

НЕЗАВИСИМЫЙ БЛАГОТВОРИТЕЛЬНЫЙ ЦЕНТР ПОМОЩИ
ПЕРЕЖИВШИМ СЕКСУАЛЬНОЕ НАСИЛИЕ



Кто виноват?

Что делать?

4-е издание

Москва-2011г.

Настоящее издание осуществлено при финансовой поддержке Межрегиональной правозащитной общественной организации «Сопротивление». Межрегиональная правозащитная общественная организация «Сопротивление» в соответствии с распоряжением Президента Российской Федерации от 08.05.2010 года № 300-рп «Об обеспечении в 2011 году государственной поддержки некоммерческих неправительственных организаций, участвующих в развитии институтов гражданского общества» поддержала проект «Право на жизнь без насилия и жестокости», договор № 59 от 31.12.2010. Содержание публикации является предметом ответственности Региональной Общественной Организации Независимый Благотворительный Центр помощи пережившим сексуальное насилие «Сёстры» и не отражает точку зрения Межрегиональной правозащитной общественной организации «Сопротивление».



Кто виноват? Что делать? – 4-е изд.

Методическое пособие. – М.: ЭТИПАК, 20011. – 38 с.

**... Тебя изнасиловали — и жизнь кончена...
Постой! Ты жива, значит, есть еще надежда.**

© РОО Независимый
Благотворительный Центр помощи
пережившим сексуальное насилие «Сёстры»

Кто виноват? Что делать?

Когда кажется, что в мире нет никого, кто поймет, кто не осудит, нет ни одного человека, кому можно выплакать боль и стыд, чувство вины и потери, ярость и беспомощность, — позвони нам: **(499) 901-02-01**

... Ночная улица — она и твоя тоже. Это не безраздельное владение насильников и грабителей. И нет твоей вины в том, что ты шла по ночной улице одна, нарядная и беззаботная.

... Твой новый знакомый пригласил к себе послушать музыку, а после бокала шампанского избил и изнасиловал тебя? В этом нет твоей вины: любой человек имеет право на общение с людьми...

... Ну и что же, что он твой муж. Это не дает ему права унижать тебя и держать в страхе и зависимости. Если насилие скрыто стенами квартиры, оно не перестает быть преступлением.

.... Это случилось вчера? Год назад? Двадцать лет назад? Ты была совсем ребенком, когда твой дядя, отчим, папа, дедушка — любой взрослый, которому ты доверяла и которого любила, — добивался от тебя чего-то постыдного. Что бы ни произошло, знай: ты не виновата.

Почему я чувствую себя виноватой?

Ты долго носила в себе свое горе. Сколько сил ушло на то, чтобы казаться прежней. Но оно живет в тебе — это страшное событие — и отнимает радость жизни, уверенность в себе.

Поделись с нами. Пойми, ты не одинока. Пусть мы не будем знать ни имени твоего, ни адреса — мы поможем тебе. Твой секрет останется между нами.

Позвонив «Сёстрам», ты сделаешь первый шаг на пути к возвращению в нормальную жизнь — без насилия и жестокости, предательства, страха.

Номер телефона: (499) 901-02-01

И может быть, потом ты сможешь прийти в группу поддержки, где люди, пережившие подобное, выслушают тебя, расскажут о своем; вместе вы сумеете выплакать горе, выплеснуть ярость и страх, преодолеть ощущение полной беспомощности и крошечной безнадёжности. Ты увидишь, что ты не одна.

И вот еще что. Дав нам возможность помочь тебе, ты поможешь нам. Насилие сильно только тем, что пользуется безнаказанностью и скрывается за нашим молчанием. Мы строим мир свободный от насилия. Давай делать это вместе?

Позвони : (499) 901-02-01

Почему я не такая, как прежде?

Почему я не такая, как прежде?

Так случилось, что ты — одна из многих переживших насилие, ты стыдишься того, что произошло, и обвиняешь во всем себя. «Почему я такая беспомощная? Зачем я пошла туда?» Тебя, вероятно, мучают подобные вопросы. Ты перебираешь в уме все якобы упущенные возможности избежать изнасилования.

Но вспомни: не **ТЫ** совершила преступление, а **ДРУГОЙ** человек. И он сознательно выбрал такое поведение. Он воспользовался твоей доверчивостью, слабостью, уязвимостью, открытостью.

Да, наверное, что-то в твоём поведении могло показать твою уязвимость. В какой-то момент процесса исцеления тебе, возможно, придется с этим поработать, особенно с точки зрения будущей безопасности.

Но давай посмотрим, почему ты сосредотачиваешься на **СВОЕМ** поведении, а не на поведении насильника. Чуть ли не самое страшное при изнасиловании — это потеря контроля: ты была совершенно беспомощна, что бы ты ни говорила себе (или другие — тебе) **ПОТОМ**. Чтобы вернуть утраченную власть, восстановить свою целостность, надо обратиться туда, где ты — полная хозяйка, — к себе. Помни: ты не виновата в случившемся.

Позвони : (499) 901-02-01

Кто виноват? Что делать?

Пусть не пугают тебя тревога, замешательство, беспомощность, раздражительность, печаль и чувство одиночества, гнев и даже ярость. Эти чувства, как и многие другие, вполне понятны, они совершенно естественны, как бы сильны и необычны ни были. Все это и многое другое — нормальная человеческая реакция на нечеловеческое обращение.

Главное, что дал нам наш опыт общения и работы с пережившими насилие: если ты сможешь принять те естественные чувства, что вызывает в тебе травма, ты исцелишься.

Конечно, важно разумом понять то, что случилось. Важно предпринимать какие-то шаги для возвращения утраченного контроля. Важно, чтобы окружающие тебе верили: очень помогает, если близкие люди понимают и ценят твои чувства, выслушивают тебя. Но это только некоторые шаги на пути к осознанию собственного опыта.

Крайне важно обратиться за помощью, это — часть процесса исцеления.

Позвонив «Сёстрам», ты сделаешь первый шаг на пути к возвращению в нормальную жизнь — без насилия и жестокости, предательства, страха.

Помнишь номер телефона? (499) 901-02-01

Что говорит закон

В Уголовном Кодексе Российской Федерации есть «Особенная часть», где в Разделе VII «Преступления против личности» собраны самые тяжкие злодеяния, совершаемые против человека. Изнасилование стоит в одном ряду с убийством, доведением до самоубийства, похищением людей.

УГОЛОВНЫЙ КОДЕКС РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ

Глава 18. Преступления против половой неприкосновенности и половой свободы личности.

Статья 131. Изнасилование.

1. Изнасилование, то есть половое сношение с применением насилия или с угрозой его применения к потерпевшей или к другим лицам либо с использованием беспомощного состояния потерпевшей, наказывается лишением свободы на срок от трех до шести лет.

2. Изнасилование:

а) совершенное неоднократно или лицом, ранее совершившим насильственные действия сексуального характера;

б) совершенное группой лиц, группой лиц по предварительному сговору или организованной группой;

в) соединенное с угрозой убийством или причинением тяжкого вреда здоровью, а также совершенное с особой жестокостью по отношению к потерпевшей или к другим лицам;

г) повлекшее заражение потерпевшей венерическим заболеванием;

д) заведомо несовершеннолетней наказывается лишением свободы на срок от четырех до десяти лет.

3. Изнасилование:

а) повлекшее по неосторожности смерть потерпевшей;

б) повлекшее по неосторожности причинение тяжкого вреда здоровью потерпевшей, заражение ее ВИЧ-инфекцией или иные тяжкие последствия;

в) потерпевшей, заведомо не достигшей шестнадцатилетнего возраста, наказывается лишением свободы на срок от восьми до пятнадцати лет.

Статья 132. Насильственные действия сексуального характера.

1. Мужеложство, лесбиянство или иные действия сексуального характера с применением насилия или с угрозой его применения к потерпевшему (потерпевшей) или к другим лицам либо с использованием беспомощного состояния потерпевшего (потерпевшей) наказываются лишением свободы на срок от трех до шести лет.

2. Те же деяния:

а) совершенные неоднократно или лицом, ранее совершившим изнасилование;

б) совершенные группой лиц, группой лиц по предварительному сговору или организованной группой;

в) соединенные с угрозой убийством или причинением тяжкого вреда здоровью, а также совершенные с особой жестокостью по отношению к потерпевшему (потерпевшей) или к другим лицам;

г) повлекшие заражение потерпевшего (потерпевшей) венерическим заболеванием;

д) совершенные в отношении заведомо несовершеннолетнего (несовершеннолетней), наказываются лишением свободы на срок от четырех до десяти лет.

3. Деяния, предусмотренные частями первой или второй настоящей статьи, если они:

а) повлекли по неосторожности смерть потерпевшего (потерпевшей);

б) повлекли по неосторожности причинение тяжкого вреда здоровью потерпевшего (потерпевшей), заражение его (ее) ВИЧ-инфекцией или иные тяжкие последствия;

в) совершены в отношении лица, заведомо не достигшего шестнадцатилетнего возраста, наказываются лишением свободы на срок от восьми до пятнадцати лет.

Статья 133. Понуждение к действиям сексуального характера.

Понуждение лица к половому сношению, мужеложству, лесбиянству или совершению иных действий, сексуального характера путем шантажа, угрозы уничтожением, повреждением или изъятием имущества либо с использованием материальной или иной зависимости потерпевшего (потерпевшей) наказывается штрафом в размере от двухсот до трехсот минимальных размеров оплаты труда или в размере заработной платы или иного дохода осужденного за период от двух до трех месяцев, либо исправительными работами на срок до двух лет, либо лишением свободы на срок до одного года.

Статья 134. Половое сношение и иные действия сексуального характера с лицом, не достигшим шестнадцатилетнего возраста.

Половое сношение, мужеложство или лесбиянство, совершенные лицом, достигшим восемнадцатилетнего возраста, с лицом, заведомо не достигшим шестнадцатилетнего возраста, наказываются ограничением свободы на срок до трех лет или лишением свободы на срок до четырех лет.

Кто виноват? Что делать?

Статья 135. Развратные действия.

Совершение развратных действий без применения насилия в отношении лица, заведомо не достигшего шестнадцатилетнего возраста, наказывается штрафом в размере от трехсот до пятисот минимальных размеров оплаты труда или в размере заработной платы или иного дохода осужденного за период от трех до пяти месяцев, либо ограничением свободы на срок до двух лет, либо лишением свободы на срок до трех лет.

Уголовно наказуемыми являются: умышленное причинение тяжкого, средней тяжести и легкого вреда здоровью (Статьи 111, 112, 115), причинение тяжкого или средней тяжести вреда здоровью в состоянии аффекта (Статья 113), побои, истязания, оскорбления (Статьи 116, 117, 130), угроза убийством или причинение тяжкого вреда здоровью (Статья 119), заражение венерической болезнью, ВИЧ-инфекцией (Статьи 121, 122), оставление в опасности (Статья 125), похищение человека, незаконное лишение свободы (Статьи 126, 127).

Вы решили обратиться в полицию

Кто виноват? Что делать?

Заявление подается на имя начальника отделения полиции или прокурора района (города, если нет районного деления), на территории которого совершено преступление. Лучше всего обратиться в полицию сразу. По прошествии значительного времени либо после отказа в полиции принять заявление Вам следует (лично или письменно) отправить заявление в прокуратуру.

Заявление пишется в двух экземплярах. На втором ставится отметка о его приеме с указанием даты, времени приема и номера по книге учета преступлений, что подтверждает его регистрацию.

Основания для отказа в приеме заявления бывают мотивированные и незаконные.

К числу мотивированных могут быть отнесены следующие: преступление совершено на территории другого отделения полиции.

Незаконными являются действия сотрудников полиции, которые под каким-то предлогом пытаются уговорить потерпевшую отказаться от подачи заявления (например, много времени прошло с момента совершения преступления; отсутствуют телесные повреждения и т. п.). Если заявление не принимают по незаконным основаниям, следует потребовать письменный отказ, а потом обратиться к начальнику отделения полиции или к прокурору с жалобой.

Вы решили обратиться в полицию

Итак, последовательность действий:

Ллучше всего обратиться в полицию сразу же после совершения преступления.

Заявление подается на имя начальника отделения полиции или прокурора района, на территории которого совершено преступление.

Заявление пишется в двух экземплярах. На втором ставится отметка о его приеме с указанием даты, времени приема и номера по книге учета преступлений (Образцы заявлений прилагаются).

Случается, что заявление не принимают. Основания для отказа бывают мотивированные и незаконные.

Если заявление не принимают по незаконным основаниям, следует потребовать письменный отказ, а потом обратиться с жалобой на действия сотрудников отделения полиции.

Куда обращаться:

Управление собственной безопасности – 200-94-05
(ул. Петровка, 38)

Дежурный прокурор города — 233-48-38

Прокуратура Российской Федерации — 229-77-22 и
925-18-79

(Москва, Пушкинская ул., 15а)

Кто виноват? Что делать?

Образец заявления в полицию

В _____ отделение полиции
_____ округ Москвы
гражданки/гражданина _____
проживающе ____ : _____

Заявление

19 мая 1993 года, в 20 часов, я была изнасилована неизвестным мне гражданином.

Преступление было совершено при следующих обстоятельствах. Вечером 19 мая я возвращалась домой с работы. Когда я вошла в Троицкий тупик, навстречу мне вышел мужчина. Было примерно 20-30 минут восьмого. Он прошел мимо, а затем повернулся и пошел вслед за мной. Я побежала, он за мной. Кроме нас двоих никого поблизости не было. Когда я пробегала мимо стройки, он настиг меня и ударил сзади чем-то тяжелым по голове. Упав, я вероятно, потеряла сознание. Очнувшись я в кустах на территории стройки, лежа навзничь на земле. Юбка была задрана, блузка разорвана, все белье порвано, туфли с ног потеряны. В области головы я ощущал страшную боль, на лице, руках были кровоточащие ссадины. Я поднялась и добралась до дома. Дома я обнаружила ссадины в области половых органов и синяки на бедрах. Поняв, что я изнасилована, я сразу же позвонила в отделение полиции. Прибывшим работникам полиции я передала все вещи, которые были на мне в момент совершения

Вы решили обратиться в полицию

преступления. Я их не стирала, не чистила, отдала в таком виде, как они были.

О мужчине, совершившем преступление, могу сказать следующее. Еще когда он поравнялся со мной до момента нападения, я успела его рассмотреть. Я его хорошо запомнила и могу опознать. У него русые длинные волосы, темные глаза, на вид ему 30-35 лет. Он был одет в темный плащ и темные брюки. Его внешний вид показался мне знакомым. По-моему, он работает на стройке, и раньше я встречала его на улице.

О совершенном в отношении меня преступлении знают мои соседи по дому (указать фамилии, имена, отчества), которые проживают по тому же адресу, что и я. Когда я пришла, я их позвала, рассказала им о случившемся; они видели, в каком виде я вернулась домой.

Прошу найти преступника и привлечь его к уголовной ответственности.

Дата

Подпись

Кто виноват? Что делать?

Образец заявления в полицию

В _____ отделение полиции
_____ округ Москвы
гражданки/гражданина _____
проживающе ____ : _____

Заявление

26 января 1995 года, в 2 часа ночи, (место преступления) я была изнасилована студентом 2 курса факультета экономики (фамилия, имя, отчество), с которым мы вместе учимся.

Накануне, 25 января, мы были в гостях у друзей-однокурсников, отмечали Татьянин день. Я выпила около 250 грамм шампанского и 300 грамм сухого вина. Когда я собралась уходить домой, (Имярек) вызвался проводить меня. Я согласилась, и мы вместе вышли на улицу....

У дверей своей квартиры я поцеловала его и простилась с ним. Когда я открывала дверь, он попросил разрешения войти на минутку выпить стакан воды. Я сказала: «Только тихонько, не разбуди родных». Мы вошли, он выпил воды, и когда я собралась проводить его до двери и запереть, он сказал, что замерз, и хочет согреться. Я устала, хотела спать и отказала ему. Он будто шутя, схватил меня за руку и потянул в мою комнату. Чтобы не шуметь, я не сильно сопротивлялась и пошла, надеясь убедить его уйти. В моей комнате он все также продолжал «шутить»: насильно усадил меня на кровать, потом повалил и стал

Вы решили обратиться в полицию

снимать одежду. Я шепотом уговаривала его не делать этого, но он ничего не слушал. Я продолжала сопротивляться, но боялась разбудить родителей и сестренку. Я боялась, что он может ударить меня по лицу, останутся синяки. ... До самого конца я его уговаривала, но безрезультатно, он все-таки меня изнасиловал. (Указать все возможные следы: синяки, царапины и пр.; кто может подтвердить: подруги, медицинское освидетельствование).

Дата

Подпись

Более чем вероятно, что не существует в природе второго подобного заявления. Вряд ли кто из пострадавших от изнасилования знакомым (будь то друг, приятель, жених, любовник, муж), когда не было физического насилия и не осталось никаких следов, обращался в полицию. И это больно и тревожно, потому что таких изнасилований совершается больше, чем так называемых «типичных» нападений из-за угла (из темных переулков, даже в лифтах)...

Кто виноват? Что делать?

Так что, скорее всего, этот образец никому пока не пригодится. И все же мы решили поместить его в нашей брошюре, чтобы напомнить: любой человек имеет право на собственную безопасность и неприкосновенность. Да, бывает страшно и стыдно закричать, позвать на помощь, большинству людей трудно ударить, даже оттолкнуть другого человека, а уж если это хороший приятель, или жених, или друг...

**Сейчас надо позаботиться
о своем здоровье**

КТО ВИНОВАТ? ЧТО ДЕЛАТЬ?

Ты выжила, это главное. Зажили ссадины и прошли синяки, на переломы наложен гипс. Но есть еще заболевания, передающиеся половым путем. Некоторые из описанных ниже симптомов могут проявиться через какое-то время (недели, месяцы) после изнасилования.

Если вагинальные выделения (у здоровых женщин обычно бесцветны или слегка желтоватого цвета и имеют слабый кисловатый запах) приобретают другую окраску или запах, то это может быть один из симптомов болезни.

Затрудненное мочеиспускание, жжение могут быть обусловлены: хламидиями, гонореей, кондиломами, язвочками в мочеиспускательном канале, вызванными герпесом, трихомониазом, воспалением мочевого пузыря.

Зуд/жжение в половых органах или вокруг них могут быть вызваны: грибок, лобковыми вшами, кондиломами, герпесом, чесоткой.

Язвы на половых органах или вокруг них могут быть вызваны: кондиломами, герпесом, сифилисом.

Боли в нижней части живота могут быть обусловлены: воспалением матки, маточных труб или шейки матки, что, в свою очередь, может быть вызвано гонореей, хламидиями, другими бактериями.

Кровотечения между менструациями могут быть из-за гормональных нарушений, инфекций.

Сейчас надо позаботиться о своем здоровье

Более подробно об этих болезнях и лечении их можно узнать, обратившись к врачу или по следующим адресам:

Институт Склифосовского: 928-33-00

Ассоциация САНАМ: 245-47-89,
245-54-70

Бюро Судебно-медицинской
экспертизы: 465-42-41
(105077 Москва,
13-я Парковая, д. 8/25) 465-48-43

Фонд «АнтиВИЧ»: 365-06-01

Центр «Женщина и семья»: 301-15-02

Медицина и репродукция: 283-40-10;
283-69-63;
(бесплатно).

Центр «Сёстры» 901-02-01
поможет найти наиболее подходящего специалиста.

Как я могу помочь подруге?

Как я могу помочь подруге?

Не осуждай.

Может быть, своим поведением она и поставила себя в уязвимое положение, но именно насильник совершил преступление, это был его выбор — воспользоваться уязвимостью другого человека. (Как это делает любой преступник — убийца, грабитель, мошенник).

Верь ей.

Приготовься к тому, что появится желание отрицать случившееся. Не хочется верить: ведь если это случилось с кем-то, значит, и со мной может... признав возможность подобного, ты можешь утратить ощущение безопасности, почувствуешь, что мир стал менее справедливым, в нем поселился страх. Может быть, случившееся с подругой напомнит о твоих собственных ранах, забытых, но не исцеленных.

Внимательно, спокойно и терпеливо выслушивай ее, показывая, что ты понимаешь всю тяжесть страдания.

Постарайся не преуменьшать боль подруги, не «разъяснять» то, что она так болезненно сейчас переживает.

Не обвиняй ее.

И без тебя есть кому взвалить на нее ответственность за случившееся. Она и сама винит себя.

Кто виноват? Что делать?

Не заставляй пострадавшую заявлять в полицию. Это решение остается только за ней. И без того человека лишили контроля над собственной жизнью.

Не старайся «исправить» что-либо. Если ты просто слушаешь и даешь подруге понять, что забота о ней, это будет действительно полезно.

Помоги ей в поисках людей, знающих, как справиться с перенесенным изнасилованием. Не все психотерапевты, психологи или консультанты достаточно подготовлены для этого. Ты можешь помочь ей найти того, кто умеет поддержать.

От тебя потребуется очень много терпения, такта, понимания: ведь если подруга, обратившись к тебе, встретит осуждение, страх, гнев, то это может нанести ей еще более глубокую рану, чем само изнасилование.

Тебе тоже тяжело. Может статься, что ты будешь переживать беду подруги так, будто это случилось с тобой, понимая разумом, что на самом деле все иначе. Но изнасилование задевает самые глубинные страхи и напоминает тебе о твоей собственной уязвимости. И еще: тяжело разобраться в том, где кончаются чувства другого человека и начинаются твои.

Используй это как возможность прояснить свои чувства и отделить их от чувств подруги.

Как я могу помочь подруге?

И, что важнее всего, пойми: происходящее повлияло и на тебя, ты тоже нуждаешься в поддержке.

Если возникает желание отомстить насильнику, помни, что это опасно для тебя и не поможет подруге. Не руководствуйся чувствами в своих действиях, чтобы не нанести вреда ни себе, ни другим.

Помни: «Сёстры» окажут помощь и тебе, потому что это важно для пострадавшей и потому, что нам важны и твои чувства и опыт.

Когда кажется, что в мире нет никого, кто поймет, кто не осудит, нет ни одного человека, кому можно выплакать боль и стыд, чувство вины и потери, ярость и беспомощность, — позвони нам: **(499) 901-02-01**

Хотя опыт работы кризисных центров в разных странах говорит о том, что значительно большая часть изнасилований совершается людьми, знакомыми или близкими пострадавшей, специалисты — юристы, психологи — дают советы о том, как вести себя в основном в ситуации внезапного нападения незнакомца, или призывают к осмотрительности, осторожности: «Не садитесь в машину...», «Не ходите по темным переулкам, ... поздно ночью, ... в гости к малознакомым людям» — и т.п.

Вряд ли можно дать какие-то универсальные советы, пригодные на все случаи жизни.

Ну как, например, выполнить такие рекомендации: «Не теряйте присутствия духа, старайтесь трезво оценивать ситуацию, используйте неожиданные для нападающего приемы, найдите его слабые стороны, ...»

Ведь если внезапно нападет незнакомец, это очень страшно. Если угрожает и насилует приятель, это просто потрясает и разрушает весь мир...

Как, скажите, «сохранять присутствие духа»?

Конечно, когда мне задают те же вопросы, я стараюсь что-то ответить.

Кто виноват? Что делать?

Говорю, например:

«Закричи из всех сил (а лучше — разбей стекло в окне ближайшей квартиры, если нападение происходит на улице).

Ударь рядом стоящую машину, включив сигнализацию. Если даже никто не придет на помощь (к сожалению, так часто бывает), то нападавший может испугаться».

Или, опять же: «Используй любые возможности, чтобы спастись. Если возникла прямая угроза жизни, лучше уступить требованиям насильника. Главное — выжить».

Что касается средств самообороны (например, газовый баллончик или пистолет, нож, палка), то надо уметь пользоваться ими так, чтобы их не обратили против тебя. Безопасна в этом смысле сирена на багарах.

Кто виноват? Что делать?

Независимый благотворительный Центр помощи пережившим сексуальное насилие «Сёстры».

Центр «Сёстры» основан в 1994 году группой женщин, которые осознали, что пережившие насилие люди нуждаются в конкретной поддержке.

Наша миссия - способствовать созданию в обществе отношений, в которых нет места сексуальному насилию и издевательствам, а жертву не обвиняют в свершившемся изнасиловании, инцесте или любом другом виде насилия. Никто не хочет быть изнасилованной, никто этого не заслуживает. Никогда жертва не провоцирует насилие. Насилие нельзя спровоцировать! Насилие можно совершить.

Мы осознаем, что сексуальному насилию в подавляющем большинстве случаев подвергаются женщины и дети. Мы убеждены, что все люди имеют право жить в безопасности и без страха везде, включая собственный дом, что женские права - это права человека, и что изнасилование - это преступление против личности.

Принцип нашей работы - доверие и конфиденциальность. Сотрудницы Центра разделяют философию, которая не принимает расизма, сексизма, гомофобии, и любых других предрассудков.

«Сёстры» обязуются воспринимать всех людей, переживших насилие, ценить и не осуждать их

«Сёстры» помогают ВСЕМ пережившим изнасилование или сексуальное насилие, особенно тем, кому трудно получить помощь где-либо еще. Наша помощь бесплатная и анонимная.

Для нас все равны, независимо от возраста, пола, социального положения, национальности, происхождения, вероисповедания, сексуальных предпочтений.

Мы способствуем повышению самосознания и самоопределению, выступаем за право выбора для всех людей. Мы хотим, чтобы все отношения между людьми были отношениями равенства, партнерства и уважения.

Кто виноват? Что делать?

«Сестры» солидарны со всеми женщинами и детьми и стремятся изменить общество и мировоззрение людей. Мы ясно видим все формы насилия, включая словесное, эмоциональное, физическое, экономическое, сексуальное и духовное. Мы хотим, чтобы пострадавшие вновь обрели веру в свои силы, достоинство, снова стали управлять собственной жизнью.

Мы строим мир, свободный от насилия.

Настоящее издание осуществлено при финансовой поддержке Европейской Комиссии. Содержание публикации является предметом ответственности РОО Независимый Благотворительный Центр помощи пережившим сексуальное насилие «Сёстры» и не отражает точку зрения Европейской Комиссии.

РАСПРОСТРАНЯЕТСЯ БЕСПЛАТНО

Содержание

Почему я чувствую себя виноватой	3
Почему я не такая, как прежде	6
Что говорит закон	9
Вы решили обратиться в полицию	15
Последовательность действий	17
Образцы заявлений в полицию	18
Сейчас надо позаботиться о своем здоровье	23
Как я могу помочь подруге?	26
Ответы на вопросы	30

Москва, 2011 г.

Не выходи из дома обнаженной — некоторых мужчин это провоцирует.

Не выходи из дома одетой — некоторых мужчин провоцирует любая одежда.

Не выходи одна из дома вечером — это провоцирует мужчин.

Не выходи одна из дома в любое время — некоторых мужчин провоцирует любая ситуация.

Не выходи из дома с подругой — некоторых мужчин провоцирует то, что вас двое.

Не выходи из дома с другом — некоторые друзья могут изнасиловать.

Не оставайся дома — тебя может изнасиловать и свой, и чужой.

Избегай детства — некоторых насильников «возбуждают» маленькие девочки.

Избегай старости — некоторые насильники «предпочитают» пожилых женщин.

Как избежать изнасилования
(несколько популярных и не очень полезных советов)

КТО ВИНОВАТ? ЧТО ДЕЛАТЬ?

Не имей ни отца, ни деда, ни дяди, ни брата — именно эти родственники чаще всего насилуют молодых женщин.

Обходись без соседей — именно они чаще всего насилуют женщин.

Не выходи замуж — в браке изнасилование становится законным.

...Список можно продолжить.

А чтобы уж наверняка избежать изнасилования — не родись вообще.

Но если Вам нужна настоящая помощь, прочтите это брошюру, передайте друзьям.

Звоните «Сёстрам»: (499) 901-02-01

Пишите: 127560 Москва, а/я 34

e-mail: syostri@gmail.com