вчинення домашнього насильства стосовно недієздатної особи – опікун, орган опіки та піклування.
2. Обмежувальним приписом визначаються один чи декілька таких заходів тимчасового обмеження прав кривдника або покладення на нього обов'язків:
  - заборона перебувати в місці спільного проживання (перебування) з постраждалою особою;
  - усунення перешкод у користуванні майном, що є об'єктом права спільної сумісної власності або особистою приватною власністю постраждалої особи;
  - обмеження спілкування з постраждалою дитиною;
  - заборона наближатися на визначену відстань до місця проживання (перебування), навчання, роботи, інших місць частого відвідування постраждалою особою;
  - заборона особисто і через третіх осіб розшукувати постраждалу особу, якщо вона за власним бажанням перебуває у місці, невідомому кривднику, переслідувати її та в будь-який спосіб спілкуватися з нею;
  - заборона вести листування, телефонні переговори з постраждалою особою або контактувати з нею через інші засоби зв'язку особисто і через третіх осіб.
3. Рішення про видачу обмежувального припису або про відмову у видачі обмежувального припису приймається на підставі оцінки ризиків.
4. Обмежувальний припис видається судом на строк від одного до шести місяців.
5. За заявою осіб, визначених у п. 1, на підставі оцінки ризиків обмежувальний припис може бути продовжений судом додатково на строк не більше шести місяців.



## 14. РЕАГУВАННЯ НА ЖОРСТОКЕ ПОВОДЖЕННЯ З ДІТЬМИ

Постановою Кабінету Міністрів України від 1 червня 2020 року № 585 затверджено Порядок забезпечення соціального захисту дітей, які перебувають у складних життєвих обставинах, у тому числі дітей, які постраждали від жорстокого поводження.

Юридичні та фізичні особи (тобто включно з релігійними громадами та священнослужителями), яким стало відомо про дитину, яка перебуває в складних життєвих обставинах внаслідок жорстокого поводження з нею або наявності загрози її життю чи здоров'ю, зобов'язані:

1. У разі потреби надати дитині домедичну допомогу, викликати бригаду екстреної (швидкої) медичної допомоги для надання дитині екстреної медичної допомоги.
2. Невідкладно, у строк, що не перевищує однієї доби, звернутися / повідомити (в усній та (або) в письмовій формі, в тому числі із застосуванням засобів електронної комунікації) органам Національної поліції та службі у справах дітей за місцем виявлення та (або) проживання (перебування) такої дитини.
3. У разі коли відсутня можливість звернутися до органів Національної поліції та служби у справах дітей, юридичні та фізичні особи, яким стало відомо про дитину, яка постраждала від жорстокого поводження з нею або життю чи здоров'ю якої загрожує небезпека, зобов'язані негайно звернутися до інших суб'єктів виявлення та (або) організації соціального захисту дітей.



**Зверніть увагу!** Відповідно до Закону України «Про запобігання та протидію домашньому насильству», дитина, яка не досягла 18 років та зазнала домашнього насильства у будь-якій формі або стала свідком (очевидцем) такого насильства, визнається особою, постраждалою від домашнього насильства.

### **Важливо!**

**Якщо існує загроза для здоров'я та життя дитини, постраждалої від домашнього насильства з боку її батьків, то наслідком звернення до поліції чи служби у справах дітей може бути тимчасове поміщення цієї дитини до кризового центру (притулку).**

Діти, які отримали ПТСР, КПТСР чи вікарну травму внаслідок насильства над ними особисто чи перебування в атмосфері домашнього насильства, потребують допомоги психотерапевта для звільнення від тягаря травматичного досвіду (*про це детальніше в розділі 7*).



- **Батьківський аб'юз – насильство над дітьми. Як побудувати здорові відносини?**
- **Як реагувати на дитячі істерики та відучити дитину від них?**
- **Як не застосовувати насилля до дитини під час її виховання?**

Читайте більше на тему «Виховання дітей»:

[family.org.ua/ua/tag/parenting](https://family.org.ua/ua/tag/parenting)



Дивіться також у розділі 17 список рекомендованої літератури.

## 15. ФАХІВЦІ, ТРЕНІНГИ, ЦЕНТРИ ДОПОМОГИ

Список рекомендованих психологів і сімейних консультантів: [family.org.ua/ua/experts](https://family.org.ua/ua/experts)



Список тренінгових програм для підвищення кваліфікації священнослужителів, душпастирів, волонтерів релігійних громад: [family.org.ua/ua/tag/training](https://family.org.ua/ua/tag/training)



Список консультаційних центрів, притулків (шелтерів), координаторів на рівні територіальних громад: [family.org.ua/ua/help](https://family.org.ua/ua/help)



## 16. КОНТАКТИ ДЕРЖАВНИХ І ГРОМАДСЬКИХ СЛУЖБ ДОПОМОГИ

**У разі проявів насильства своєчасна та оперативна допомога може врятувати життя. Саме тому нагадуємо контакти служб, які можуть допомогти та захистити.**

1. Викликайте поліцію за номером **102** або скористайтеся чат-ботом для виклику допомоги в Телеграмі: **@police\_helpbot**

Додатково поліція відповідає через спеціальні додатки на мобільних телефонах для систем **Android** і **Apple**.



2. Урядова гаряча лінія з питань протидії домашньому насильству, насильству за ознакою статі та насильству стосовно дітей (цілодобово та безкоштовно): **15 47**
3. Безоплатна правова допомога за номером: **0 800 213 103** та чат-бот у Телеграмі: **@non\_violence\_bot**
4. Безкоштовна інформаційна лінія з питань громадського здоров'я (понеділок – п'ятниця з 09:00 до 18:00): **0 800 505 855**

## 17. РЕКОМЕНДОВАНА ЛІТЕРАТУРА



**Інструкція для душпастирів щодо протидії домашньому насильству** (затверджена Конференцією Єпископів Римсько-Католицької Церкви в Україні 27 листопада 2020 року):  
<https://bit.ly/3FzPpDH>



Мэйбл К. Данбар. **Динамика бытового насилия**. Справочник для служителей церквей – Отдел Женского служения Североамериканского дивизиона Церкви АСД, 2016:  
<https://bit.ly/3nApd5K>

**В поиске справедливости: сборник материалов по противостоянию домашнему насилию для раввинов** // Издание для Содружества независимых государств под редакцией Дайана Гардсбейна. – Jewish Women International, 2003

Мейсон П., Крегер Р. **Годі ходити навшпиньки. Життя з емоційно нестабільною людиною** / Пол Мейсон, Ренді Крегер; пер. з англ. І. Павленко. – Київ: Форс Україна, 2021. – 384 с.

Берри Уайнхолд, Дженей Уайнхолд. **Освобождение от созависимости**. – М.: Независимая фирма “Класс”, 2002

Мелоди Битти. **Спасать или спасаться? Как избавиться от желания постоянно опекать других и начать думать о себе**. – М.: Издательство “Э”, 2018

Гері Чепмен, Рос Кемпбелл. **П'ять мов любови до дітей**. – Львів: Свічадо, 2020

Юлія Гіппенрейтер. **Спілкуватися з дитиною. Як?** – К.: Форс Україна, 2021

**Як спілкуватися з дитиною. Збірник самарі + аудіокнига**. – К.: Моноліт-Bizz, 2021

Дэвид Симандз. **Исцеление чувств. Путь к эмоциональному здоровью и прощению**. – М.: Триада, 2010

Дэвид Симандз. **Исцеление памяти. Исцеление болезненных воспоминаний прошлого**. – М.: Триада, 2008

Росс Кэмпбелл. **Как справляться с гневом ребенка**. – СПб.: Мирт, 2007

Росс Кэмпбелл. **Ваш ребенок и наркотики**. – СПб.: Мирт, 2004

Дженет Дж. Войтиц. **Взрослые дети алкоголиков**. – М.: Независимая фирма “Класс”, 2016



# 5 КРОКІВ

ЩОБ ЗАХИСТИТИ СЕБЕ ТА ІНШИХ  
ВІД НАСИЛЬСТВА В СІМ'І

## НЕ ТЕРПІТЬ!



Якщо відчуваєте можливість, прямо скажіть кривднику, що насильство є неприйнятним. Що раніше, то краще, щоб насильство не зростало, як сніжний ком. Важливо проговорити сам факт насильства, якщо є можливість для такої розмови.

Якщо ви не почуваетесь у безпеці чи комфортно, розкажіть про це своєму оточенню: друзям, родичам, колегам, служителям вашої релігійної громади – тим, кому ви довіряєте. Обговоріть з ними, що варто зробити, якщо ситуація погіршиться.



## НЕ МОВЧІТЬ!

## ПРОСІТЬ ПРО ДОПОМОГУ!



Якщо б'ють вас чи вашу дитину – викликайте поліцію! Якщо ви стали свідком насильства – викликайте поліцію! Якщо вам треба врятуватися від майбутнього насильства чи помсти кривдника за розголошення інформації про минулі напади, звертайтеся за номерами служб підтримки або попросіть захисту в рідних, друзів, священника чи інших членів вашої релігійної громади, яким ви довіряєте.

Діти не будуть щасливішими з батьком, який б'є їхню маму. Сім'я не стане міцнішою, якщо в її основі – страх і насильство. Не слід мати марні сподівання, що все треба перетерпіти заради збереження сім'ї, адже насильство (фізичне, психологічне, економічне, сексуальне) вже є найбільшим руйнівником здорових сімейних стосунків. Тому шукайте, де ви можете почуватися в безпеці.



## ЗНАЙДІТЬ БЕЗПЕЧНЕ МІСЦЕ!

## ШУКАЙТЕ ВИХІД!



Досвід насильства не означає, що ви не зможете відновити стосунки. Це тривалий процес роботи з різними учасниками ситуації і примирення можливе, якщо є бажання змін. Покаяння та примирення має відбуватися під тривалим постійним наглядом священника, спільних друзів чи інших довірених осіб, у тому числі в спільнотах зцілення при релігійних громадах.

## КУДИ ЗВЕРТАТИСЯ ПО ДОПОМОГУ?

У випадку проявів насильства своєчасна та оперативна допомога може врятувати життя. Саме тому ми нагадуємо про контакти служб, які можуть допомогти та захистити.

**ВИКЛИКАЙТЕ ПОЛІЦІЮ**

**102**

 @police\_helpbot

**БЕЗОПЛАТНА ПРАВОВА ДОПОМОГА**

**0 800 213 103**

 @Non\_Violence\_Bot

**УРЯДОВА ГАРЯЧА ЛІНІЯ**

**15 47**

(цілодобово та безкоштовно)

# АЛГОРИТМ ДІЙ

для постраждалих осіб, які вирішили втекти від домашнього насильства, щоб забезпечити власну безпеку

- 1 Зберіть усі необхідні важливі документи, зокрема паспорт, ідентифікаційний код, свідоцтво про народження, медичні карти, свідоцтво про шлюб, карти соціального та медичного страхування, довідку ВПО тощо (а також документи дітей, якщо ви шукатимете притулок разом із ними).
- 2 За можливості підготуйте сумку з документами та речами першої необхідності на випадок, якщо доведеться тікати з дому несподівано (наприклад, якщо прояви агресії кривдника змушують рятувати життя негайно).
- 3 Завчасно продумайте, яке місце буде для вас безпечним (у друзів, у одновірців, у шелтері; в цьому місті та області чи подалі від кривдника).
- 4 Зробіть додатковий комплект ключів та залиште ключі й необхідні документи у друга, подруги або члена сім'ї, якому ви можете довіряти.
- 5 Завчасно заощадьте гроші та передайте їх другові або члену сім'ї, щоб він зберіг їх для вас на випадок втечі з дому (порятунку від кривдника).
- 6 Змініть паролі доступу до вашого смартфона, соціальних мереж, месенджерів, ноутбука чи комп'ютера, щоб у кривдника не було змоги бачити ваше листування з тими, до кого ви звертаєтеся по допомогу, а також вистежувати вас через соціальні мережі.
- 7 Вимкніть опцію геолокації у вашому смартфоні та не повідомляйте ваше місцезнаходження у соціальних мережах, щоб у кривдника не було змоги переслідувати й відстежувати вас через смартфон і соціальні мережі.
- 8 За можливості завчасно придбайте простий телефон (на кшталт Nokia без функцій Інтернету) з новою SIM-картою (з іншим мобільним номером і поповненим рахунком) та запишіть у нього контакти людей, яким ви довіряєте, щоб на дні вашої сумки для втечі був альтернативний і невідомий кривднику спосіб зв'язку.
- 9 Продумайте безпечний транспорт до місця, де ви зможете знайти притулок.
- 10 Залишайте будинок, коли в ньому немає кривдника.
- 11 Створіть систему сповіщення друга, подруги або родича, якому ви довіряєте, щоб повідомити, коли настане час для втечі (або зателефонуйте до поліції, зокрема якщо кривдник утримує вас силою чи погрозами).
- 12 Не допустіть, щоб кривдник дізнався про ваш намір утекти. Тримайте ваші плани в таємниці: про них можуть знати лише ті довірені люди, які можуть допомогти вам у критичний момент.

**Важливо!** Ми не заохочуємо до розлучень, хоча насильство – це вже індикатор руйнування подружніх стосунків. Ми закликаємо не мовчати і шукати вихід. Першим кроком до цього є забезпечення особистої безпеки шляхом сепарації з кривдником (роздільного проживання). Цінність здоров'я та життя людини залишається найвищим пріоритетом.

# ПРАВИЛА

## ЯКІ ЗАХИСТЯТЬ ВАШУ ДИТИНУ ВІД НАСИЛЬСТВА

- ❗ Ніхто не повинен торкатися інтимних частин тіла дитини
- ❗ Ніхто не може примушувати дитину торкатися частин тіла іншої людини
- ❗ Ніхто не може обіймати, цілувати дитину без її згоди (навіть батьки)
- ❗ Ніхто не може примушувати дитину обіймати, цілувати іншу людину (навіть родича)
- ❗ Не можна дитині йти в гості чи на прогулянку, не попередивши батьків і без засобів комунікації (без телефона чи годинника-телефона з GPS, Wi-Fi-трекінгом)
- ✅ Дитина має напам'ять знати номери телефонів батьків і домашню адресу
- ✅ Якщо якась подія викликала в дитини почуття неспокою, тривоги або страху, їй слід обов'язково розповісти про це дорослому, якому вона довіряє (мамі, тату, вчителю)



# НАВІЩО РЕЛІГІЙНИМ ДІЯЧАМ

## ТРЕБА РЕАГУВАТИ НА НАСИЛЬСТВО В СІМ'І

Проблема домашнього насильства залишається непопулярною темою в релігійних громадах. Однак це не означає, що сім'ї віруючих людей не страждають від цього негативного явища і мають достатньо знань і навичок, як вирішувати конфліктні ситуації в стосунках без насильства.

**Релігійним діячам слід звертати увагу на проблему домашнього насильства у проповідях і під час душпастирської роботи з такою метою:**

- 1 Щоб не приховувати насильство, а називати його неприйнятним явищем, яке не може бути виправдане жодними благими намірами.
- 2 Помилково вважати, що замовчування домашнього насильства може врятувати шлюб чи убезпечити дітей від переживань у зв'язку з розлученням подружньої пари, адже не зупинене чи не покаране насильство з часом набуває все більших масштабів і наносить набагато більших психологічних і фізичних травм як подружжю-жертві, так і дітям.
- 3 Своєчасна реакція на домашнє насильство – це не атака на сім'ю, а спосіб мінімізувати негативні наслідки для обох з подружньої пари (і для жертви, і для агресора), а також для їх дітей.
- 4 Коли зло буде називатися злом, тоді очевидці домашнього насильства (діти чи інші родичі) не перебуватимуть у конфлікті зі своєю совістю та цінностями, сформованими на підставі Священних Писань.
- 5 Тим самим замість звички терпіти насилля, сформованої внаслідок тривалого панування тоталітарної радянської влади, у релігійній громаді буде формуватися здорова культура несприйняття поведінки, яка зневажає Богом дану гідність людини, її цінність і унікальність.
- 6 Культура поваги до гідності, цінності та обдарованості кожної людини, незалежно від її статі, доходів та соціального статусу, буде сприяти зміцненню сімей та вихованню дітей у атмосфері любові, яку вони зможуть зберегти для власного шлюбу.

**Реагування на домашнє насильство. Посібник для церков і релігійних організацій** / За заг. ред. М. С. Васіна. – К.: Вид. Пугач О. В., 2022. – 52 с.

*Видання підготовлено в рамках проєкту IPC «Посилення спроможності церков у протидії домашньому насильству в Україні, особливо щодо жінок» завдяки фінансовій підтримці Канадського фонду місцевих ініціатив.*



а/с 471-В, м. Київ, 01001  
+38 099 176 33 60  
info@irs.in.ua  
[irs.in.ua](http://irs.in.ua)

Керівник проєкту: **Олександр Заєць**, голова правління IPC

Авторський колектив:

- **Максим Васін**, кандидат юридичних наук, виконавчий директор IPC (редактор-упорядник)
- **Тетяна Калениченко**, PhD, релігієзнавець, соціолог релігії
- **Марія Васіна**, психолог, сімейний консультант

Посібник розроблявся міжконфесійною робочою групою з протидії домашньому насильству, в якій працювали представники Православної Церкви України (о. Сергій Дмитрієв), Української Православної Церкви (о. Іван Ружицький), Української Греко-Католицької Церкви (Михайло Канафоцький, Юрій Підлісний), Римсько-Католицької Церкви в Україні (о. В'ячеслав Гриневич, Тетяна Калініченко), Всеукраїнського Союзу Церков Євангельських Християн-Баптистів (Олександр Чмут), Української Церкви Християн Віри Євангельської (Валерій Вернер), Церкви адвентистів сьомого дня в Україні (Ірина Бегас, Ольга Ващиніна), Української Християнської Євангельської Церкви (Ігор Лук'янов), Об'єднання іудейських релігійних організацій України (Геннадій Білорицький) та Духовного управління мусульман України (Рустам Алі, Юлія Санюк).

Верстка і дизайн: **Анна Буковська** (MaxiProduction)

Мовна редакція: **Аліна Кокошко**

*У посібнику використано матеріали Domestic Abuse Intervention Programs (схеми «Коло рівності» та «Коло насильства») та цитати з брошури Dr. Mable Dunbar. The Dynamics of Domestic Violence (розділ 3 посібника).*

*Відповідальність за інформацію та точки зору, представлені в цій публікації, повністю покладається на авторів.*

Підписано до друку з оригінал макету – 21.01.2022 р.

Формат – 210\*297 мм.,

друк офсетний, папір офсетний, 52 стор.,

Ум. друк арк. 3,25

Наклад – 1000 шт

Надруковано – ФОП Пачковська Н. П.

Видавець „Пугач О.В.”

Свідоцтво про внесення до Державного реєстру суб'єкта видавничої справи

ДК №1560 від 05.11.2003 р.

E-mail: [olgapugach@ukr.net](mailto:olgapugach@ukr.net)

