



**ЖЕНСКО СДРУЖЕНИЕ „ЕКАТЕРИНА КАРАВЕЛОВА“**

гр.Силистра, п.к.283, тел/факс: 086 820 487  
e-mail: [ckpdn\\_ss@abv.bg](mailto:ckpdn_ss@abv.bg); [www.ekaravelova.org](http://www.ekaravelova.org)



**ЦЕНТЪР ЗА КОНСУЛТИРАНЕ И ПРЕВЕНЦИЯ НА ДОМАШНО НАСИЛИЕ**

# АГРЕСИЯТА НЕ Е СИЛА!

**Мини ръководство за лица, извършители на домашно насилие**

Настоящото ръководство е разработено от Женско сдружение „Екатерина Каравелова“ по проект „Превенция и защита от домашно насилие, чрез надграждане дейността на Център за консултиране и превенция от домашно насилие – Силистра“

**СИЛИСТРА**

**2021**

*Проектът е финансиран със средства от Държавния бюджет, чрез Министерството на правосъдието на Република България по Договор за безвъзмездно финансиране № 93-00-264/17.08.2021 г.*



**Пълнолетният, наказателно отговорен индивид,  
трябва да носи отговорност за действията си.**

## **КАКВО СА АГРЕСИЯТА И НАСИЛИЕТО?**

Агресията и насилието неслучайно се разглеждат в един параграф. Двете явления са неразривно свързани едно с друго. Всяко насилие е съпроводено от агресивно поведение. Не всеки агресивен акт обаче, прераства в насилие. За да бъде следвана логиката на явленията, ще разгледаме агресията като основен компонент на насилието.

## **ПРИЧИНИ ЗА ПРОЯВА НА АГРЕСИЯТА**

**Агресията е комплексно поведение, без да е налице само една причина.**

Агресията е част от нас. Основна нейна функция е да защити човека и вида, както и да подпомогне възпроизвеждането. В случаите, в които детето е понасяло цялата жестокост на света върху плещите си (като свидетел или пряка жертва), то получава и присъдата да интерпретира всеки друг акт в своята зрялост като част от тази жестокост. Когато враждебният свят е част от съзнанието, а всяко взаимодействие е по-скоро свързано с несигурност, то насилието е единственият изход и начин за справяне със страха и „смачканата“ самооценка. Агресията е винаги предпочитаният отговор пред потвърждаването на вмененото послание: „Аз съм нищожество“.

## **НАСИЛИЕТО**

Насилие е всяка форма на действие или бездействие, в което се включва *умисъл, предварително намерение, цел; повторемост във времето, то се случва отново и отново, превръща се в стандарт на поведение; градира във времето, става по-интензивно, често, силно; винаги е налице конкретен обект на насилието*. Насилието при всички обстоятелства цели увреждане на чуждото тяло и/или личност. Независимо от това, по какъв начин извършването на насилие е „оправдано“ от страна на насилника, това е забранено поведение, за което следва и правно възмездие. **Домашното насилие** се състои най-вече в оскърбително и принудително поведение като физическа, психологическа или полова злоупотреба. Насочвайки все повече явленията към същността на настоящия наръчник – домашното насилие, тук е мястото, в което са разгледани и някои особености на партньорските взаимоотношения, които са фактор при формирането на явленията.

## **ДОМАШНОТО НАСИЛИЕ Е ПРЯКА ФУНКЦИЯ НА СОЦИАЛНОТО ВРЕМЕ**

**Социалното време е свързано с промяна в домашното пространство (намаляване на интимността, например, или увеличаване на неравенството).** Колкото по-високо и бързо е движението на социалното време, толкова по-голяма е вероятността за възникване на домашно насилие. **Недостиг на интимност.** Прекратяването на семейни отношения, след като интимността е намалена, е особено радикално действие. Обикновено, единият партньор, инициатор, е разочарован и желае бързо прекратяване на отношенията. Това особено рязко увеличава дистанцията в отношенията, което е причина и за някои от най-екстремните случаи на домашно насилие. Повечето убийства между партньори **във всички общества** се случват, след като партньорът напусне, разведе се или заплаши да напусне или да се разведе с другия. **Липса на вяроност.** Това е друга проява на недостатъчната близост в семейството. Тя е причина за домашно насилие, като интензивността му може да прерасне до убийство. **Увеличаване на неравенството.** В тези случаи най-често единият партньор може да унижи другия с обида или критика или да започне да прави опити за доминация над другия, посредством насилие или заплаха от насилие. **Свърхинтимност.** Изразява се в желанието на

партньора да контролира другия, възприема се като доминант - държи сметка с кого е излязъл, къде, защо се е забавил и т.н. Друга форма на насилие, която може да възникне при тези отношения, е **изнасилването. Ограничаване/липсата на неравенство.** Това е динамика, в чиито случай единият от партньорите се страхува да не изгуби своя статус. Изразява се в неподчинение на една от страните, неизпълнение на определени „функции“. Всяко едно действие, което може да „удари“ чувството за превъзходство на другия. Това особено често се проявява в студените патриархати.

В контекста на темата на настоящия наръчник следва да се припомни, че агресивността се проявява в ситуации, в които отношенията между хората се променят в негативна посока.

### **Всички форми на агресията са следствие нарушение на социалните контакти**

Липсата на контакти, на взаимодействие и общуване може да доведе до агресивни прояви. Семейството е място, в което освен че е налице постоянен контакт, е налице и постоянно споделяне. Взаимодействието между партньорите включва приемането, преработката и справянето с всяка една житейска ситуация. Тези житейски ситуации от своя страна могат да бъдат и предпоставката за негативни преживявания или т.нар. фрустрация, която да бъде „спусъкът“ на агресията.

## **ЕМОЦИОНАЛНИ ПРОЦЕСИ В СЕМЕЙСТВОТО**

Семейството е система на постоянно взаимодействие на личностите, от които се състои. Най-високата сложност е намирането на подходящ начин, по който различните личности да взаимодействат. Причината е, че ако човекът е бил стабилен в своето живеене до този момент, то от момента на семейството трябва да се включи в нова роля - съпруг/съпруга, родител. Познаването на собствения Аз, на собствените качества, недостатъци, емоции, преживявания е изключително нужно, за да може да се намерят границите на индивидуалните личности, съответно да бъдат намерени допирателните за съвместното живеене. Да бъде намерен смисълът. Има семейства, в които тези отделни личности не могат да бъдат намерени. Там има само един „общ Аз“. Като че ли няма двама отделни души, а един. Понякога това е изключително силно, водещо на практика до абсолютна взаимозависимост. По този начин могат да бъдат определени няколко профила на личностите в семейството и умението за емоционално отделяне/сливане с другия: **„Човек на чувствата“** – индивид, на който почти липсват уменията да се „отдели“ от личността на другия. Чувствата могат да го издигнат до небесата при похвала или одобрение, или да го запратят в нищото, да го унищожат, смачкат при неодобрение. Толкова много жизнена енергия отива в това да „обичат“ и „да бъдат обичани“ и одобрявани, че малко енергия остава за дейности, които отговарят на собствените им цели и намерения. При този зависим човек е възможно възникването на агресивно или автоагресивно поведение; **„Човек без Аз“** – Това са мимолетни личности, при които липсват собствени убеждения, възгледи за живота, мнение. Те се адаптират, търсят мнение, за което „да се закачат“, за да имат обяснение за живеенето. Вместо да използват „Аз вярвам“, те могат да кажат „Науката доказва“, могат да извадят науката религията или философията от контекста, за да докажат каквото и да е. Неумението за защита и аргументация води и до възникване на насилието; **Емоционално диференцирани** – Тези хора се ориентират в полето на собствените си принципи. Насочени са към поставените си цели. Сигурни са в своите убеждения и мнение, но никога не са фиксирани в мисленето си. Те могат да чуят и оценят мнението на другите хора, да актуализират своите възгледи, да изоставят част от своите стари и да приемат нови. Те са достатъчно сигурни в себе си, така че похвалата или критиката на другите да не наруши функционирането им. При тези хора вероятността от възникване на насилие е най-малка.

**Загубата на личността в условията на другия е предпоставка за възникване на насилие. Това е причината голяма част от проявите на насилие да се „обясняват“ с „огромна любов и загриженост“.**

Типично за хората, които са в отношения на сливане, е силната зависимост. Емоционалният комфорт е силно, почти изцяло зависим от поведението на другия.

Хората, които се сливат с другия правят опити ДА ПРОМЕНЯТ ДРУГИЯ. Опитът им е свързан с желанието да донесат комфорт за самите себе си.

## **ДИСФУНКЦИОНАЛНАТА СЕМЕЙНА СРЕДА И ВРЪЗКАТА И С ДОМАШНОТО НАСИЛИЕ**

Изследванията установяват и конкретната връзка между дисфункционалната семейна среда и развитието на следните аспекти на индивида като възрастен: Трудности в привързването; Несигурността в преживяванията, съответно до невъзможността за утвърждаване на стратегии за справяне; Липса на приемане на себе си; Враждебност към обкръжаващия свят; Невъзможност за привързване.

Всичко това води, освен до задълбочаването на психичното страдание, но и до **психическа неустойчивост** (заради непостоянна идея, представа за себе си, липсата на самоуважение); **агресивно поведение** (изведено от потребността за властване на другите, за „поемане на контрола“); **невъзможност за разрешаване на обикновените ситуации в живота** (може да се изрази в липсващата идентичност или безразличие към това какво би се случило, апатия към живеенето).

Водещ фактор за възникването на домашното насилие в семейната среда е **пренебрегването, negliжирането, обезстойността на потребностите на отделната личност**. Налице е психологическата зависимост на възникването на ролята в семейството – те са **функция на конкретните нужди на конкретната семейна система**. Всяка от тях следва да служи за поддържане на равновесие в семейството. Когато е налице каквато и да било дисфункция, е възможно при децата да настъпи отказ от присъщите за възрастта и социалния им опит дейности, от своите потенциали. Те биват натоварени с изпълнение на ангажименти за удовлетворяване на нуждите на нефункциониращата семейната система. По този начин те се превръщат в „жертвен агнец“ за оцеляването на семейството.

### **НАСИЛНИК ИЛИ ЖЕРТВА Е НАСИЛНИКЪТ?**

**ТОВА НЕ Е ВЪПРОС, НА КОЙТО Е СЛОЖНО ДА СЕ ОТГОВОРИ:**

**ФАКТ 1: ВСЕКИ НАСИЛНИК Е ЖЕРТВА НА МНОЖЕСТВО ОБСТОЯТЕЛСТВА, КОИТО СА ГО ФОРМИРАЛИ.**

**ФАКТ 2: ОБЩЕСТВОТО ОСЪЖДА ВСЯКА ФОРМА НА НАСИЛСТВЕНО ВЗАИМОДЕЙСТВИЕ.**

**ФАКТ 3: НАСИЛИЕТО ПОРАЖДА НАСИЛИЕ И ТО ОБИКНОВЕНО СЕ ИЗЯВЯВА ОТ СЛЕДВАЩОТО ПОКОЛЕНИЕ, КОЕТО Е ЕДНОВРЕМЕННО СВИДЕТЕЛ И ЖЕРТВА. ЗАТОВА ПОНЯКОГА ОСТАВА НЕРАЗБРАНО НАЛИЧИЕТО НА ПОСЛЕДСТВИЯ ЗА НАСИЛНИКА. ТЕЗИ ПОСЛЕДСТВИЯ СЕ СЪБИРАТ ВЪВ ФРАЗАТА „ЩЕ БЪДЕ ОТМЪСТЕНО НА ДЕЦАТА ВИ“.**

**ИЗВОД: ЕДИНСТВЕН ВАРИАНТ ЗА СПИРАНЕ НА „ВЕРИГАТА НА ЗЛОТО“, НА НАСИЛИЕТО, Е СМИРЕНИЕТО И ДАВАНЕТО НА ВРЕМЕ ЗА ЛИЧНОСТНО РАЗВИТИЕ.**

## **ПСИХОЛОГИЧЕСКИ ПРОФИЛ НА НАСИЛНИКА**

Насилниците изглеждат като всички други членове на обществото. Те не могат да бъдат разграничени по политически пристрастия, религиозна принадлежност, възраст, месторабота, социално-икономически статус, образование, произход и т.н.

Затова най-ясният критерий е психологическият профил на **личността на насилника**.

Психологическите характеристики, които доминират в личностния и поведенчески профил на човека с насилническо поведение, най-често са:

➤ Често избухва, проявява гняв дори при наличието на минимално недоразумение. Това е във връзка с невъзможността за справяне с житейски ситуации и преживяваната безпомощност. Насилникът се обижда лесно. Твърди, че е наранен, когато наистина е много

ядосан. Това е във връзка с преживяването му, че е жертва на съответната ситуация и симбиозата, в която „другият трябва да се промени“.

➤ Прекалено ревнив: В началото на връзката насилникът може да твърди, че ревността е знак за любовта му. Ревността няма нищо общо с любовта.

➤ Предпочита да изолира жертвата: Той или тя може да се опита да ви ограничи от социалната подкрепа, обвинявайки хората в обкръжението (мрежа за подкрепа), в „създаване на проблеми“.

➤ Има лош образ за себе си, негативна самооценка. Той е безкрайно несигурен в себе си и действията си.

➤ Обвинява другите за собствените си проблеми.

➤ Обвинява другите за собствените си чувства и е много манипулативен. Насилникът често казва „ти ме вбесяваш“, „нараняваш ме, като не правиш това, което искам“, или „Не мога да не се ядосам, когато...“.

➤ Често злоупотребява с алкохол или наркотици.

➤ Възможно е да има фамилна история с насилие (свидетел или жертва).

➤ Може да бъде жесток спрямо животни и/или деца.

➤ Може да обича оръжия.

➤ Може да поощрява разрешаването на конфликти с оръжия.

➤ Често отправя заплахи свързани с насилие – чупене на вещи, удряне с предмети, нанасяне на повреди.

➤ Често използва физическа сила по време на спорове – удря стени, маса, стол, самонаранява се.

➤ Често използва словесни заплахи от рода на: „Ще ти ударя шамар“, „Ще те убия“ или „Ще ти счупя врата“. Насилниците могат да се опитат да се извинят за това поведение, шегувайки се, че „всички говорят така“.

➤ Може да има твърди, непроменяеми стереотипни възгледи за ролите на мъжете и жените. Насилникът може да разглежда жените като по-ниско качество хора от мъжете, като глупави и неспособни да бъдат цялостен човек без да са във връзка (взаимоотношения, семейство).

➤ Твърде често се опитва да контролира другите. Контролиращото поведение нараства до степен, в която жертвите нямат право да вземат лични решения.

➤ Предприема действия, вместо да разговаря, да обяснява.

➤ Изключително бързо се „включва“ в интимни отношения с партньора. Голяма част от жертвите на насилие познават насилника си от по-малко от шест месеца, а вече са били сгодени или са живеели заедно.

➤ Има нереалистични очаквания. Насилникът може да очаква партньорът му да изпълни всички негови или нейни нужди. Насилникът може да каже: „Ако ме обичаш...“, „Аз съм всичко, от което се нуждаеш“, „Ти си всичко, от което се нуждая“.

➤ Използва сила по време на секс и/или да иска да разиграва сексуални фантазии, в които другият е безпомощен.

➤ Казва неща, които са умишлено жестоки и нараняващи, за да деградират, унижат или омаловажат постиженията, успехите на жертвата.

➤ Склонен е да бъде мрачен и непредсказуем. Избухливостта и честите промени в настроението са типични за мъжете, които бият партньорите си.

➤ Може да има други жертви в миналото си. Насилникът може да признае, че е удрял и други партньори в миналото, но ще го обясни с това, че жертвата го е „поискала“, „предизвикала“.

Описаните характеристики, които насилникът притежава, разкриват хаотичността на психичния апарат и са причина за общо, относително постоянно неудовлетворение. Хаотичността е причината за преживяване на особено крайни емоционални състояния (от безразличие, през изолация, пасивна подчиняемост, до фрустрация, враждебност и гняв и жестокост при реакциите). От това се извеждат и възможните дефицити в следните равнища на Аз-а: Равнище **хедонизъм** – основният мотив и насочеността на субекта е да получава

удоволствие на всяка цена; Равнище **фрустрация** – основният мотив е страх за себе си; Равнище **доминиране** – основният мотив е стремежът за властване; Равнище **изолираност** – основният мотив е страх от самота отхвърляне от света; Равнище **идентичност** – основният мотив е невъзможност за самоопределяне и принадлежност; Равнище **просоциалност** – основният мотив е развитие на хуманистична насоченост и алтруизъм.

Каква е **представата на насилника за жертвата**: Жертвата е предмет, средство; Тя е никой, безлична; Притежава изострено чувство за вина; Тя е обект на завист, поради някое свое качество; Жертвите са открити и доверчиви, следователно удобни за манипулиране; Жертвите обикновено мълчат.

Как се **преди на жертвата да се защити**: Отказ от пряко общуване – преструва се, че няма конфликт и не говори за разрешаването му; Дисквалифициране – прави се, че го няма човекът и дори в присъствието и, не говори пряко с нея; Дискредитиране – закопаване, унижаване на другия, създаване на предпоставки за съмнение дали пък обвиненията не са верни; Изолиране – един вариант е лишаване от информация; Издевателства – поставяне на задачи, които не отговарят на квалификацията на жертвата или са безсмислени; Подтиква се към грешки; Сексуални подмятания; Злоупотреба с власт.

Факт е, че **най-жестоките неща, част от човешката природа, се случват между най-близките**. Една от причините са социалните норми, които ни осъждат да пазим поведението си такова, каквото другите очакват да бъде. Това е особено тежко за хората с ниско самочувствие, потиснатите и непознаващите себе си и своите способности. Компенсацията на всичко това се случва в семейството, което се определя понякога и като генератор на всички други проблеми.

## **КОМПЛЕКСИТЕ КАТО ПРЕДПОСТАВКА ЗА ВЪЗНИКВАНЕ НА НАСИЛИЕ**

За да може едно дете да се развива психически пълноценно, е необходимо да получи от семейството си три неща: любов, сигурност и покровителство. В случай че бъде лишено, у него се появяват комплекси за малоценност, депривация и фрустрация. Тъй както комплексите са свързани със силни емоционални преживявания, които са основна предпоставка за формирането на насилника, са изброени и някои комплекси, които биха могли да бъдат предпоставка за възникването на насилието като форма на взаимодействие.

➤ **Комплекс на първото дете в семейството**. До появата на второто дете, то живее като единствено дете в семейството. Кризата идва с раждането на второто дете, което идва, за да го прогони. У детето се създава отрицателна нагласа към „малкия натрапник“, който ангажира цялото внимание на мама. То се чувства ограбено, лишено от внимание. То е свидетел на огромните грижи, които „мама полага за новороденото“ и неволно у него се поражда мисълта: „Ами ако се разболея, ами ако и аз започна да акам в гащите, защо и мене да не ме мият, подсушават и щипят гальовно по дупето?!“. Някои деца прибягват до този момент, но вместо да ги милват, родителите им се карат и дори може да ги набият, защото вече са големи. Това утвърждава негативната емоция, която в бъдеще е възможно да формира и ниската оценка за себе си, непознаването на своите способности, съответно да бъде генератор на насилие.

➤ **Комплекс на разбитото семейство**. То може да се случи по различни причини - смърт на родител, раздяла на родители, насилие и последващо напускане от страна на единия, извеждане на детето. Децата много тежко понасят липсата на родителя.

➤ **Гризелда комплекс** - Гризелда е била образец на женска добродетелност, чистота и безкрайно търпелива. Касае се за бащина влюбеност към дъщерята. Бащата, който несъзнателно недоволява, злобее и се ядосва, давайки дъщеря си на друг мъж. Често тази неохота се маскира зад прекалената загриженост за бъдещето на дъщерята.

➤ **Йокаста комплекс**. Според легендата Йокаста се омъжила за сина си Едип. Този комплекс принадлежи към типа на развратната майчина любов и има различни степени на нюансиране - от леко деформирания майчин инстинкт до неприкритото сексуално фиксиране, при което има физическа привързаност и удовлетворяване.

➤ **Херкулес комплекс.** Легендата за Херкулес гласи: той бил считан за бог на слънцето и сразявал всички злини със стрелите си. Богинята Хера горяла от омраза към него и му изпратила ужасна болест. Големият герой загубил разум, обхванало го безумие и в пристъп на ярост убил децата си и децата на брат си. При този комплекс се разкрива ненавист на бащата към собствените си деца и проява на агресия и жестокост спрямо тях.

➤ **Медея комплекс.** Омразата на жената към съпруга и желанието ѝ за мъст понякога е толкова силна, че изпитва желание да убие любимите им синове, с цел да го накаже и накара да страда. При разстроени семейни взаимоотношения в изблик на гняв единият родител е агресивен с децата си, за да нарани другия.

Това са само една много малка част от комплексите, които са срещани и могат да бъдат предпоставка за извършване на насилие. Може би в един човешки живот не могат да бъдат обхванати и систематизирани всички комплекси. Всеки човек би могъл да си създаде комплекси от нещо, което никой не очаква, дори на пръв поглед да ни изглежда странно, нелепо и смешно, но за този човек е мъчително преживяване. При едни личности комплексите са пагубни за тях и животът им губи смисъл, докато други успяват да ги подтиснат и да насочат вниманието си в друга насока с цел да ги елиминират.

## **ПОСЛЕДСТВИЯ ВЪРХУ ЖЕРТВИТЕ НА ДОМАШНО НАСИЛИЕ**

Влиянието на насилието върху децата на насилниците има връзка както с разглеждането на конкретното отражение на насилието върху психиката на децата, така и е ключ към формирането на насилника в бъдеще. **Това ли иска всъщност насилникът?**

## **АГРЕСИЯ И ПОВЕДЕНЧЕСКИ ПРОБЛЕМИ**

Преживяването на физическо насилие учи на агресивно поведение и приемане на агресията като норма в близките отношения. Емпиричните данни предполагат, че разнообразието от преживявания на детската виктимизация е свързано с различни агресивни и насилствени поведенчески проблеми: Повишени нива на агресия и проблеми сред малтретираните деца, особено тези, които са били физически малтретирани; Физическото насилие се свързва с агресивно поведение по време на игра с връстници, с по-високи нива на агресия, опит за спречкване, подлост и асоциално поведение; Установено е, че децата, които са били жертви на физическо насилие, имат повече проблеми с дисциплината в училище, отколкото пренебрегваните или сексуално малтретирани деца. Физическото насилие има последователна връзка с агресията, отколкото пренебрегването или емоционалното насилие; Физически малтретираните юноши са изложени на повишен риск от разстройства и разрушителното поведение; Малтретирането на детето се свързва и със саморазрушително поведение - поведението на деца, които бягат от домовете си (част от поведенията при сексуално и физическо насилие) едновременно проявяват саморазрушително поведение и склонност за бягство от ситуациите, в които са изложени на риск от увреждане; Физически и сексуално малтретираните юноши също са изложени на повишен риск от злоупотреба с наркотици; Сексуално малтретираните деца са в по-голяма степен със саморазрушително поведение в сравнение с физически малтретираните деца; Сексуално малтретираните и пренебрегвани деца имат склонност да бъдат докосвани, докосват и да привличат вниманието на възрастните, включително непознати.

## **ДЕПРЕСИЯ И ПРОБЛЕМИ ВЪВ ВЪТРЕШНИЯ СВЯТ**

Суровите и неконтролируеми наказания и отхвърляне на детето от родителите могат да причинят заучена безпомощност, неефективност, тревожност и депресия у детето. Излагането на насилие най-често кара детето да интерпретира света като несигурен, а то самото е недостойно да получи безопасност. Независимо дали са свързани с насилие в дома или в общността, тези нагласи най-силно допринасят за негативно самовъзприятие и задълбочаване на проблемите.



- Сексуално малтретираните деца показват по-високи нива на депресивност, отколкото децата, които са били физически малтретирани или пренебрегвани. Въпреки това е трудно разграничаването кой тип насилие води до по-остро протичане на депресивното състояние.
- Сексуалното и физическо насилие се свързват с високи нива на страх, безпокойство при раздяла, соматични оплаквания и избягване.

## **ПСИХОБИОЛОГИЧНИ ПОСЛЕДСТВИЯ ОТ ДОМАШНОТО НАСИЛИЕ**

Ефектите от злоупотребата и излагането на насилие могат да повлияят на възбудата и способността на децата да реагират адекватно на стреса. Изследвания сочат, че децата, изложени на травма, имат промени в цялостната си възбуда, повишен мускулен тонус, повишена реакция на стряскане, нарушения на съня и аномалии в сърдечно-съдовата регулация. Съществуват също доказателства, които предполагат потискане на имунната функция на симпатиковата нервна система. В допълнение, излагането на хроничен стрес води до нарушаване на регулирането на системата (от жлези) за регулиране на стреса. Системата се обърква, като в началото произвежда високи нива от хормона на стреса, след което той рязко намалява. Първоначално се появява автономна възбуда, включително повишаване на сърдечната честота, кръвното налягане и изострено стряскане. При хронично излагане на висок стрес и насилие възникват две поведения „бий се или бягай“ или симптоми на посттравматично стресово разстройство. Излагането на стрес и травми също са свързани с ненормалното функциониране на хормона на растежа. Свързани със стреса аномалии могат да доведат до закъснения и смущения в растежа и пубертета. Физически малтретираните момчета са с намалени стойности на хормона на растежа, а сексуално малтретираните момчета имат повишена секреция (ранно начало на пубертета). Травмата влияе и върху времето на пубертета и сексуалното поведение, въпреки че конкретният ефект не е достатъчно ясен.

## **ПОСТТРАВМАТИЧНО СТРЕСОВО РАЗСТРОЙСТВО**

Физиологичните последици от домашно насилие са тясно свързани със симптомите на посттравматично стресово разстройство (ПТСР) - характеризира се със специфично поведение, свързано с повторно преживяване на определено събитие. Проявява се с избягване, психически ступор и повишена възбуда.

Симптомите на ПТСР са свързани със сексуално и физическо насилие. Колкото по-рано започне насилието и колкото по-системно е то, вероятността от ПТСР е по-голяма. Наблюдават се специфични симптоми: дисоциативна хиперактивност; натрапчиви мисли за травмите; затруднения в съня, кошмари и подчертани страхове; страхове, свързани със сексуалния живот (при сексуално малтретирани деца); повишена хиперактивност и дефицит на внимание при малтретирани деца, която вероятно представлява последици от свързаните със състоянието постоянен изострен стрес и свръхбдителност.

## **ПОСЛЕДСТВИЯ ВЪРХУ ЖЕРТВАТА НА ДОМАШНО НАСИЛИЕ (ВЪЗРАСТЕН)**

Домашното насилие води до сериозни вреди на здравето, физически и емоционално и може да има фатален край. Освен физически наранявания, то причинява страх, депресия и загуба на самоувереност. Физическото и сексуалното насилие са използвани, за да утежнят чувството за уязвимост, липсата на контрол над собственото си тяло и чувството на безнадеждност и срам. Какви са вероятните и преки последици за жертвите: Смърт, болести, наранявания и увреждания; Емоционална и психологическа травма - депресия, срам, гняв и самоубийство; Бездомност – желанието на жертвата да излезе от контекста на ужаса домашно насилие може да доведе до трайна загуба на дом; Използване на алкохол, наркотици и лекарства за справяне с болката; Трайни наранявания и проблеми с физическото здраве, които може да не се лекуват медицински.

По отношение на влиянието върху семейството: Насилието и заплахата от насилие у дома създава страх и може да разруши семейната среда и да доведе до разпад на основната

движеща социална система в обществото – семейството; Конфликти в условията на разширеното семейство; Често преместване, миграция, които целят избягване на насилника; участие в следствени, съдебни процедури.

По отношение на обществото:

- Деца, които растат, без да научават за положителните и уважителни отношения между хората;
- Генерират се насилници, които бивайки осъдени, не рядко се превръщат в лица, които са в тежест на обществото;
- По-високи нива на употреба на алкохол и наркотици. Проблеми със социалните аспекти на психичното здраве.

## СТРАТЕГИИ ЗА СПРАВЯНЕ С ГНЕВА И АГРЕСИЯТА

### ПОСРЕДСТВОМ РАБОТА С ЛИЧНИЯ РЕСУРС

Най-общо, при липса на равновесие в равнищата на Аз-а, работата с извършителя на насилие трябва да бъде насочена към следните основни цели:

- от удоволствие за себе си към удоволствие за другите;
- от егоцентризъм към индивидуализация и интеграция.

В реализирането на каквато и да било работа, е необходимо да бъдат поставени следните задачи:

- оказване на подкрепа за пълноценна интеграция в хармонични отношения;
- ефективно изграждане на вътрешния психичен свят;
- създаване на условия за равни социални взаимодействия между личната и външна реалност;
- намиране, идентифициране и разбиране на собствените потребности, стремежи и намерения и реализиране задачите на жизнената ситуация.

Алгоритъмът на подкрепа за лицата, които са извършители на домашно насилие, следва да се фокусира в следния цикъл:

- **Опознаване, разбиране и осъзнаване на личните нужди** – познания за нещата, които осигуряват спокойствие и удовлетвореност на личността, както и тези, които осигуряват вътрешен комфорт.
- **Разбиране на собствените интереси и ресурс към удовлетворяване на личните нужди** - разбиране на собствените ресурси (умения, способности, знания, личен опит), както и да оценим кой ресурс би помогнал да удовлетворим нуждите ни.
- **Развитие на концепции за формиране на уменията за реализиране на собствен избор** - преценка за цялостната промяна, от която личността се нуждае за постигане на личен успех. Необходимо е да бъде развито умение за отстояване на себе си, без да бъдат нарушени правата на околните.
- **Разбиране и осъзнаване на важността и ролята на личната дейност и качества, относно постигането на целите в бъдеще** - поемане на отговорност за случващото се; планиране промяната въз основата на **собственото изследване върху силни и слаби страни**, подкрепа на личната активност.

### ПОСРЕДСТВОМ РАБОТА С ЕМОЦИИТЕ

Емоцията на гнева се причинява най-често от неспособността на човека да се справи с някаква ситуация. Наличието на проблем с гнева е индикатор за наличието на основни проблеми, които все още не са разрешени.

Настоящите препоръки могат да бъдат използвани за самостоятелна работа в случай, че наръчникът е ползван от хора, които се разпознават в него.

Налице са различни подходи за справяне с гнева. Много от подходите, които „работят“ при негативната емоция, са функционални и при гняв. *Възприемането на загуба на контрол върху достигането на важните за личността ценности е насочено към преживяването на*

*гнева*. За да бъде преодолян гневът, е важно да бъдат идентифицирани тези важни ценности, за да може да се разбере защо е налице липсата на увереност в собствените способности.

Да обвиняваш другите (или себе си) и да оставаш ядосан може би изглежда най-лесният изход. Намирането на нови начини за разглеждане на ситуацията, да бъдат намерени предпоставките за „радост“, изисква сериозни и целенасочени усилия. Има няколко стъпки, които могат да бъдат насочени към преодоляването на гнева.

➤ **Изследване на емоциите от болка и страх, стоящи в основата на гнева.** Гневът произтича от страха и чувството за безпомощност. Тези чувства заплашват всяка важна ценност или цел. Предвид това, индивидът се чувства като че ли губи контрол над ситуацията. Той може да не иска да признае, че се чувства наранен или уплашен. Може да мисли, че такова признание е признак на слабост. И все пак, това са основните чувства, които ще помогнат при определянето на това кои ценности и цели са застрашени. Истинската заплаха обикновено не е проблемът, стоящ на повърхността, а основният проблем (който обикновено се разглежда като маловажен за този, върху който е упражнено насилието). Идентифицирането на емоциите на страх и нараняване ще отвори вратата към основните проблеми.

➤ **Развитие на емпатично разбиране.** Когато гневът е намерил своята посока (например, обект на гнева в действителност е фигурата на майката или бащата, които са упражнявали насилие в детството), е възможно да бъде взето решение за редуцирането му. За да бъде разрешен конфликтът, изключително важно е откриването на начин за разглеждане на ситуацията през гледната точка на този обект. Това може да се случи след разговор. Ако допуснем, че действителният обект на гнева е бащата (а не съпругата, която го понася), то е възможно той да бъде насърчен да разговаря за своята мотивация, факторите, които са го накарали да постъпи по този начин. Това цели не постигането на „обяснителен режим“ в индивида, а неговото разбиране. Това разбиране обикновено е основното препятствие за овладяване на гнева. Това е едновременно единственият вариант да се постигне прошката, която при всички обстоятелства освобождава гнева.

➤ **Идентифицирайте най-добрите намерения (когато това е възможно).** Това може да бъде изпълнено до степен, в която да се ограничат мисли от типа „съпругът/съпругата ми прави това, за да ме нарани“, „тя/той е егоист“, „тя/той не се интересува от мен“, „тя/той не е съобразителен“. Тези мисли са обсебващи, автоматизиращи и генериращи гнева и агресията. Обикновено са функция на ниска оценка за себе си. Вместо това, определено поведение може да се тълкува като предоставянето на законната нужда на другия да се грижи за себе си. Лицето може да се съсредоточи повече върху доказателствата от настоящето и миналото, че тя/той го/я обича и не се опитва да наранява. Начинът, по който лицето интерпретира ситуацията, ще увеличи или намали гнева му. Изключително важен е опитът да бъдат приети най-добрите намерения от хората. Дори и най-враждебните хора обикновено не се опитват да наранят другите. Вместо това тези хора искат предимно да се защитят или да отговорят на призива на собствените си ценности. Достигането до този извод помага да се разсея голяма част от гнева. Ако човек, който обикновено се грижи за Другия, е ядосан или умишлено вреди, то той (или тя) вероятно го прави за защита на себе си или справедливостта.

➤ **„Честност“ или „справедливост“ е в основата?** Най-често очакванията са ключът към чувствата. Може да се приеме, че никой не е съвършен. „Лоши“, „зли“, „несправедливи“ неща се случват ежедневно. Естествено е изпитването на негативни емоции като гняв в отговор на събития, които биват определяни като „лоши“ или „несправедливи“. Човекът обикновено се изправя пред основния въпрос „Честност“ или „Щастие“? „Доктрината за справедливостта“ гласи, че „Животът винаги трябва да бъде честен, равен и точно разпределен между всички“. Ако са развити твърде много очаквания, основани на тази „доктрина за справедливост“, тогава индивидът е обречен на живот, изпълнен с нещастие. Бяното следване на справедливостта води до обсебване от постоянни „изчисления на справедливостта“. Това е безспирното балансиране между полученото, спрямо това, което е дадено. Получава се поддържането на някаква самостоятелно създадена „счетоводна

система“, която се основава изцяло на идеите за справедливост. „Нечестността“ и „Несправедливостта“ е навсякъде около нас. Препоръчителен е отказът от „доктрината за справедливост“. Вместо това, тя може да бъде заменена с „доктрината на щастието“. В нея се казва, че ще бъде избрано това, което допринася най-много за личното щастие и това на другите. „Приемам, че животът ми и всичките ми възможности са подарък. Ако сравня подаръците си с чуждите - особено с тези, които имат повече - ще намаля само оценката си за собствените си подаръци“. Хората с проблеми в гнева, следва да бъдат наясно, че живеем в свят, контролиран от природните закони, които не могат да бъдат „нарушени“. Обществото може също така да създава закони, които осигуряват допълнителни награди и наказания.

➤ **„Психологическа справедливост“.** Психологическите закони са особено ефективни. Те са като естествени наказания. Хората, които се възползват от други хора, се наказват с естествени реакции - като липса на истинска близост и любов в живота им. Те се наказват от своя Свръх Аз, който вижда „злото“ или вредата, която е причинена на другите, и произвежда вина чрез естествената съпричастност с другите. Тези хора биват наказвани от собствения си гняв и негативни убеждения - които ги измъчват с конфликти и безпокойство. Те са твърде заети да изпитват гняв, за да се чувстват щастливи. „Доктрината за щастието“ казва, че за да бъде човек щастлив, трябва да приеме, че не винаги нещата изглеждат честни. Разбира се, може да е налице проблем с получаването на прошка за самия себе си. Може индивидът да е ядосан на себе си, защото все още живее с последиците от лошия избор, който е направил по-рано в живота си. Може да се обвинява, че е „лош“ или „глупав“, че не заслужава да бъде щастлив. Може да обвинява родителите си или дори „Бог“, че е създаден „провален“. **Доктрината за щастието** казва: 1 – Да бъде забравено за справедливостта; 2 – Да бъде приет животът такъв, какъвто е сега; 3 – Да бъде обичана безусловно собствената личност и другите – превръщането на личното (и чуждо) щастие в основна цел; и 4 – Да се действа по подходящ начин. Обвиняването на себе си или другите, притеснението, негодуванията и други непродуктивни негативни мисли са просто бариери пред постигането на комфорта.

➤ **Да се направи проучване на очакванията „под повърхността“.** Неизпълнените очаквания могат да доведат до гняв. Какви са очакванията „към себе си и другите“ от тази ситуация? Важно е знанието във връзка с това какви са основните очаквания. Какви са конкретните нужди, за да бъде живян типът живот, който е желан. Разглеждайки личните очаквания, индивидът е възможно да установи, че има по-високи (или различни) стандарти от другите. Вероятно очакването е, че всички ще следват стандартите на индивида, което е невъзможно. Това са **Лични очаквания, те не могат да бъдат и на Другите. Очакванията на другите са такива, каквито са. Коренът на гнева НЕ приема хората такива, каквито са.** Нагласата „полага ми се“ и високите очаквания, относно това, което трябва да бъде получено, предизвикват чувството, че индивидът е „в дупка“.

➤ **Да бъдат запазени нещата простички.** Невъзможно е да бъде променен светът и силите, които го управляват, и дори трудно могат да бъдат променени много неща, които са част от личността или други аспекти от живота. **Най-вече миналото.** Затова, изключително важно е разбирането на нагласата „запази нещата простички“.

➤ **Търсене на решения „Печеливш-Печеливш“.** Ако успее индивидът да избере „печелившо“ решение, получава „тройна победа“: **удовлетворяване на личните нужди; елиминиране на саморазрушителния гняв към другия; предизвикване на другия човек да се почувства по-близо („да бъде спечелен“).**

➤ **Взимане на почивка, когато някой се разстрои.** Личността следва да наблюдава собствените си емоции, да изучи собствените си емоции, когато е разочарована. Тогава, когато индивидът се опознае и разбере, че започва да се ядосва, притеснява, чувства виновен, той може да си вземе почивка. Това означава, че и двамата в конфликта спират да си говорят или се разделят, за да помислят върху ситуацията и да си върнат контрола. Почивките могат да бъдат ефективни, дори ако са с дължина само от една до пет минути. Това време е важно да бъде използвано, за да се справи личността със собствените и чуждите емоции. Взимането

на почивка може да бъде изразена с: „Имам нужда от малко време, за да помисля за какво говорим. Бих искал да продължим разговора си (след няколко минути, по-късно и т.н.)“. По същия начин, ако бъде забелязано, че другият човек се разстройва твърде много и не се справя конструктивно със ситуацията, може да бъде изискана почивка. Тя е изключително важна, за да не бъде трансформиран конфликтът в разрушителна ситуация.

➤ **Конструктивни начини за справяне с гнева.** Изследванията подкрепят идеята, че гневът води до висока възбуда, високо енергийно състояние, което може да продължи с часове. През това време човекът е по-склонен да генерира нов гняв. Физическите дейности използват енергията и спомагат за разсейването на тази допълнителна възбуда. Упражнения, ходене, бягане, спорт, физически труд или други физически дейности, карат човека да се чувства добре.

## **ПРАВА НА ПОСТРАДАЛИТЕ ОТ ДОМАШНО НАСИЛИЕ И ПОСЛЕДСТВИЯ ЗА ИЗВЪРШИТЕЛИТЕ НА НАСИЛИЕ**

Независимо от наличието на реални последици за насилника, то в голяма степен отвъд забраната стои една личност, която носи отговорност. Единствено превантивната дейност посредством социалната и образователна система, е възможно да доведе до наличието на съвест и добро познание за себе си, които биха ограничили проблема Домашно насилие. Което и да е наказание, не е по-силно от съвестта и способността за самопознание и самоконтрол.

На първо място следва да се отбележи обемът права, от които жертвата на насилие е лишавана: Право на живот.; Изтезание и от жестоко нечовешко или унизително отнасяне или наказание; Право на свобода и сигурност; Право на личен и семеен живот; Право на еднаква защита от закона; Право да се ползва от възможно най-високия стандарт на физическо и психическо здраве; Право на равенство в брака

Гореизброените права представляват правата на всеки човек. Нарушението, на което и да било от тях, поставя личността в условията на зависимост. Отнемат се основни човешки свободи. Това е далеч по-тежко от всеки друг компонент на „оставащата рана“. Обхватът на домашното насилие и насилието като цяло не касае двама души – насилник и жертва. То касае всички. Ефектите от него водят не само до противоправни деяния, индивидуално увреждане на жертвата или влошаване качеството и на живот. Те влияят и върху обществото в цялост, и върху икономическия растеж на държавите. Водят до „възпитаването на норма“, която е свързана с начините за разрешаване на конфликти. Възпитават детето, което израстващо в ужаса на насилието може да се превърне в убиец, насилник, престъпник, психично болен човек или социално изолирана, стигматизирана личност.

**Правото се намесва там, където личният капацитет е приключил, а думите са загубили своята комуникативна стойност.** Относно това, какво прави законодателят във връзка с борбата с домашното насилие, правната уредба на проблема в Република България се съдържа в Закон за защита от домашно насилие, Правилник за прилагане, Наказателен кодекс, Закон за МВР и Правилник за прилагане, Закон за закрила на детето и Правилник за прилагане.

Законът за защита от домашното насилие (ЗЗДН) е сравнително нов закон (ДВ бр.27, 29.03.2005г.). Законът въвежда нова нормативна уредба, като дава възможност на лица, жертва на домашно насилие, причинено от съпруг, лице с което се живее на семейни начала, възходящ, низходящ, брат или сестра, роднина по сватовство до втора степен, настойник, попечител или приеман родител, да потърсят и получат съдебна защита срещу насилника.

През годините се увеличават молбите към съда за разглеждане на дела по Закона. Това може да се тълкува двустранно, но при това, че относителният дял на жертвите е сравнително постоянен (и висок), то смислен е изводът, че жертвите все повече търсят подкрепа. Това автоматично води и до заключението, че последициите за насилниците се увеличават. Какви са последициите за насилника? **Чл. 5 от ЗЗДН** определя мерките, последициите, които

насилникът може да получи при еднократен акт **или опит** за реализиране на домашно насилие:

“**Чл. 5.** (1) (Изм. - ДВ, бр. 102 от 2009 г., в сила от 22.12.2009 г.) Мерките за защита от домашното насилие са:

1. задължаване на извършителя да се въздържа от извършване на домашно насилие;
2. отстраняване на извършителя от съвместно обитаваното жилище за срока, определен от съда;
3. (доп. - ДВ, бр. 102 от 2009 г., в сила от 22.12.2009 г.) забрана на извършителя да приближава пострадалото лице, жилището, местоработата и местата за социални контакти и отдиш на пострадалото лице при условия и срок, определени от съда;
4. временно определяне местоживеенето на детето при пострадалия родител или при родителя, който не е извършил насилието, при условия и срок, определени от съда, ако това не противоречи на интересите на детето;
5. задължаване на извършителя на насилието да посещава специализирани програми;
6. насочване на пострадалите лица към програми за възстановяване.

(2) (Изм. - ДВ, бр. 102 от 2009 г., в сила от 22.12.2009 г.) Мерките по ал. 1, т. 2, 3 и 4 се налагат за срок от три до 18 месеца.

(3) (Нова - ДВ, бр. 102 от 2009 г., в сила от 22.12.2009 г.) Мярката по ал. 1, т. 4 не се налага при висящ съдебен спор между родителите по упражняване на родителските права, по определяне местоживеенето на детето или режима на личните отношения.

(4) (Предишна ал. 3 - ДВ, бр. 102 от 2009 г., в сила от 22.12.2009 г.) Във всички случаи съдът с решението по чл. 15, ал. 1 налага на извършителя и глоба в размер от 200 до 1000 лв.”<sup>1</sup>

Законодателят работи постоянно във връзка с намирането на подходящ подход за ограничаване на домашното насилие. *Нов акцент поставя чл. 93, т. 31 от Наказателния кодекс, съответно който „Престъплението е извършено в условията на домашно насилие“, ако е предшествано от системно упражняване на физическо, сексуално или психическо насилие, поставяне в – икономическа зависимост, принудително ограничаване на личния живот, свобода и личните права и е осъществено спрямо възходящ низходящ, съпруг или бивш съпруг; лице, от което има дете; лице, с което се намира или е било във фактическо съпружеско съжителство; или лице, с което живеят или е живяло в едно семейство. За да се изпълни Условието деянието следва да е извършено системно. Криминализирането на домашното насилие е последен и смислен ход на законодателната власт. Интересен е моментът със системността, но той като цяло следва да бъде разгледан като разрешим. За разрешаването е нужно да бъде подавана молба за всеки акт или опит за реализиране на домашно насилие. Да бъде позволено на насилника да наранява с поведението си е пагубно както за жертвата, така и за възприятията му, че този акт е позволен, „нормален“.*

#### **Относно криминализираните моменти**

➤ **Физическо насилие.** В допълнение към това чл. 131, ал. 1, т. 5а от НК добавя и един, специален състав на телесната повреда, а именно телесна повреда, извършена в **условията на домашно насилие**. От тази промяна в Наказателния кодекс може да се направи заключение, че телесна повреда, без значение каква степен е (тежка, средна или лека), ако е извършена в Условията на домашно насилие, е престъпление. Въпреки това следва да се има предвид и разпоредбата на чл. 93, т. 31 домашно насилие, ако е налице системност, т.е. ако даден акт противоречи. **Наказанието е лишаване от свобода от три до петнадесет години при тежка телесна повреда; от две до десет години при средна телесна повреда; до три години при лека телесна повреда.**

➤ **Сексуално насилие.** Обстоятелството, че изнасилването извършено: в условията на домашно насилие не е криминализирано, може да се възприеме като сериозен законодателен пропуск. За този проблем не се говори често в обществото, което може би е и причина за съответния пропуск. Също така не е дефиниран случаят на изнасилване и лека телесна

<sup>1</sup> Закон за защита от домашно насилие

повреда, а само когато е причинена средна или тежка телесна повреда. **Тук преследването може да бъде при условията на ЗЗДН.**

➤ **Емоционално и психическо.** Законът за защита от домашното насилие посочва психическото и емоционалното насилие като форми на домашно насилие. Чл. 2, ал. 2 от Закона за защита от домашното насилие посочва, че за психическо и емоционално насилие върху дете се смята и акт на насилие, извършен в негово присъствие. Може да се обобщи, че всички характеристики на психическото и емоционалното насилие въздействат върху децата, които са свидетели на домашно насилие, по начин по който ги превръщат в жертви на насилие, дори само от присъствието им по време на насилствената ситуация. Една разпоредба от глава четвърта – „Престъпления против брака, семейството и младежта“, а именно чл. 182, ал. 2 от НК гласи „Родител или друг сродник, който не изпълни или по какъвто и да е начин **осуети изпълнението на съдебно решение**, относно упражняване на родителски права или относно лични контакти с дете, се наказва с пробация и глоба от две хиляди до пет хиляди лева, а в особено тежки случаи - **с лишаване от свобода до шест месеца и глоба от пет хиляди до десет хиляди лева**“. Обикновено, когато една жена е жертва на домашно насилие, дори и в случай на определен от съда режим на лични отношения на детето с неговия баща, често тя възпрепятства и осуетява изпълнението на съдебното решение. Децата стават свидетели на скандалите, относно правото им на лични отношения с бащата и в не малко случаи се стига до абсурдната ситуация, майката жертва на насилие да превърне и собствените си деца в жертва на домашно насилие.

➤ **Психическо и икономическо насилие.** Когато говорим за психическо насилие, следва да бъде отчетен и чл. 93, т. 31 от НК „Престъплението е извършено „в условията на домашно насилие“, ако е предшествано от системно упражняване на физическо, сексуално или **психическо насилие, поставяне в икономическа зависимост**, принудително ограничаване на личния живот, личната свобода и личните права и е осъществено спрямо възходящ, низходящ, съпруг или бивш съпруг, лице, от което има дете, лице, с което се намира или е било във фактическо съпружеско съжителство, или лице, с което живеят или е живяло в едно домакинство“. Законодателят дава за криминализиране на психическото и икономическото насилие, макар и в условия на системност. Психическото и икономическото насилие често предшестват физическото насилие и много често не се изчерпват с еднократен акт. И при двете е налице системност и се превръщат в „начин на живот“.

➤ **Убийство и телесна повреда.** Това е предвидено в чл. 116, ал. 1, т. 6а. За убийство, извършено в условията на домашно насилие, **наказанието е лишаване от свобода от петнадесет до двадесет години, доживотен затвор или доживотен затвор без замяна.**

➤ **Отвлечане и противозаконно лишаване от свобода**, извършени в условията на домашно насилие, са криминализирани. **Отвлечането** – чл. 142, ал. 1, т. 5а от НК - **наказанието е лишаване от свобода от седем до петнадесет години. Противозаконното лишаване от свобода** – чл. 142а, ал. 4 от НК, **наказанието е лишаване от свобода от три до десет години.**

➤ **Принуда и закана** са други две престъпления, които когато са извършени в условията на домашно насилие, не само че вече са престъпления, но предвиждат и по-високи наказания. За **принудата** – чл. 143, ал. 3 от НК, **наказанието е лишаване от свобода от три до десет години.** За **заканата** – чл. 144, ал. 3 от НК, **наказанието е лишаване от свобода до шест години.**

➤ **Следене.** Това е изцяло нов състав на престъпление, предвиден в чл. 144а от НК, „Който системно следи другото и това би могло да възбуди основателен страх за живота или здравето му, или за живота или здравето на негови близки, ако извършеното не съставлява по-тежко престъпление, се наказва с лишаване от **свобода до една година или пробация**“.

Както става видно от предприетите от законодателя мерки и криминализирането на домашното насилие, възмездие, от гледна точка на правото, е спуснато. Разбира се, нужни са корекции на места, на места усъвършенстване, но главната цел на каквато и да било работа, свързана с проблема, следва да бъде **формирането на съзнание у индивида. Съзнание за**

**общност, съзнание за Другия, отговорност към Другия, обществото, човечеството.** Всичко това се случва, посредством безспирната превенция и интервенция, която посветените на мисията хора, реализират.

Обемът и пространството, в което се ситуира кой да е проблем, зависи от това доколко личността осъзнава своето участие, съучастие и/или бездействие и води до страданието на някой друг. „Ефектът на пеперудата“, в който размахът на крилете на пеперуда в единия край на света, води до ураган в другия край, е валиден и за насилието. От ситуацията на „единия шамар“ до превръщането му в „социална норма“ е налице само един момент, миг, който бидейки изпуснат, поведението се превръща в сериозен обществен проблем. **Да се събудим!**

**БОРБАТА С НАСИЛИЕТО Е ОСНОВНО БОРБА СЪС СЕБЕ СИ.  
ТЯ Е НАСОЧЕНА КЪМ ПОСТИГАНЕ НА НИВАТА НА ПОЗНАНИЕТО ЗА СЕБЕ СИ  
И ПРИЕМАНЕТО НА ПРЕДСТАВА ЗА СВЕТА КАТО СИГУРНО МЯСТО,  
В КОЕТО „АЗ МОГА ДА СЕ СПРАВЯ“!**