

Бюллетень «Здоровье»

УПРАВЛЕНИЕ ЗДРАВООХРАНЕНИЯ И ПСИХИЧЕСКОЙ ГИГИЕНЫ ГОРОДА НЬЮ-ЙОРКА

№ 62 в серии бюллетеней «Здоровье» по вопросам, волнующих всех жителей Нью-Йорка

Как обезопасить себя Насилие со стороны сексуального партнера



Это может случиться с каждым

Насилие со стороны сексуального партнера (также носит название домашнего насилия) – это агрессия между вами и настоящим или бывшим партнером.

- Насилие со стороны сексуального партнера может произойти с кем угодно, независимо от возраста, расовой и этнической принадлежности, уровня дохода, образования, иммиграционного статуса и сексуальной ориентации.
- Большинство жертв – женщины, однако мужчины также могут стать жертвами подобного насилия.



Часто этот вид насилия носит циклический характер, и с каждым разом ситуация становится хуже.

- Насилие со стороны сексуального партнера может начаться на ранней стадии отношений и часто продолжается длительное время.
- Оно происходит циклами, и зачастую со временем случаи проявления насилия учащаются и ужесточаются.
- Ваш партнер может извиняться, дарить вам подарки и обещать, что никогда больше не причинит вам боль.
- Но насилие, как правило, повторяется.

Насилие – это зло.

- Иногда это также и противозаконно.
- Проявление насилия НЕ является вашей виной.
- Партнеры, совершающие насилие, должны хотеть измениться. Они должны прекратить любые проявления агрессии.
- Изменить поведение сложно, на это может потребоваться длительное время.



О силе и контроле

Существуют различные виды насилия и жестокого обращения.

- 1. Эмоциональное оскорбление** ограничивает вашу свободу. Оно вас пугает или заставляет чувствовать себя плохо. Партнер, который использует данный вид жестокого обращения, может:
 - запугивать вас, обзывая, перебивая и оскорбляя;
 - запрещать вам встречаться с семьей или друзьями, посещать учебное заведение или ходить на работу;
 - слишком сильно оберегать вас, проявлять собственнические настроения или ревновать;
 - забирать ваши деньги или документы, отказывать вам в выдаче денег или требовать подробного отчета о ваших расходах;
 - отказывать в сексуальных отношениях или близости с целью манипуляции вами.
- 2. Угрозы** – это слова или жесты, по которым вы понимаете, что ваш партнер может нанести вред вам, вашим близким или вашим домашним животным. Угрожающий партнер может:
 - преследовать вас или постоянно звонить вам по телефону;
 - угрожать оружием, произнося при этом недоброжелательные или устрашающие слова, например:
 - «Я донесу на тебя в социальные службы (иммиграционную службу или полицию);»
 - «Я заберу детей и уеду»;
 - «Если ты уйдешь, я покончу с собой».
- 3. Физическое насилие** – это любое применение силы с целью навредить вам или вашим близким или уничтожить вещи, имеющие для вас ценность. Партнер, проявляющий физическое насилие, может:
 - толкнуть, шлепнуть, пнуть, ударить, порезать или обжечь вас, ваших близких или ваших домашних животных;
 - отказывать вам в питании, сне или предоставлении медицинской помощи;
 - уничтожать вашу одежду, фотографии или другое имущество.
- 4. Сексуальное насилие** – это принуждение к любым действиям сексуального характера. Например:
 - если вам запрещают использовать противозачаточные средства или презервативы, – это сексуальное насилие;
 - занятие сексом по принуждению является изнасилованием, а изнасилование – это преступление, даже если люди женаты или живут вместе.

Влияние насилия на здоровье

Насилие со стороны сексуального партнера может вызвать или усугубить МНОГИЕ проблемы со здоровьем.

- **Физические повреждения** могут быть достаточно серьезными и привести к инвалидности или даже смерти.
 - Каждый год в отделение неотложной помощи больниц г. Нью-Йорка поступают примерно 4 000 женщин и 900 мужчин, пострадавших в результате насилия со стороны сексуального партнера.
 - Ежегодно около 40 % женщин, убитых в г. Нью-Йорке, погибают от рук своих сексуальных партнеров.
- **Сексуальное насилие** может привести к нежелательной беременности, заболеваниям, передающимся половым путем, и бесплодию.
- **Проблемы, связанные со стрессом**, могут привести к:
 - тревожности, депрессии, проблемам с питанием и сном;
 - повышенному кровяному давлению, сердечным заболеваниям и инсульту;
 - суицидальным мыслям и попыткам самоубийства.
- **Насилие также мешает вам заботиться о себе.** Вы можете перестать регулярно посещать врача для прохождения важных обследований, вакцинации и медицинского ухода.

Вы не одиноки!

ЕСЛИ ВАМ УГРОЖАЕТ ОПАСНОСТЬ, ОБЯЗАТЕЛЬНО ЗВОНИТЕ 911

1. Помощь доступна.

- Поговорите с тем, кому вы доверяете, например с членом семьи или другом. Или же поговорите с вашим врачом или религиозным наставником.
- Поговорите с работником горячей линии по вопросам домашнего насилия (Domestic Violence Hotline) о том, как обезопасить себя. Наберите 311 или позвоните по телефону 800-621-НОПЕ (800-621-4673).
- Составьте короткий список людей, которым вы можете позвонить в случае чрезвычайной ситуации. Запомните их телефонные номера.

2. Заранее продумайте, как вы можете выбраться из помещения.

- Если вас запугивают или нападают на вас, старайтесь не заходить в комнаты без выхода (ванные комнаты) и помещения с опасными предметами (кухня).
- Узнайте обо всех способах покинуть ваш дом или квартиру в случае чрезвычайной ситуации.

3. Храните все важные документы в безопасном месте.

- Распоряжение о защите (Order of Protection) (если оно у вас имеется).
- Юридические документы и документы, удостоверяющие личность (свидетельство о рождении, карточка социального страхования, паспорт, грин-карта, свидетельство о браке, водительское удостоверение).
- Финансовые документы и информацию (чековые книжки, кредитные карты).
- Документы аренды квартиры, страховые полисы, медицинские карты и рецепты.

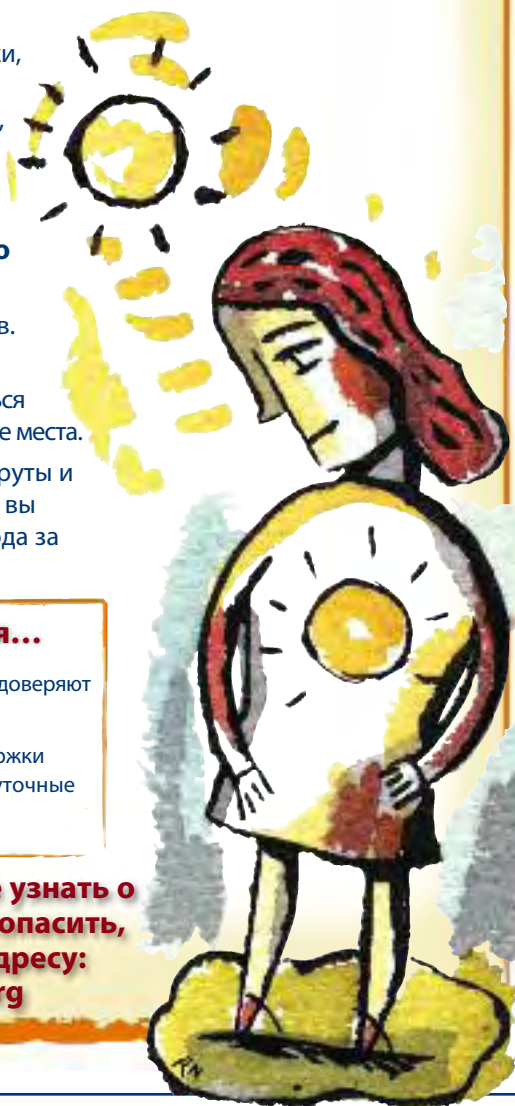
4. Если вы уходите от своего партнера, защитите себя.

- Поменяйте номера телефонов. Проверьте все звонки.
- Если вам необходимо встретиться с партнером, выбирайте людные места.
- Поменяйте привычные маршруты и распорядок (дорогу, которой вы ходите на работу, время похода за покупками и т.п.)

Здоровые отношения...

- Люди в паре уважают друг друга, доверяют друг другу и общаются открыто.
- Для получения помощи и поддержки позвоните в LifeNet (см. круглосуточные телефоны доверия).

Если вы хотите подробнее узнать о том, как можно себя обезопасить, посетите веб-сайт по адресу:
www.safehorizon.org



Круглосуточные телефоны доверия

- Горячая линия по вопросам домашнего насилия в г. Нью-Йорке: наберите 311 или позвоните по телефону 800-621-НОРЕ (800-621-4673)
- Горячая линия полицейского управления Нью-Йорка по вопросам сексуальных преступлений (New York Police Department Rape and Sexual Assault): наберите 311 или позвоните по телефону 212-267-RAPE (212-267-7273)
- LifeNet
 - наберите 311 или позвоните по телефону 800-LifeNet (800-543-3638)
 - LifeNet на испанском: 877-AYUDESE (877-298-3373)
 - LifeNet на азиатских языках (мандаринском, кантонском диалекте китайского языка и корейском языке): 877-990-8585
- Центр азиатских женщин Нью-Йорка (New York Asian Women's Center): 888-888-7702
- Проект против насилия для геев и лесбиянок г. Нью-Йорка (NYC Gay and Lesbian Anti-Violence Project): 212-714-1141
- Национальная линия помощи подросткам по вопросам насилия (National Teen Dating Abuse Helpline): 866-331-9474, линия ТТУ: 866-331-8453
- Линия помощи мужчинам по вопросам насилия в семье (Domestic Abuse Helpline for Men): 888-7HELPLINE (888-743-5754)

Дополнительная информация и помощь

- Офис мэра по борьбе с домашним насилием (Mayor's Office to Combat Domestic Violence): наберите 311 или посетите веб-сайт nyc.gov/domesticviolence
- Организация «Безопасный горизонт» (Safe Horizon): www.safehorizon.org
- Программа вмешательства в случаях насилия (Violence Intervention Program): <http://63.135.104.107>
- Центр поддержки арабо-американских семей (Arab American Family Support Center): позвоните по телефону 718-643-8000 или посетите веб-сайт www.aafscny.org
- Центр азиатских женщин Нью-Йорка (New York Asian Women's Center): www.nyawc.org
- Проект против насилия для геев и лесбиянок г. Нью-Йорка (NYC Gay and Lesbian Anti-Violence Project): www.avp.org
- Голоса женщин (Voices of Women): www.vowbwrc.org
- Connect: www.connectnyc.org

НАБЕРИТЕ
311

для получения экземпляров любых бюллетеней «Здоровье»

Все бюллетени «Здоровье» также можно найти на веб-сайте nyc.gov/health

Чтобы подписаться на бесплатную рассылку по электронной почте, посетите веб-сайт nyc.gov/health/e-mail

ПОДШИВКА 7, ВЫПУСК 7

Бюллетень «Здоровье»

УПРАВЛЕНИЕ ЗДРАВООХРАНЕНИЯ И ПСИХИЧЕСКОЙ ГИГИЕНЫ ГОРОДА НЬЮ-ЙОРКА

№ 62 в серии бюллетеней «Здоровье» по вопросам, волнующих всех жителей Нью-Йорка

Управление здравоохранения и психической
гигиены города Нью-Йорка
(New York City Department of Health and Mental Hygiene)

Подготовлено совместно с:
Подразделением эпидемиологии
(Division of Epidemiology)
Отделением эпидемиологии травм
(Injury Epidemiology Unit)
Бюро услуг в области эпидемиологии
(Bureau of Epidemiology Services)



Как обезопасить себя
Насилие со стороны
сексуального партнера

НАБЕРИТЕ
311

для получения несрочных услуг в г. Нью-Йорке
Перевод по телефону на более чем 170 языков