

ԳՈՐԾՆԱԿԱՆ ՈՒՂԵՑՈՒՅՑ

▶ ՍՈՑԻԱԼԱԿԱՆ

ԱՇԽԱՏՈՂՆԵՐԻ ՀԱՄԱՐ

ԸՆՏԱՆԵԿԱՆ ԲՈՒՆՈՒԹՅԱՆ ԿԵՐԱԲԵՐՅԱԼ
ԻՐԱԶԵԿԿԱԾՈՒԹՅԱՆ ԲԱՐՁՐԱՑՈՒՄ



Հայաստանում ընտանեկան բռնություն
վերապրողների հետ աշխատանքի և
սոցիալական աշխատողների ուսուցման
ուղեցույց



Ընդդեմ կանանց նկատմամբ
բռնության կոալիցիա
Coalition to stop violence
against women



Կանանց
Աջակցման
Կենտրոն



ԳՈՐԾՆԱԿԱՆ ՈՒՂԵՑՈՒՅՑ ▶ ՍՈՑԻԱԼԱԿԱՆ ԱՇԽԱՏՈՂՆԵՐԻ ՀԱՄԱՐ

ԸՆՏԱՆԵԿԱՆ ԲՈՆՈՒԹՅԱՆ ԿԵՐԱԲԵՐՅԱԼ
ԻՐԱԶԵԿՎԱԾՈՒԹՅԱՆ ԲԱՐՁՐԱՑՈՒՄ

Մարո Մաթոսյան
Կանանց աջակցման կենտրոնի գործադիր տնօրեն

Հասմիկ Գևորգյան
Ծրագրի համակարգող

Անի Զիլոզյան
Հետազոտությունների և տվյալների մասնագետ

ԵՐԵՎԱՆ 2022

Թարգմանությունը՝
Շուշանիկ Մելիք-Ադամյանի

Էջադրումը և ձևավորումը՝
Անի Ասրիբաբայանի

Կազմի լուսանկարը՝
Նազիկ Արմենակյանի

Գրքի լուսանկարները տրամադրել է
«Կանանց աջակցման կենտրոն» ՀԿ-ն

Այս հրապարակումը պատրաստվել է Եվրոպական միության ֆինանսական աջակցությամբ: Բովանդակության համար պատասխանատվություն է կրում «Կանանց աջակցման կենտրոն» ՀԿ-ն, և պարտադիր չէ, որ այն արտահայտի Եվրոպական միության տեսակետները:

«Կին հրավապաշտպանները քայլեր են ձեռնարկում Հայաստանում գենդերային բռնության դեմ» (2020-2022 թթ.) ծրագիրն իրականացնում է «Ընդդեմ կանանց նկատմամբ բռնության» կոալիցիան Եվրոպական միության ֆինանսավորմամբ:

▶ **ԲՈՎԱՆԴԱԿՈՒԹՅՈՒՆ**

Հեղինակների կողմից	8
Ընդհանուր տեղեկություն դասընթացի մասին	9
Նպատակներ	12
Ներածություն	13
Դաս 1	17
Դաս 2	
Ընտանեկան բռնության ընդհանուր նկարագիրը	18
Փաստեր ընտանեկան բռնության մասին	19
Ինչ է ընտանեկան բռնությունը	21
Դաս 3	
Ինչն է հանգեցնում ընտանեկան բռնության	24
Կառուցվածքային բռնություն հասարակության մեջ	25
Դաս 4	
Ընտանեկան բռնության վերաբերյալ միջեր ու փաստեր	28
Դաս 5	
Հասկանալ ընտանեկան բռնությունը	34
Բռնության շրջան	36
Թերթիկ բռնության մասին	38
Դաս 6	
Կնոջ չհեռանալու պատճառները	40
Դաս 7	
Ազդեցությունը երեխաների վրա	44
Հակիրճ ուղեցույց	45

Դաս 8

Ինչու են տղամարդիկ հակված բռնության 48

Դաս 9

Ճգնաժամային իրավիճակում հայտնված
զոհին հասկանալը 52

Ստոկհոլմի համախտանիշ 53

Տրավմայի հոգեբանությունը 54

Զոհին սխալ ընկալելը 58

Դաս 10

Ճգնաժամային միջամտություն 62

Դաս 11

Ճգնաժամային միջամտության հմտություններ
սոցիալական աշխատողների համար 66

Դաս 12

Անվտանգության պլան 70

Ինքնորոշման իրավունք 74

Գնահատման թերթիկ և ռիսկի գնահատում 75

Դաս 13

Հիմնական խորհրդատվական տեխնիկաներ 90

Դաս 14

Հզորացում 94

Անվտանգության վերականգնում 96

Դաս 15

Վերահսկողության զգացման վերականգնում 100

Կապի վերականգնում 101

Դաս 16

Ամփոփում 104

Դաս 17

Թեժ գիծ 105

Ընդհանուր առմամբ 107

Ինչպես պարզել հուզական արձագանքները 108

Ապաստարան 112

Դաս 18	
Սոցիալական աշխատողի դերը	114
Դաս 19	
Սահմաններ	118
Դաս 20	
Այրում	122
Դաս 21	
Աշխատանք բնակչության հատուկ խմբերի հետ	124
Հաշմանդամություն ունեցող վերապրողներ	125
Տղամարդ վերապրողներ	127
ԼԳԲՏ վերապրողներ	129
Լինել արդյունավետ պաշտպան	130
Դաս 22	
Ֆիլմ «Աչքերս տար»: Քննարկում	132
Գրականության ցանկ	134

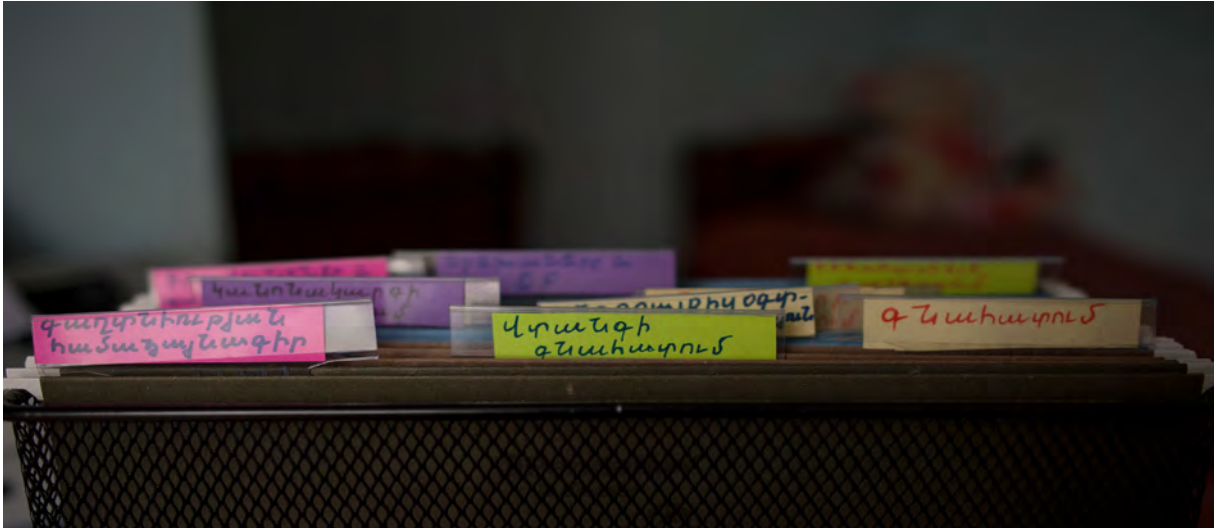


▶ ՀԵՂԻՆԱԿՆԵՐԻ ԿՈՂՄԻՑ

Ուղեցույցը ընտանեկան բռնություն (ԸԲ) վերապրողների հետ ծառայությունների և Հայաստանի մարզերում ԸԲ զոհերին աջակցման կենտրոնների և նրանց համար ապաստարանների աշխատակիցների հետ խորհրդատվությունների տասը տարուց ավելի կատարված գործնական աշխատանքի արդյունք է: Այն նաև հիմնվել է Եվրոպայի «Ընդդեմ կանանց նկատմամբ բռնության» կոալիցիայի (ԸԿՆԲԿ, WAVE), Վաշինգտոնի Սոցիալական և առողջապահական ծառայությունների դեպարտամենտի, Արիզոնայի «Ընդդեմ ընտանեկան բռնության» կոալիցիայի, Daphne նախագծի (ԸԿՆԲԿ, WAVE) պատրաստած ուսումնական ձեռնարկների, Հայաստանի «Կանանց աջակցման կենտրոնի» լավագույն փորձի վրա ստեղծված ուղեցույցի և շատ այլ հրատարակությունների վրա, որոնք թվարկված են «Գրականության ցանկ» բաժնում:

Ուղեցույցի նպատակն է սոցիալական աշխատողներին կամ սոցիալական ծառայություն մատուցողներին տրամադրել տեղեկության աղբյուր և ռեսուրս հանդիսացող փաստաթուղթ՝ շահառուներին իրենց աջակցությունը ցուցաբերելու և այն բարելավելու համար:

Ուղեցույցը կարող է հիմք դառնալ Աշխատանքի և սոցիալական հարցերի նախարարության համար՝ մշակելու ուսումնական ծրագրեր համալսարաններում կամ ոչ ֆորմալ դասընթացների շրջանակներում ծառայություն մատուցողների և սոցիալական աշխատողների ուսուցման համար:



▶ ԸՆԴՀԱՆՈՒՐ ՏԵՂԵԿՈՒԹՅՈՒՆ ԴԱՍԸՆԹԱՑԻ ՄԱՍԻՆ

Շատ կարևոր է, որ ուսանողները ԸԲ զրհերի նկատմամբ ունենան առողջ մոտեցում և սրտացավ վերաբերմունք: Սա էական գործոն է այս թեմայի վերաբերյալ գիտելիք և հմտություններ ստանալու համար:

Դասընթացները պետք է անցկացնեն միայն ԸԲ վերապրող կանանց և երեխաների համար ծառայությունների վարման մեծ փորձ ունեցող վարժ դասընթացավարներ:

Դասերը նախատեսված են առավելագույնը 20 մասնակցի համար: Դասընթացը հետևյալ խմբերի համար է, և ցանկալի է, որ յուրաքանչյուր խմբից մասնակիցներ ներգրավված լինեն:

- ▶ 1. պետական աշխատողներ, պաշտոնյաներ, քաղաքականություն մշակողներ և ընդհանուր որոշումներ կայացնողներ,
- ▶ 2. ՀԿ-ներից ծառայություններ մատուցողներ, որոնք աշխատում են թե՛ գծի ծառայության և աջակցման կենտրոնների հետ,
- ▶ 3. ուսանողներ, կամավորներ, որոնք ցանկանում են աշխատել այս ոլորտում:

Խորհուրդ ենք տալիս կիրառել



Մտագրողի մեթոդը, որը հանգեցնում է քննարկումների, վերլուծության և տարբեր թեմաների շուրջ մտորումների: Հետևյալ ինտերակտիվ մեթոդները օգնում են ուսանողներին լինելու պրոակտիվ:



Քննարկումներ: Դասընթացավարը մասնակիցների շրջանում քննարկումներ է նախաձեռնում: Պետք է ժամանակ հատկացնել, լսել և քննադատորեն անդրադառնալ միմյանց հակադրվող կարծիքներին: Սկզբունքային դիրքորոշումները, օրինակ՝ **բռնությունը հնարավոր չէ արդարացնել**, քննարկման ենթակա չեն:



Խմբային աշխատանք: Մասնակիցներին բաժանում են փոքր խմբերի, որպեսզի նրանք անդրադառնան առանձին հարցերի: Յուրաքանչյուր խմբի նպատակը պետք է հստակ սահմանված լինի: Ապա քննարկումը կատարվում է ավելի մեծ խմբով՝ ըստ յուրաքանչյուր խմբի ցուցադրած արդյունքների:



Դերային խաղ: Առաջարկեք դերային խաղի հնարավորություններ և հաշվի առեք տարբեր գործողություններ, որպեսզի սովորողներն ավելի լավ պատկերացում կազմեն ԸԲ վերապրող կանանց խնդիրների և կարիքների վերաբերյալ: Ապա բոլոր մասնակիցների հետ անցկացրեք քննարկումներ՝ փորձը փոխանցելու համար:



Դեպքերի ուսումնասիրություններ: Չափազանց օգտակար է որոշել ինչպես խնդիրներին լուծումներ գտնել կամ ուսումնասիրել դեպքում ներգրավված մարդկանց զգացողություններն ու հոգեվիճակը: Դասընթացավարը պետք է հավաքի և ներկայացնի գրավոր դեպքեր, որոնք անանուն կլինեն: Այս դեպքերի ուսումնասիրությունները պետք է վերցված լինեն դասընթացավարի մասնագիտական փորձից և հատկանշական լինեն Հայաստանի համատեքստի համար:



Տեսական տեղեկություններ: Դասընթացավարները պետք է բաժանեն գրավոր նյութեր, որպեսզի մասնակիցները կարողանան մանրամասն ծանոթանալ դրանց, քանի որ բանավոր ներկայացումներից ամեն ինչ չէ, որ կարելի է մտապահել: Այսպիսի թերթիկները նաև շատ օգտակար են հատուկ թեմաների ներկայացման համար: «Կանանց աջակցման կենտրոն» ՀԿ-ում այդպիսի նյութեր առկա են:



Տեսալսողական ուսուցման միջոցներ: Տեսանյութերը և DVD-ները օգտակար և հզոր միջոց են ընտանեկան բռնության նկատմամբ վերաբերմունքն ավելի վառ ներկայացնելու համար, քանի որ գործնական են:



Հետադարձ կապ: Այն է՝ լսարանի զգացմունքներն ու տպավորությունները լսելի դարձնել:



Գնահատում: Դասընթացի սկզբում և վերջում թեստերը կարևոր են գնահատելու համար, թե արդյոք նյութը հասկանալի է եղել: Այնուամենայնիվ, առավել կարևորվում են դասին մասնակցությունը, մասնակցի բնավորության գծերի դրսևորումը՝ ապրումակցումը, կարծրատիպների կամ խտրականության նկատմամբ վերաբերմունքը և այլն:

Դասընթացն ավարտելուց հետո ուսանողները **նվազագույնը 3 ամիս պետք է աշխատեն փորձառու սոցիալական աշխատողի հետ՝** ձեռք բերելով գործնական հմտություններ: Ընդհանուր առմամբ, խորհուրդ է տրվում **գործնական աշխատանքին հատկացնել 6 ամիս:** Վերջնական գնահատականը պետք է արվի ուսանողի՝ սոցիալական աշխատողի հետ աշխատելուց և ընտանեկան բռնության դեպքերի հետ գործնականում **առնչվելուց 3 ամիս անց:**

Դասընթացն ինքնին բավարար չէ սոցիալական աշխատողի համար. անհրաժեշտ են նաև **ամրապնդող այլ դասընթացներ:**

Ուղեցույցը բաղկացած է **22 դասից**, յուրաքանչյուր դասի տևողությունը նախատեսված է **1 ժամից** մինչև **90 րոպե:**



▶ ՆՊԱՏԱԿՆԵՐ

Բասընթացի նպատակն է բարձրացնել թեմայի վերաբերյալ իրազեկությունը, փոխել վարքային վերաբերմունքները, ինչպես նաև ուսանողներին արժեքավոր հմտություններ սովորեցնել:

Բացի ընտանեկան բռնության վերաբերյալ տեղեկություններից և դասավանդվող հմտություններից՝ հավասարապես կարևոր է նաև վերագնահատել մեր վերաբերմունքը կանանց նկատմամբ բռնությանը, որը շատ անգամ հիմնված է գենդերային կարծրատիպների վրա, որոնք մանկուց են սերմանվում: Հայրիշխան հասարակությունում ապրելով՝ տեսնում ենք, թե ինչպես են այս գենդերային կարծրատիպները փոխում մեր դատողությունը և միգուցե բացասաբար անդրադառնում զոհի մեր ընկալման վրա: Ի հավելումն՝ պետք է սովորենք Ֆեմինիզմի սկզբունքները, որտեղ սեքսիզմը, գենդերային խտրականությունը և կանանց հանդեպ նվաստացուցիչ վերաբերմունքը հանդուրժելի չեն: Ֆեմինիզմը նաև հզորացնում է կանանց՝ օգնելով նրանց հասնելու ինքնորոշման, ինչը յուրաքանչյուր անձի իրավունքն է:

Համընդհանուր նպատակն է ստեղծել հասարակություն, որտեղ կանանց նկատմամբ բռնությունը չի հանդուրժվում և դատապարտվում է:



▶ ՆԵՐԱԾՈՒԹՅՈՒՆ

Ներկայում ընտանեկան բռնությունը կամ սեռական բռնությունը սոցիալական աշխատողներին չի դասավանդվում և նրանց ուսումնական պլանի մաս չի կազմում: Սոցիալական աշխատողների համալսարանական դասընթացներն անցած ուսանողներն անտեղյակ են բազմաթիվ սոցիալական խնդիրներից: Այս ուղեցույցի նպատակն է անդրադառնալ բոլոր այն կետերին, որոնք պետք է հաշվի առնել սոցիալական աշխատող կամ ընտանեկան բռնության զոհերի ծառայություն մատուցող պատրաստելիս:

1991 թվականի անկախությունից առաջ Հայաստանում տիրում էր այն մոտեցումը, որ կոմունիստական հասարակությունում սոցիալական խնդիրներ չկան, և ընտանեկան բռնությունը, սեռական բռնությունը, երեխաների նկատմամբ բռնությունը, սեռական աշխատողների նկատմամբ բռնությունը, թմրամիջոցների չարաշահումը, անօթևանությունը, հաշմանդամություն ունեցող անձինք արևմտյան համակարգի խնդիրներ էին: Այսպիսով՝ այս խնդիրները երբեք չէին քննարկվում. դրանք համարվում էին տաբու, և բնակչությունն անտեղյակ էր դրանից: Բացի այդ՝ սոցիալական աշխատողները չգիտեին ինչպես աշխատել այդպիսի դեպքերի զոհերի հետ, և միայն վերջերս են մշակվել օրենքներ և մեխանիզմներ, որոնք թույլ են տալիս պայքարել ընտանեկան բռնության դեմ և պաշտպանել զոհերին:

Մինչ օրս Հայաստանում նման հարցերով զբաղվող կազմակերպությունները կանանց հիմնահարցերով զբաղվող ՀԿ-ներն են: Սա ամբողջ աշխարհում տարածված պրակտիկա է, քանի որ զոհերը վստահում են ավելի շատ այդպիսի կազմակերպություններին, քան պետականներին: ՀԿ-ները նաև ավելի պակաս բյուրոկրատական են և վերապրողի կարիքներին անդրադառնալիս՝ ավելի ճկուն: Բարեբախտաբար, 2018 թվականից ՀՀ աշխատանքի և սոցիալական հարցերի

Նախարարությունը նույնպես գնահատել է այն կարևոր աշխատանքը, որ կատարում են կանանց հիմնահարցերով զբաղվող ՀԿ-ները, և այն, որ ավելի արդյունավետ է նրանց սուբսիդավորելը, քան այդ գործառույթը պետությանը հանձնելը: Այնուամենայնիվ, պետությունը նույնպես պատասխանատու է ոլորտի համալսարանական մասնագետների պատրաստման համար: Այդ իսկ պատճառով մենք մշակում ենք այս ուղեցույցը, որտեղ ներկայացված են հիմնական սկզբունքները, թե ինչպես պետք է պայքարել և կանխել ընտանեկան բռնությունը, հզորացնել գենդերային հիմքով բռնության ենթարկված կանանց և նրանց երեխաներին: Այս փաստաթուղթն ուղեցույց է գենդերային հիմքով բռնության զոհերին առաջարկվող գործելակերպերի և ծառայությունների բարելավման համար: Այն նաև ներկայացնում է միջազգային լավագույն չափանիշները՝ բարձրորակ ծառայությունների մշակմանն աջակցելու համար:

► **Ուղեցույցի որոշ հիմնարար սկզբունքներն են**

- Թեև ուղեցույցը ներկայացնում է հրահանգներ լավագույն փորձի վերաբերյալ, սակայն յուրաքանչյուր զոհի պետք է դիտարկել որպես անհատի, ով ունի յուրահատուկ կարիքներ և արժանի է մեր տրամադրած հնարավոր լավագույն ծառայություններին և աջակցությանը:
- Մատուցվող ծառայությունները պետք է լինեն հետևողական, ժամանակին և գաղտնի:
- Բոլոր շահառուներին պետք է հարգալից և արժանապատիվ մոտեցում ցուցաբերել: Բռնությունը երբեք զոհի մեղքը չէ. ոչ ոք «արժանի» չէ այդպիսի վերաբերմունքի, և զոհերին երբեք չի կարելի մեղադրել կամ ստիպել անել որևէ բան իրենց կամքին հակառակ: Ձոհերը միշտ իրավունք ունեն մերժելու մեր աջակցությունը: Այս մասին կանդիդատներն աջակցության հաջորդ դասերում:
- Ընտանեկան բռնության միջամտությունը և կանխարգելումը բարդ ոլորտ է, որը պահանջում է տարբեր սոցիալական, առողջապահական և իրավական գերատեսչությունների աջակցությունը, որոնք աշխատում են կանանց, երեխաների և ընտանիքների հետ՝ ներառյալ դպրոցները, ոստիկանությունը, օրենսդրական մարմինները, հիվանդանոցները և նախարարական գերատեսչությունները: Հայաստանում ընտանեկան բռնության հարցին անդրադառնալու համար հանրությունը, ծառայություն մատուցողները և Կառավարության բոլոր օղակները պետք է ավելի

լավ տեղեկացված լինեն ընտանեկան բռնության վերաբերյալ և պետք է միասին աշխատեն փոխադարձ հարգանքի և թափանցիկության միջավայրում¹:

► **Բռնությունը կանխելու կարևոր սկզբունքներ**



**Պաշտպանություն
և անվտանգություն**

Ոչ ոք իրավունք չունի այլ անձի նկատմամբ բռնություն կիրառելու: Սա մարդու իրավունքների խախտում է: Յուրաքանչյուր անձ ազատության, անվտանգության և առանց ծեծվելու, պատժվելու կամ սպանվելու վախի ապրելու իրավունք ունի: Աջակցման կենտրոնի կամ սոցիալական աշխատողի միջամտության հիմնական նպատակը բռնության կանխումն է և կնոջ ու նրա երեխաների անվտանգությունն ապահովելը:



**Պատասխանատվություն
և հաշվետվողականություն**

Բռնությունը երբեք արդարացված չէ: Բռնության արարքի պատասխանատվությունը բռնարարինն է: Բռնություն գործադրող տղամարդիկ կամ կանայք պետք է պատասխանատու լինեն իրենց գործողությունների համար: Բռնարարը պետք է իր գործողությունների համար հաշվետու լինի, իսկ պատիժը պետք է լինի արագ և խիստ:



Հզորացում

Բռնության զոհերին պետք է օգնել նոր կյանք կառուցելու և ինքնուրույն որոշումներ կայացնելու: Մարդն ինքնորոշման իրավունք ունի:



**Հիմնական
ծառայություններ**

Գենդերային հիմքերով բռնության զոհի համար կան մի շարք ծառայություններ՝ առողջապահության, սոցիալական, ոստիկանության և արդարադատության, որոնք համարվում են հիմնական: Այս ծառայությունները պետք է պաշտպա-

1 Կանանց աջակցման կենտրոն, *Ուղեցույցներ ընտանեկան բռնության ծառայություն մատուցողների համար*, 2016թ., Երևան, էջ 9:

նեն գենդերային բռնության ենթարկված յուրաքանչյուր կնոջ կամ երեխայի իրավունքները, ապահովեն նրանց անվտանգությունը և բարեկեցությունը:



Սոցիալական ծառայություններ

Այս ծառայությունները պետք է տարբեր աջակցություններ տրամադրեն՝ ապահովելու գենդերային հիմքերով բռնության զոհերի ընդհանուր բարեկեցությունը, համագործակցեն պետական գերատեսչությունների հետ և հզորացնեն գենդերային բռնության զոհերին: Սովորաբար նման ծառայությունները տրամադրվում են ոչ կառավարական՝ քաղաքացիական հասարակական կազմակերպությունները:



Համակարգում

Ըստ լավագույն փորձի և միջազգային ստանդարտների՝ հիմնական ծառայությունները պետք է համակարգեն իրենց գործողությունները: Համակարգումը նաև անհրաժեշտ է կառավարման տարբեր օղակներում՝ ինչպես պետական, այնպես էլ տեղական: Բացի այդ՝ նրանք պետք է համագործակցեն, որպեսզի կիրառեն քաղաքականություններ, մեխանիզմներ և օրենքներ, որոնք կկանխեն բռնությունը, կպաշտպանեն զոհերին և կպատժեն բռնարարներին:



Զոհ/վերապրող

Ամբողջ աշխարհում «զոհ» բառը նշանակում է կին/անձ, ով ենթարկվել է գենդերային հիմքով բռնության և տառապում է դրա հետևանքով: «Վերապրող» բառը վերաբերում է կնոջ, ով կարողացել է դուրս գալ բռնարար հարաբերություններից, հաղթահարել տրավմայի հետևանքները և կարող է կրկին բնականոն կյանքով ապրել հասարակության մեջ:



▶ Դաս 1

Դասի նպատակն է ծանոթանալ միմյանց հետ:

Մասնակիցները պետք է ներկայանան՝ ասելով իրենց անունը, և պատասխանեն հետևյալ հարցերին.

1. Ինչ եք լսել ընտանեկան բռնության մասին:
2. Ո՞րն է Ձեր կարծիքը:
3. Դուք կամ որևէ անձ, որին ճանաչում եք, երբևէ ենթարկվել եք ընտանեկան բռնության: Ինչ եք մտածում դրա մասին:
4. Ինչ եք ակնկալում այս դասընթացից:

Դասընթացավարը պետք է գրանցի նրանց պատասխանները/կարծիքները և քննարկի դրանք նրանց հետ: Ապա խմբի հետ անհրաժեշտ է որոշել ընդհանուր վարվելաձևի կանոնները: Կարևոր է.

- Հարգել միմյանց:
- Կարծիքներն արտահայտելիս անկեղծ լինել:
- Չխոսել, երբ ուրիշն է խոսում, այլ լսել միմյանց:
- Դասին ակտիվորեն մասնակցել:

Մասնակիցները պետք է տանը կարդան ուղեցույցի նպատակները և ներածությունը:

▶ Դաս 2



ԸՆՏԱՆԵԿԱՆ ԲՈՆՈՒԹՅԱՆ ԸՆԴՀԱՆՈՒՐ ՆԿԱՐԱԳԻՐԸ

Կանանց և երեխաների նկատմամբ բռնությունը մարդու իրավունքների խախտում է: Ընտանեկան բռնությունը քանդում է ընտանիքները, և բռնարարները լուրջ և երկարատև հոգեբանական սպիներ են թողնում զոհերի վրա: Ուսումնասիրությունները ցույց են տալիս, որ նույնիսկ երբ երեխաները և ընտանիքի այլ անդամները ընտանեկան բռնության անմիջական զոհ չեն, բռնությանը ականատես լինելու հետևանքով կարող են տուժել այնքան, որքան բռնության ենթարկվողը: Այդ բնագավառում աշխատող սոցիալական աշխատողները պետք է հասկանան, որ անվտանգության ապահովումը և բռնությունից զերծ ընտանեկան միջավայրի ստեղծումը առողջ ընտանիքի վերջնանպատակն են²:

ՄԱԿ-ի «Կանանց նկատմամբ խտրականության բոլոր ձևերի վերացման մասին կոնվենցիայի» (CEDAW) թիվ 12 և 19 ընդհանուր խորհուրդները կոչ են անում պետություններին «տրամադրել պատշաճ պաշտպանական և աջակցման ծառայություններ ընտանեկան բռնության, բռնաբարության, սեռական բռնության և այլ տեսակի գենդերային հիմքով բռնությունների զոհերի համար»³: Այսպիսով՝ ՀՀ Կառավարությունն այս ծառայությունները տրամադրելու միջազգային պարտավորվածություն է ստանձնել, քանի որ վավերացրել է CEDAW կոնվենցիան:

Ընտանեկան բռնությունը, որը լայն տարածում ունի հայկական համատեքստում, գենդերային վնասակար կարծրատիպների և հայրիշխան հասարակության միջավայրի զագրելի դրսևորում է: Ըստ 2011 թվականի՝ Եվրոպայի անվտանգության և համագործակցության կազմակերպության հանձնարարած հետազոտության՝ իգական սեռի հարցվածների 60%-ն իր կյանքի ընթացքում ենթարկվել է ընտանեկան բռնության մեկ կամ ավելի տեսակի, իսկ զեկուցված ընտանեկան բռնության դեպքերի մոտ 40%-ը տեղի է ունեցել վերջին երկու տարվա ընթացքում:

2 Կանանց աջակցման կենտրոն, *Ուղեցույցներ ընտանեկան բռնության ծառայություն մատուցողների համար*, 2016թ., Երևան, էջ 10:
3 Կանանց նկատմամբ խտրականության բոլոր ձևերի վերացման մասին կոնվենցիա (CEDAW):



ՓԱՍՏԵՐ ԸՆՏԱՆԵԿԱՆ ԲՈՒՆՈՒԹՅԱՆ ՄԱՍԻՆ⁴

- ▶ Ընտանեկան բռնության է ենթարկվում յուրաքանչյուր չորս կանանցից մեկը: Սա Amnesty International-ի վիճակագրությունն է Հայաստանի համար⁵: Սա նաև վիճակագրական տվյալ է ամբողջ աշխարհի մասշտաբով, որը հաստատում են բազում հետազոտություններ:
- ▶ Ընտանեկան բռնության են ենթարկվում բոլոր սոցիալ-տնտեսական խավերի, ռասաների, կրոնների և տարբեր սեռական կողմնորոշում ունեցող մարդիկ: Ընտանեկան բռնությունը նույնքան լուրջ խնդիր է հարուստ, զարգացած, հավատացյալ ընտանիքներում կամ միասեռ ամուսնություններում/հարաբերություններում:
- ▶ Ընտանեկան բռնությունը հանկարծ ինքնատիրապետումը կորցնելը չէ կամ պատահական ապտակը կամ հարվածը, որը լուրջ չէ: Դա շարունակական, հսկող և բռնարար վարք է, որն ունի լուրջ հետևանքներ: Կարևոր չէ՝ բռնությունը պատահում է օրը մեկ անգամ կամ ամիսը մեկ անգամ թե տնտեսական բռնություն է, դա սովորաբար բռնության շարունակական ձև է, որը հանգեցնում է զոհի՝ իրեն անարժան զգալուն, ինքնագնահատականն ու վստահությունը կորցնելուն և բռնարարի՝ զոհի նկատմամբ հսկողությունը հզորացնելուն:
- ▶ Բռնարարները սովորական մարդիկ են, որոնց հանդիպում ենք առօրյա կյանքում: Նրանք հազվադեպ են ունենում անձի խանգարումներ կամ մտավոր հիվանդություններ: Հակառակը, բռնարարները գերազանց մանիպուլյատորներ են՝ հաճախ սիրված, հարգված և իրենց անձնական՝ զուգընկերոջ հետ հարաբերություններից դուրս ոչ ագրեսիվ: Սա կարող է այլ մարդկանց շփոթեցնել զոհին հավատալու հարցում:

4 Կանանց աջակցման կենտրոն, *Ուղեցույցներ ընտանեկան բռնության ծառայություն մատուցողների համար*, 2016թ., Երևան, էջ 20-22:

5 Amnesty International, *Armenia-No Pride in Silence: Countering Violence in the Family*, 2008թ., Երևան, AM:AI հրատարակչություն:

- ▶ Մյուս կողմից՝ բռնությունը նորմալ **ՉԷ**: Այն ձեռքբերովի վարք է, ոչ թե արտաքին իրադարձության նկատմամբ եղած «բնական» արձագանք: Բռնարարները գիտակցաբար որոշում են տվյալ իրավիճակում բռնություն կիրառել: Նրանք ժխտում են բռնության փաստը և նվազեցնում ազդեցությունները: Մեղադրում են զոհին կամ այլ մարդկանց իրենց բռնարար վարքի համար: Նրանք երբեք իրենց գործողությունների համար լիովին պատասխանատվություն չեն ստանձնում: Նույնիսկ մահվան ելքով ընտանեկան բռնության պարագայում բռնարարները կոծկում են իրենց զուգընկերոջ մահը՝ ասելով, թե կինն ինքնասպան է եղել, կամ դժբախտ պատահար է տեղի ունեցել, կամ որ ինքը եղել է զգացմունքների ազդեցության տակ:
- ▶ Բռնությունը բուժման ենթակա չէ: Եթե բռնարարներին իրենց գործողությունների համար պատասխանատվության չենթարկեն, նրանց վարքը չի փոխվի: Բռնարարները և զոհերը պետք է առանձին ապրեն, քանի որ պարզվել է, որ զայրույթի կառավարման կամ ամուսնական խորհրդատվության ուղղությամբ կատարվող աշխատանքներն իրականում զոհի համար իրավիճակն առավել վտանգավոր են դարձրել⁶: Զոհերին անհրաժեշտ է աջակցել և օգնել հեռանալու բռնարար հարաբերություններից:
- ▶ Բռնությունը զոհերի, հատկապես երեխաների վրա հարատև հոգեբանական սպիներ է թողնում: Բռնության պայմաններում մեծացող երեխաներն ավելի մեծ հավանականությամբ են փախչում տնից, բռնարար դառնում, հանցագործ վարք դրսևորում, հոգեբանական խնդիրներ ունենում և թմրանյութերի ու ալկոհոլի նկատմամբ կախվածություն ձեռք բերում⁷: Ընտանիքում բռնության մթնոլորտում մեծանալը ավելի լուրջ բացասական հետևանքներ ունի, քան առանց հոր մեծանալը:

6 Huffine, C., *12 Reasons why Couples Counseling is Not Recommended when Domestic Violence is Present*, Portland, OR.

7 Felitti, V.J. et al, *The Relationship of Adult Health Status of Childhood Abuse and Household Dysfunction*, American Journal of Preventive Medicine, հատոր 14, 1998թ., էջ 245-258:



ԻՆՉ Է ԸՆՏԱՆԵԿԱՆ ԲՈՒՆՈՒԹՅՈՒՆԸ

Բռնությունը գործողություն է, որի նպատակն է մի մարդու ենթարկել այլ մարդու կամքին բռնի և վնասակար կերպով: Պարտադիր չէ, որ բռնությունը ֆիզիկական բնույթ ունենա: Ընտանեկան բռնությունը կրկնվող վարք է մի զուգընկերոջ (կամ ազգականի) կողմից՝ հանգեցնելով այլ զուգընկերոջ նկատմամբ վերահսկողության: Բռնարարներն օգտագործում են տարատեսակ մարտավարություններ և ռազմավարություններ զոհերին և նրանց երեխաներին վերահսկելու նպատակով:

Բռնության տարբեր տեսակներ կարող են կիրառվել միևնույն ժամանակ: Թեև ֆիզիկական բռնությունը ամենատեսանելի ձևն է, այլ ձևերի կանոնավոր օգտագործումը նույնպես լայն տարածում ունի: Բռնարարներն օգտագործում են բռնության այս ձևերը «իրենց ուզածին հասնելու» կամ զոհին ցույց տալու համար, թե «ով է իշխողը»: Այլ կերպ ասած՝ բռնությունն օգտագործվում է ուժ և վերահսկողություն ձեռք բերելու համար, որոնք ընտանեկան բռնության հիմնական դրդապատճառներն են:

Հետազոտությունները ցույց են տվել, որ ընտանեկան բռնությունը առանձին գործողություն կամ առանձին անհատին առնչվող գործողություն չէ: Հակառակ պնդումն է ճիշտ. գենդերային հիմքերով բռնությունն ունի իր դինամիկական և օրինաչափությունները և կանանց նկատմամբ եղած սոցիալական ընկալման ուղիղ հետևանք է:

«ԸԲ դինամիկական համապատասխանում է այն իրավիճակին, երբ անձը բանտարկված է (կամ նրան սպառնում են կամ ենթարկվում է խոշտանգման): Նաև նման է այն իրավիճակին, երբ անձը պատանդ է»⁸:

Գծապատկեր 1-ում նկարագրվում են բոլոր տեսակի բռնությունները և բռնի վարքի ձևերը, որոնք կարող են ուղեկցել ֆիզիկական կամ սեռական բռնության միջադեպին: Թեև բռնության ոչ ֆիզիկական ձևերը ավելի դժվար է հայտնաբերել,

8 WAVE-Training Program on Violence against Women, էջ 140:

Նրանք ստեղծում են հարաբերությունների մեջ վախի և վերահսկողության մթնոլորտ, որն ունի երկարատև հոգեբանական ազդեցություններ: Հոգեբանական բռնությունը սովորաբար ուղեկցվում է ընտանեկան բռնության բոլոր այլ տեսակներով:

Հայաստանում և այլուր շատերը փորձում են նվազեցնել ընտանեկան բռնության դերը և այն համարում են ընտանեկան անհամաձայնության դրսևորում: Մենք տեսել ենք, որ դա այսպես չէ, քանի որ ընտանեկան բռնությունն ունի իր առանձնահատկություններն ու դինամիկան:



ԳԾԱՊԱՏԿԵՐ 1.
Ռիժի և վերահսկողության անիվ⁹

9 “Domestic Abuse Intervention Project Power and Control Wheel” (1984թ.), <http://www.theduluthmodel.org/training/wheels.html> կայքից:

ԹԵՐԹԻԿ

 **ՆԱ ՍԻՐՈՒՄ Է ԻՆՁ**

- Նրա հետ ապահով եմ զգում:
- Նրա հետ լավ եմ զգում:
- Նա ինձ լսում է:
- Գնահատում է իմ կարծիքը:
- Աջակցում է ինձ իմ որոշումներում:
- Ազնիվ է ինձ հետ:
- Ընդունում է, որ սխալ է:
- Հարգում է ինձ:
- Միշտ փորձում է պարզել, թե ինչպես եմ ինձ զգում:
- Ինձ չի արգելում տեսնել ընտանիքիս կամ ընկերներիս:
- Ինձ ուրախացնում է:
- Ինձ վստահում է:
- Ինձ հավասարի պես է վերաբերվում:
- Հարգում է ընտանիքիս:
- Հասկանում է, որ երբեմն ուզում եմ մենակ մնալ:
- Ինձ ընդունում է այնպիսին, ինչպիսին կամ:

 **ՆԱ ԻՆՁ ՉԻ ՍԻՐՈՒՄ**

- Չափազանց խանդոտ է:
- Չափազանց իշխող է:
- Փորձում է ինձ կառավարել/վերահսկել:
- Կորցնում է ինքնատիրապետումը և ագրեսիվ դառնում:
- Մշտապես մեղադրում է ինձ:
- Պահանջում է սեռական հարաբերություն իմ կամքին հակառակ:
- Հեռու է պահում ինձ ընտանիքիցս և ընկերներիցս:
- Ինքն է կայացնում բոլոր որոշումները:
- Նվաստացնում է ինձ այլ մարդկանց ներկայությամբ:
- Հարվածում և ծեծում է ինձ:
- Ինձ հաճախ լացացնում է:
- Վախեցնում է ինձ:
- Միշտ հետևում է ինձ:
- Վերցնում է իմ փողը և իմ իրերը:
- Սպառնում է, թե ինձ կլքի, եթե չանեմ իր ուզածը:
- Սպառնում է ինձ և իմ ընտանիքին:
- Միշտ ծիծաղում է ինձ վրա և անպատվում է ինձ:

 **Սրանք ԱՌՈՂՋ հարաբերությունների հատկանիշներ են:**

 **Սրանք ԲՈՒՆԱՐԱՐ հարաբերությունների հատկանիշներ են:**

▶ **Դաս 3**



ԻՆՉՆ Է ՀԱՆԳԵՑՆՈՒՄ ԸՆՏԱՆԵԿԱՆ ԲՈՒՆՈՒԹՅԱՆ

Ըստ Միացյալ Ազգերի Պեկինի գործընթացային հարթակի՝ «բռնություն կանանց դեմ» եզրույթը նշանակում է գենդերային հիմքերով ցանկացած բռնություն, որը հանգեցնում է կամ հավանական է, որ հանգեցնի կանանց ֆիզիկական, սեռական և հոգեբանական վնասի կամ տառապանքի, այդ թվում այդպիսի գործողություններ կատարելու սպառնալիքները, հարկադրանքը կամ ազատության կամայական զրկանքը՝ լինի դա հանրային, թե մասնավոր կյանքում»¹⁰: Այս ռազմավարությունների նպատակն է զոհի նկատմամբ վերահսկողություն սահմանել: Բռնությունը կրկնվող բնույթ ունի, թողնում է լուրջ տրավմատիկ ազդեցություններ, որոնք բռնարարին օգնում են զոհին թուլացնելու և մեկուսացնելու՝ նրան լիովին անօգնական դարձնելով:

«Կանանց նկատմամբ բռնությունը տղամարդկանց և կանանց միջև պատմականորեն անհավասար ուժի դրսևորումն է, որը հանգեցրել է կանանց նկատմամբ տղամարդկանց գերիշխող և խտրական դիրքի և կանանց ամբողջական զարգացման կանխման»¹¹:

Ընտանեկան բռնության զոհերի 90%-ից ավելին կանայք են¹²: Ահա թե ինչու ենք հիմնականում կանանց դիտարկում որպես զոհ: Կանանց նկատմամբ բռնությունը պետք է դիտարկել և վերլուծել սեռային հարաբերությունների պատմական, քաղաքական և սոցիալական համատեքստերում: Եթե ցանկանում ենք փոխել այս վարքը, ապա ընտանեկան բռնությունը պետք է դիտարկենք ոչ թե որպես առանձին խնդիր կամ դիսֆունկցիոնալ շփման հարց, այլ հայրիշխան համակարգի համատեքստում, որտեղ գերակա են սեռային կարծրատիպները, որոնք հանգեցնում են սեռական անհավասարության և, հետևաբար, նաև ընտանեկան բռնության:

10 United Nations, *The Beijing Declaration and the Platform for Action, Fourth World Conference on Women*, Beijing, 4-15 սեպտեմբեր, 1995թ.:
11 ՄԱԿ, 1996:75:
12 WAVE, *Away from Violence*, Վիեննա, 2003թ.:

Հայաստանը նույնպես հայրիշխան հասարակություն է, ինչը նշանակում է, որ ավանդական մշակութային համոզմունքները սովորաբար կանանց վերագրում են ստորադաս դեր և ավելի քիչ իշխանություն, քան տղամարդկանց: Ամուսնության մեջ հայ տղամարդկանց սովորեցնում են, որ նրանք *տեր* են, մինչդեռ հայ կանանց սովորեցնում են, որ նրանք *հնազանդ* են, և որ հասարակության մեջ նրանց ամենակարևոր դերը *օջախ՝ տուն պահելն է* և ընտանիքին խնամելը: Սա տղամարդկանց արտոնություն է տալիս, որ ընտանիքում վերահսկեն կանանց և որոշումներ կայացնեն նաև նրանց փոխարեն: Ոմանք նույնիսկ կարծում են, որ տղամարդիկ պետք է ծեծեն իրենց կանանց, եթե վերջիններս նրանց չհնազանդվեն: Այսպիսի իրավիճակը քաջալերում է վերահսկողությունը և բռնությունը և հայ կանանց համար շատ է դժվարացնում բռնարար հարաբերությունները լքելը: Երեխաները հաճախ հետևում են այս գաղափարներին և ամոթանք են տալիս իրենց մայրերին, որ վերջիններս չլքեն բռնարարին:

Մենք նաև նշել ենք, որ ընտանեկան բռնությունը ձեռքբերովի վարք է, այսինքն՝ այսպիսի ընտանիքներում մեծացող տղաներն իրենց հետագա հարաբերություններում ևս դառնում են բռնարարներ: Նաև, ավանդաբար, երբ հայ կանայք ամուսնանում են, տեղափոխվում են ամուսնու բնակարան: Հայաստանում շատ է գնահատվում մեծերի նկատմամբ հարգանքը, և հարսներից ակնկալվում է ենթարկվել սկեսուրի կամքին, ով, ենթադրվում է, ավելի բանիմաց է ու սովորեցնում է նրան ինչպես վարել կենցաղը: Սակայն հաճախ տեսնում ենք, որ սկեսուրները ևս հարսների նկատմամբ ուժ և վերահսկողություն են բանեցնում, նույնպես բռնարար են ու վտանգավոր:

 **ԿԱՌՈՒՑՎԱԾՔԱՅԻՆ ԲՈՒՆՈՒԹՅՈՒՆ
ՀԱՍԱՐԱԿՈՒԹՅԱՆ ՄԵՋ**

Ընտանեկան բռնությանը անդրադառնալիս ծառայություն տրամադրողները պետք է հավատան կանանց իրավունքներին և հետևեն ֆեմինիստական սկզբունքներին՝ աջակցելով և հզորացնելով կանանց ու երեխաներին:

Մենք մեծանում ենք գենդերային կարծրատիպներով, որ հասարակությունը սերմանել է մեր մեջ, այն է՝ որ այս ամենը նորմալ է: Սակայն իրականում սրանք այն սերմերն են, որոնք առաջացնում են սեռային անհավասարությունը և, այսպիսով, խթանում տղամարդկանց գերակա իրավունքը և կանանց ենթակայությունը:

Օրինակ՝ մեր հասարակությունում ընդունված է, որ կանանց դերն է մնալ տանը, իսկ տղամարդու խանդը սիրո նշան է համարվում: Կնոջ ազատությունը և մտավոր զարգացումը խոչընդոտելը, նրան մեկուսացնելը և երեխաների խնամքով սահմանափակելը նրա նկատմամբ գերակայության ձև է:

Աշխատող կինը, որը խնամք է տանում ընտանիքի և տան համար, բավարար չի քնում և բավական էներգիա չունի, սակայն մշտապես պիտի լինի ուրախ և լավ տեսք ունենա: Հասարակության կողմից կնոջ նկատմամբ սահմանված այս ակնկալիքները և պահանջները չափազանց մեծ են:

Աշխատանքի դիմաց կանանց վճարում են ավելի քիչ, քան տղամարդկանց: Կանայք ավելի քիչ են ներգրավված ղեկավար պաշտոններում, կառավարությունում կամ որպես տարբեր ոլորտների փորձագետներ: Այսպիսով՝ հասարակությունը կնոջ թերագնահատված պատկեր է հրամցնում:

Որպես կանոն, աշխատավայրում ակնկալվում է, որ կանայք պետք է տղամարդկանց համար սուրճ պատրաստեն, կամ նրանց հանձնարարվում է կատարել իրենց տղամարդ ղեկավարների առաջադրանքները: Բացի այդ՝ նրանց հաճախ խնդրում կամ ստիպում են իրենց ղեկավարների հետ սեռական հարաբերություն ունենալ կամ հնազանդ վարք դրսևորել՝ սպառնալով, որ աշխատանքից կհեռացնեն:

Հայրիշխան հասարակությունում տղամարդիկ արտոնյալ են, նրանք են սահմանում կանոնները, գերիշխում, նրանք են պատասխանատու տան համար՝ կայացնելով բոլոր որոշումները՝ միևնույն ժամանակ տան նկատմամբ որևէ պատասխանատվություն չստանձնելով:

Այո՛, կանանց նկատմամբ քաղաքավարությունը դրսևորվում է նրանց համար դուռը բաց պահելով, ավտոբուսում տեղ զիջելով կամ ծանր տոպրակները վերցնելով, սակայն սա մակերեսային քաղաքավարություն է:

ԱՌԱՋԱԴՐԱՆՔ

Ցույց տալ սերիալներում գենդերային կարծրատիպների և բռնության վերաբերյալ տեսանյութ՝ բացատրելով, թե ինչպես են դրանք դրսևորվում հասարակության մեջ ու նաև առօրյա կյանքում՝ այսպիսով հասարակությունում ստեղծելով կանանց բացասական կերպար:

ԴԱՍԸՆԹԱՑԱՎԱՐ

Քննարկե՛ք տեսանյութը և կառուցվածքային բռնության այլ դրսևորումները հասարակությունում: Քննարկե՛ք և բացատրե՛ք գենդերային կարծրատիպների ազդեցությունները: Կազմե՛ք տղամարդկանց և կանանց վերաբերյալ կարծրատիպների ցուցակ ու նշե՛ք, թե ինչպես են դրանք ազդում մեր մշակույթում գենդերային հավասարության վրա: Դա ընտանեկան բռնության հիմնական պատճառն է, երբ բռնարարը կարծում է, որ կինն իր սեփականությունն է, և ինքը կարող է անել, ինչ ուզի:

▶ Դաս 4



ԸՆՏԱՆԵԿԱՆ ԲՈՒՆՈՒԹՅԱՆ ՎԵՐԱԲԵՐՅԱԼ ՄԻՖԵՐ ՈՒ ՓԱՍՏԵՐ

ԹԵՐԹԻԿ՝ միֆերի ցանկ¹³



Բաժանեք հարցաթերթիկները, որպեսզի մասնակիցները լրացնեն դասին, և ապա քննարկեք պատասխանները:

1. Կանանց նկատմամբ բռնություն գործադրող տղամարդիկ Երևանից դուրս են բնակվում:

Ճիշտ է:

Սխալ է:

2. Կանանց նկատմամբ Հայաստանում հազվադեպ է բռնություն գործադրվում:

Ճիշտ է:

Սխալ է:

3. Բռնարար տղամարդիկ հոգեպես հիվանդ են, չեն աշխատում, սոցիալապես անտեսված են:

Ճիշտ է:

Սխալ է:

4. Բռնարար տղամարդիկ տեսել են, թե ինչպես է իրենց հայրը իրենց մոր նկատմամբ բռնություն գործադրում:

Ճիշտ է:

Սխալ է:

5. Որոշ կանանց գրավում են տղամարդիկ, որոնք իրենց նկատմամբ բռնություն են գործադրում:

Ճիշտ է:

Սխալ է:

6. Կնոջը ուղղակի առիթ է պետք տղամարդուց հեռանալու համար:

Ճիշտ է:

Սխալ է:

13 Հարցերն ու պատասխանները վերցված են WAVE-Training program on violence against women, էջ 100-102 և էջ 133-139:

7. Բռնություն գործադրող տղամարդիկ հաճախ ակոհողային կախվածություն ունեն:

Ճիշտ է: Սխալ է:

8. Տղամարդիկ բռնություն են գործադրում, երբ հարբած են ու չեն գիտակցում, թե ինչ են անում:

Ճիշտ է: Սխալ է:

9. Կանայք հրահրում են տղամարդկանց և մանիպուլյատորներ են:

Ճիշտ է: Սխալ է:

10. Կանայք նույնպես հարվածում են տղամարդկանց: Զույգը բռնի հարաբերություններ ունի:

Ճիշտ է: Սխալ է:

11. Բռնությունը մի օր կդադարի: Տղամարդը կարող է փոխվել:

Ճիշտ է: Սխալ է:

12. Պոռնոգրաֆիան և կանանց նկատմամբ բռնությունը տարբեր խնդիրներ են:

Ճիշտ է: Սխալ է:

13. Կանանց նկատմամբ բռնությունը ոչ թե հասարակական, այլ ընտանեկան խնդիր է:

Ճիշտ է: Սխալ է:

14. Նա կարող է լավ հայր լինել, նույնիսկ եթե հարվածում է իր կնոջը:

Ճիշտ է: Սխալ է:

15. Ընտանեկան բռնությունը այդքան էլ լուրջ հարց չէ. բոլոր զույգերն էլ երբեմն վիճում են:

Ճիշտ է: Սխալ է:



Սրանք ամենահաճախ հանդիպող միջերն են ընտանեկան բռնության մասին, որ Հայաստանում ևս լայն տարածված են:

ՊԱՏԱՍԽԱՆՆԵՐ

1. և 2. Ընտանեկան բռնության հարցերով աջակցման կենտրոններ գործում են Հայաստանի ամբողջ տարածքում, որոնք գրանցում են դեպքեր Հայաստանի ինչպես գյուղական, այնպես էլ քաղաքային շրջաններում: Եթե համաչափ դիտարկենք բնակչությունը, ապա կարող ենք փաստել, որ ընտանեկան բռնությունը մոլեգնում է ամենուր, և այն հազվադեպ երևույթ չէ, ինչպես նշված է ԵԱՀԿ 2011 թվականի զեկույցում:
3. «Այս ամենը հաստատող հետազոտություն չկա: Կանանց նկատմամբ տղամարդկանց բռնությունը չի վերագրվում միայն որոշակի տիպի տղամարդկանց: Կանանց նկատմամբ բռնությունը տեղի է ունենում բոլոր սոցիալական խավերում՝ հարուստ թե աղքատ, առողջ թե հիվանդ, վատ թե լավ կրթություն ունեցող»¹⁴:
4. Մենք գիտենք, որ ընտանեկան բռնությունը ձեռքբերովի վարք է, ինչը նշանակում է, որ երիտասարդ տղաներն իրենց ընտանիքներում բռնության ականատես են եղել, սակայն սա միակ պատճառը չէ, քանի որ կան բազմաթիվ տղամարդիկ, որոնք իրենց ընտանիքներում բռնության ականատես չեն եղել:
5. Եվս մեկ միջ է: Որևէ գիտական ապացույց չկա: Բռնարար տղամարդիկ նոր հարաբերություններ են սկսում և շարունակում են բռնություն գործադրել: Այսպիսով՝ ոչ թե կինն է ընտրում բռնարար տղամարդու, այլ տղամարդն է շարունակում բռնարար մնալ: Մարդիկ հաճախ սխալմամբ պիտակավորում են զոհերին՝ նրանց վերագրելով որոշակի բնավորության գծեր, որոնք գրավում են բռնարարներին, և այսպիսով բռնության պատասխանատվությունը սխալմամբ բարդում են զոհի վրա:
6. Ընտանեկան բռնությունը հաճախ սկսվում է աստիճանաբար, և որոշ կանայք այն նույնիսկ չեն ընկալում որպես բռնություն: Սովորաբար այն սկիզբ է առնում վերահսկող հարաբերություններից, որտեղ բռնարարը չափազանց խանդոտ է և ուզում է, որ կինն ամբողջ ժամանակն իր հետ անցկացնի, և մեկուսացնում է նրան իր ընտանիքից և ընկերներից: Շատ

14 Նույնը, էջ 133:

կանայք սա սխալմամբ համարում են տղամարդու կողմից սիրո դրսևորում: Առաջին ապտակից հետո այս կանայք անակնկալի են գալիս՝ չսպասելով նման քայլ այն տղամարդուց, որին սիրում և վստահում են: Հետո կինը սկսում է մեղադրել ինքն իրեն և արդարացնել տղամարդուն: Ժամանակի ընթացքում կինը բռնարարից լիովին կախվածություն է ձեռք բերում, և նրան լքելը ավելի է դժվարանում: Կնոջ անվտանգության տեսակետից ամենառիսկային պահն այն է, երբ նա լքում է իր նկատմամբ բռնություն կատարած անձին:

- 7.** Մեր շահառուներից ստացված տվյալները ցույց են տալիս, որ բռնարարների մեծամասնությունը ակոհողային կամ թմրանյութային կախվածություն չունեն:
- 8.** Ակոհողը բռնության պատճառ չէ: Բռնարարը վերահսկող վարքագիծ է դրսևորում սթափ վիճակում: Ակոհողը խթան է, քանի որ տղամարդը դրսևորում է անզուսպ վարքագիծ և սկսում է ծեծել: Այնուամենայնիվ, նա լիովին գիտակցում է, թե ինչ է անում, և օգտագործում է հարբած լինելու փաստը իր գործողություններն արդարացնելու համար:
- 9.** Հաճախ այս միջը լսում ենք նույնիսկ ոստիկաններից կամ դատավորներից: Այն խոր արմատներ ունի և բավական տարածված է: «Այս միջը հիմնվում է մի քանի ենթադրության վրա. այն, որ բռնությունը արձագանք է, որ տղամարդն է հարաբերությունների բնույթը որոշողը, և որ երբ անցնում են իր սահմանած «չափերը», նա իրավունք ունի բռնություն գործադրելու: «Հրահրման» ցանկացած մատնանշում նշանակում է, որ մենք մեղադրում ենք կնոջը, իսկ տղամարդուն՝ ազատում պատասխանատվությունից: Այլ հանցանքների պարագայում որևէ մեկը չէր էլ մտածի զոհին մեղադրելու մասին»¹⁵:
- 10.** Երբ կանայք բռնություն են գործադրում իրենց զուգընկերների նկատմամբ, դա գրեթե միշտ ինքնապաշտպանական բնազդի դրսևորում է: Տղամարդկանց հասցրած հարվածները հաճախ կնոջ հոսպիտալացման պատճառ են դառնում, ինչը չի կարելի ասել կանանց հասցրած հարվածների մասին:

15 Նույնը, էջ 136:

11. Բռնության ենթարկված շատ կանայք կարծում են, որ բռնությունը կարող է դադարել: Սա միջ է, քանի որ տղամարդու վարքը գրեթե երբեք չի փոխվում: Երեխային այցելելու սահմանափակումները կամ բանտարկվելու վախը կարող են տղամարդուն հետ պահել ֆիզիկական բռնությունից, սակայն հոգեբանական բռնությունը շարունակվում է:
12. Սովորաբար տղամարդիկ են դիտում պոռնոգրաֆիա, որտեղ կինը հիմնականում ներկայացված է նվաստացուցիչ լույսի ներքո, ինչն էլ բռնարար տղամարդիկ օգտագործում են իրենց ցանկությունները բավարարելու համար:
13. Ընտանեկան բռնությունից տառապող ընտանիքները Հայաստանում հիմնականում աղքատ են, քանի որ կնոջը չի թույլատրվում տնից դուրս աշխատել կամ կրթություն ստանալ: Վերքերի հիվանդանոցային բուժումը, ինչպես նաև տրավմայի պատճառով առաջացած հիվանդությունները, բուժման և իրավաբանական ծախսերն ու բանտարկումը բացասաբար են անդրադառնում հասարակության վրա և պետության վրա թանկ են արժենում:
14. «Ըստ միջազգային հետազոտությունների՝ այն երեխաների 90%-ը, որոնց մայրերը բռնության են ենթարկվում, բռնության ականատես են լինում: Երեխաների 40-70%-ը նույնպես բռնության զոհ է դառնում, իսկ այս երեխաների 30%-ը սեռական բռնության է ենթարկվում»¹⁶: Շատ հայ կանայք մտածում են, որ երեխային հայր է պետք: Սակայն բռնություն գործադրող հայրը երեխայի զարգացման տեսակետից ավելի վատ է, ինչպես կտեսնենք 7-րդ դասում:
15. Հաճախ մարդիկ շփոթում են ընտանեկան բռնությունը զույգերի վիճաբանության հետ: Այս երևույթները բոլորովին տարբեր են: Անհամաձայնություններ կան յուրաքանչյուր հարաբերությունում: Այնուամենայնիվ, երբ այլ մարդու նկատմամբ ուժ և վերահսկողություն է առկա, և զոհն ապրում է շարունակ վախի մեջ, իրավիճակն այլ է: Ընտանեկան բռնությունը կրկնվող երևույթ է և ժամանակի ընթացքում ուժգնանում է: Բռնարարը գիտակցաբար փորձում է իր զոհին անօգնական և իրենից լիովին կախյալ դարձնել: Զույգի սովորական վիճաբանություններում այս երևույթը բացակայում է:

16 Նույնը, էջ 138:

ԴԱՍԸՆԹԱՑԱՎԱՐ



Դասընթացավարը պետք է նաև քննարկում ծավալի այս միջերի շուրջ, որոնց Հայաստանում հաճախ ենք բախվում:

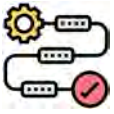
ՄիՖ Ցածր ինքնագնահատականի պատճառով զոհերը հաճախ սկսում են բռնի հարաբերություններ:

Փաստ Ըստ ավանդական տեսությունների՝ ենթադրվում էր, որ նորմալ ինքնագնահատական ունեցող անձինք իրենց «թույլ չեն տա» բռնության ենթարկվել զուգընկերների կամ ամուսինների կողմից: Սակայն իրականում ուսումնասիրությունները ցույց են տալիս, որ ընտանեկան բռնության զոհերի միակ ընդհանրությունն այն է, որ նրանք կին են: Ցածր ինքնագնահատականի տեսությունը, ըստ որի՝ այդպիսի ինքնագնահատականով զոհերը սկսում են բռնի հարաբերություններ, որևէ լուրջ հիմնավորում չունի: Այնուամենայնիվ, որոշ զոհեր կարող են ինքնագնահատականի անկում ունենալ բռնության ենթարկվելու պատճառով, քանի որ բռնարարները հաճախ նսեմացնում, նվաստացնում և քննադատում են զոհերին:

ՄիՖ Հանցագործները բռնության են ենթարկում զոհերին, երբ խոր սթրեսային վիճակում են կամ գործազուրկ են:

Փաստ Սթրեսը կամ գործազրկությունը ծեծողներին չի դրդում բռնություն կատարելու իրենց զուգընկերոջ նկատմամբ: Քանի որ ընտանեկան բռնությունը սոցիալ-տնտեսական սահմաններ չի ճանաչում, այն չի կարելի բացատրել գործազրկությամբ կամ չունևորությամբ: Նմանապես, եթե ընտանեկան բռնության դրդապատճառը սթրեսն է, ապա ծեծողները կհարձակվեին ոչ թե իրենց զուգընկերոջ, այլ իրենց ղեկավարների կամ աշխատակիցների վրա: Ընտանեկան բռնությունն աճում է, քանի որ հասարակությունը ներում է ամուսնու կամ զուգընկերոջ գործադրած բռնությունը, և որովհետև բռնարարները սովոր են, որ կարող են իրենց ուզածը ստանալ ուժի միջոցով՝ առանց լուրջ պատասխանատվության ենթարկվելու:

▶ Դաս 5



ՀԱՍԿԱՆԱԼ ԸՆՏԱՆԵԿԱՆ ԲՈՆՈՒԹՅՈՒՆԸ

Չ պետք է շփոթել ընտանեկան բնությունը զուգընկերների միջև ծագած վեճի կամ վիճաբանության կամ քույր-եղբայրների միջև ընդհարման հետ: Ընտանեկան բնությունը բնույթով լիովին տարբերվում է և երկարատև է:

Ինչպես արդեն նշվել է, ընտանեկան բնությունը կրկնվող վարքագիծ է, որտեղ բռնարարը հստակ գիտի, թե ինչ պետք է անել զոհին կոտրելու և նրան հուզականորեն իրենից կախյալ դարձնելու համար: Այսպիսով՝ զոհի համար ավելի է դժվարանում հեռանալը: Շատ դեպքեր վերլուծելիս հաճախ տեսնում ենք գրեթե կանխամտածված «ծրագիր», թե ինչպես կարելի է զոհին ենթարկել բռնարարին:

Բազմաթիվ կանայք բռնության դեմ պաշտպանվելու որևէ միջոց չունեն, ինչը կարող է տևել երկար տարիներ՝ նույնիսկ բռնարարից բաժանվելուց հետո:

Ընտանեկան բնությունը, ըստ էության, տարբերվում է բռնության այլ ձևերից, քանի որ բնությունը կատարվում է մի մարդու կողմից, որին զոհը սիրում և վստահում է, և այն երկարատև է: Ընտանեկան բռնության հարաբերությունների մեծ մասը բռնությամբ չի սկսվում: Իրականում հաճախ հարաբերությունները, որոնք ավարտվում են ընտանեկան բռնությամբ, սկսվում են ուրախ և առողջ մթնոլորտում: Փաստորեն բռնության աստիճանաբար դրսևորումն է, որ զոհի համար դժվարացնում է բռնարարի ընկալումը որպես այդպիսին և նրա համար դժվար է դարձնում հեռանալը կամ օգնության դիմելը: Ընտանեկան բնությունը ժամանակի ընթացքում ավելի հաճախակի և ավելի դաժան է դառնում ու կարող է մահվան ելք ունենալ:



Վկայություն 1

«Մեր ամուսնության սկզբում ամեն ինչ լավ էր: Իրար շատ էինք սիրում: Չեմ հիշում, թե կոնկրետ երբ սկսվեց, բայց չեղած տեղը շատ էր նյարդայնանում: Ես փորձում էի հնարավոր ամեն ինչ անել, որ նրան գոհացնեմ, բայց, կարծես, ինձ մոտ ոչինչ չէր ստացվում: Մտածեցի, որ երբ երեխա ունենանք, ավելի մոտ կլինենք իրար, բայց երբ հղի էի, վրաս զայրանում էր՝ ասելով, որ միայն երեխայի մասին եմ մտածում: Սկսեց ինձ հարվածել, նույնիսկ փորիս: Շատ տխուր ու վախեցած էի ու վախենում էի երեխային կորցնելուց, բայց հետո ծաղիկներով գալիս ու ներողություն էր խնդրում: Սիրում էի նրան, ու երբ ներողություն էր խնդրում, հավատում էի: Կարծում էի, որ ամեն ինչ լավ կլինի, բայց դրա փոխարեն վիճակը անընդհատ վատանում էր: Տարիներ անցան, ու ծեծը ահագնանում էր և ավելի ու ավելի հաճախ էր դառնում: Չգիտեի, թե ինչու է ինձ ծեծում. ուզում էի հասկանալ, բայց, կարծես, միշտ ինչ-որ անսպասելի բանից էր բռնկվում: Չեմ կարող վերհիշել: Մի անգամ, երբ ծեծը շատ դաժան էր, ու նույնիսկ խոսել չէի կարող, իսկ շրթունքներս ու աչքերս ուռել էին, աղաչեց, որ ներեմ: Ասաց, որ կփոխվի ու իմ նկատմամբ շատ բարի էր, երեխաներին նվերներ բերեց ու օգնեց, որ փունը հավաքեմ: Կարծեցի, որ վախեցավ, որ կարող էր ինձ սպանել, կամ որ կարող էի թողնել նրան: Նույնիսկ խղճացի, քանի որ շփոթված տեսք ուներ: Չգիտեի ինչ անել: Ամաչում էի որևէ մեկին պատմելուց: Մտածում էի հեռանալու մասին, բայց փող ու գնալու տեղ չունեի: Կարծում էի, որ երեխաներիս հայր է անհրաժեշտ: Բայց երեխաները նույնպես վախեցած էին: Մեծ աղջկա մոտ 5 փարեկանում գիշերամիզություն սկսվեց: Չգուց էի, որ հորից սարսափում է: Հույս ունեի, որ վերջին անգամ ծեծելուց հետո էլ չէր ծեծի, բայց հետո ամեն ինչ կրկնվում էր: Նրա մեղմ վերաբերմունքը չքանում էր: Ստիպում էր սեռական հարաբերություն ունենալ, նույնիսկ երբ լավ չէի զգում կամ մի անգամ, երբ բարձր տաքություն ունեի: Մի անգամ՝ ամուսնությունից 9 փարի անց, սպառնաց ինձ, որ կսպանի: Վերջրեց խոհանոցի դանակը ու սպառնաց ինձ: Կարծեցի, որ մեռնելու եմ: Հասկացա, որ պիտի փախչեմ... Անկառավարելի էր դառնում, ու չգիտեի, թե իր հաջորդ քայլը որն է լինելու: Ես դեռ հիշում եմ, թե որքան էի նրան սիրում: Երբեմն նույնիսկ կարող եմ զգալ դա»:

– Անահիտ, 33 տ.

Ի նչպես երևում է Անահիտի պատմությունից, բռնությունը հաճախ բարդ հարաբերության մաս է, որը ներառում է դրական ու սիրառատ պահեր, որոնք զոհին շփոթեցնում ու մանիպուլյացիայի են ենթարկում: Այս օրինաչափությունը կամ շրջանը մանրամասն փաստագրվել է ու կարելի է ներկայացնել հետևյալ կերպ.



ԲՈՆՈՒԹՅԱՆ ՇՐՋԱՆ

1. **Լարվածության առաջացման փուլ.** փողի, երեխաների կամ աշխատանքի հետ կապված լարվածություն է առաջանում: Սկսվում է վերբալ բռնությունը: Ջոհը փորձում է կառավարել իրավիճակը՝ գոհացնելով բռնարարին, համաձայնելով նրա հետ կամ խուսափելով բռնությունից: Ջոհին դա չի հաջողվում: Ի վերջո լարվածությունը հասնում է սահմանային կետին, ու սկսվում է ֆիզիկական բռնությունը:
2. **Բռնկման պահ.** սկսվում է ֆիզիկական բռնությունը: Այն սովորաբար առաջանում է ոչ թե զոհի վարքի, այլ արտաքին իրադարձության կամ բռնարարի հուզական վիճակի պատճառով: Սա նշանակում է, որ ծեծը անկանխատեսելի է ու զոհի կողմից չվերահսկվող:
3. **Մեղրամսի փուլ.** բռնարարը ամաչում է իր վարքից: Նա զղջում է, փորձում նվազագույնի հասցնել բռնությունը կամ մեղադրում է իր զուգընկերոջը: Կարող է նույնիսկ ներողություն խնդրել ու սիրող, բարի, առատաձեռն ու օգնող վարք դրսևորել: Կարող է անկեղծ փորձել համոզել զուգընկերոջը, որ բռնությունը չի կրկնվի: Այսպիսի վարքը ուժեղացնում է կապը զուգընկերների միջև կամ զոհին մանիպուլյացիայի է ենթարկում և համոզում նրան կրկին ու կրկին, որ չպետք է հեռանալ: Ջոհերի համար սա կարող է ամենավտանգավոր փուլը լինել, քանի որ «լավ ժամանակների» հավատ է սերմանում և բռնարարից հուզական կախվածություն առաջացնում: Այս փուլը նաև վսասակար է երեխաների համար, որովհետև ծնողների վարքի շփոթեցնող և անհամաչափ պատկեր է ստեղծվում, որտեղ սերը նույնականացվում է բռնության հետ:

Այս փուլերը կարող են տևել ժամեր, օրեր, ամիսներ կամ տարիներ. յուրաքանչյուր հարաբերությունում այն տարբեր է, սակայն հարաբերությունների ընթացքում կարող է զարգանալ, ընդ որում՝ մեղրամսի փուլը հաճախ ավելի և ավելի կարճ է

դառնում: Բռնարարները կարող են տարբեր հատկանիշներ/կողմեր դրսևորել. կարող են լինել մերթ բռնի, մերթ հոգատար և սիրալիր: Հաճախ տնից դուրս նրանք բռնարար չեն, այնպես որ մարդկանց դժվար է հավատալ, որ տանը նրանք բռնություն են կիրառում: Երբեմն էլ ընտանիքի անդամներն ու ընկերները ականատես են լինում և նույնիսկ մասնակցում բռնությանը կամ թույլ տալիս, որ այն շարունակվի, որովհետև վախենում են դրա մասին բարձրաձայնելուց: Շատ հաճախ բռնության պատասխանատվությունը գրհի վրա են բարդում:



Վկայություն 2. «Գայանե»

Գայանեն ամուսնացած է եղել 15 տարի և 2 երեխա ունի: Ամուսնանալուց որոշ ժամանակ անց նա թողեց վարսահարդարի իր գործը, որ տնային տնտեսուհի և մայր լինի: Ամուսինը հենց այդ ժամանակ սկսեց նրան ծեծել: Երբ նա հղի էր, և ամուսինը ծեծում էր նրան, Գայանեն անհանգստանում էր իր չծնված երեխայի համար ու ամեն ինչ անում էր, որ հնարավորինս չզայրացնի ամուսնուն: Ուզում էր նրան գոհացնել ու լավ կին լինել, բայց ինչ էլ որ անում էր, բավարար չէր: Տունը լավ չմաքրելու կամ ժամանակին ուտելիք չպատրաստելու համար ամուսինը ծեծում էր նրան՝ անկախ նրանից, թե վատ կամ լավ էր պատրաստում սնունդը: Թվում էր՝ բացարձակ առանց որևէ պատճառի է նրան ծեծում: Երբ նա մորը պատմեց դրա մասին, մայրն ասաց, որ պետք է փորձի ամուսնուն չզայրացնել, ու որ նա պիտի իր ընտանիքն ամուր պահի: Մայրն ասաց, որ նա լավ հայր ու տան գլուխ է, ու որ աղջիկը պիտի դադարի բողոքելուց: Ամուսինը սկսեց խմել, ու ծեծը ավելի դաժան էր, երբ նա հարբած էր: Շուտով նա դարձավ չափազանց խանդոտ. կնոջը թույլ չէր տալիս որևէ մեկի հետ խոսել կամ տնից դուրս գալ, նույնիսկ իր ընտանիքի անդամներին տեսնել: Անպատվում էր նրան՝ անվանելով «տգեղ կով» ու ասելով, թե նա անպետք է ու ոչ մի բան չի կարող ճիշտ անել: Եթե կինը արձագանքում էր, ծեծում էր նրան, այնպես որ կինը դադարեց խոսելուց: Շատ փխուր էր, բայց չէր ուզում երեխաներին թողնել ու չէր ուզում, որ երեխաները առանց հոր մեծանային: Հույս էլ չուներ, որ ինչ-որ բան դեպի լավը կարող է փոխվել: Մի քանի անգամ անդադար նրան այնպես ծեծեց, որ կարծեց՝ կմահանա: Փորձեց գնալ ծնողների մոտ, սակայն նրանք նրան մեղադրեցին երեխաներին առանց հոր ու առանց փողի թողնելու ու նրանց անպատվելու համար: Ինչ կասեին հարևանները: Իսկ երեխաներին ինչպե՞ս էր տեր կանգնելու: Ծնողները նրան հետ չէին ընդունում: Իրավիճակն անտանելի դարձավ, ու մի օր նա իր երեխաների հետ ապաստարան եկավ»:

Գայանեի և Անահիտի պատմությունները սովորական են և ցույց են տալիս ընտանեկան բռնության բնույթը ընդհանրապես և Հայաստանում հատկապես: Այս օրինակները ցույց են տալիս, թե ինչու է բռնության ենթարկված կանանց համար դժվար հեռանալ:

ԴԱՍԸՆԹԱՑԱՎԱՐ

Քննարկե՛ք այս երկու վկայությունները և բռնության շրջանն ու կրկնվող բնույթը: Մենք կտեսնենք դրանց արդյունքը հաջորդ դասերի ընթացքում, երբ կքննարկենք տրավմայի հետևանքները:

ԱՌԱՋԱԴՐԱՆՔ

Բաժանե՛ք թերթիկները և քննարկե՛ք:



ԹԵՐԹԻԿ ԲՈՆՈՒԹՅԱՆ ՄԱՍԻՆ

Յուրաքանչյուր մասնակից պատասխանում է հարցաշարին՝ նշելով առավել լուրջ իրավիճակը որպես 1, հաջորդը՝ որպես 2 և այլն:

Ապա 2-3 մասնակիցներից բաղկացած խմբերը քննարկում են պատասխանները, որից հետո քննարկում է ծավալվում ամբողջ լսարանում:

Վարժության նպատակն է պարզել բռնության վերաբերյալ զգացմունքներն ու մտքերը:

 ԲՈՒՆՈՒԹՅԱՆ ԴԵՊՔԵՐ¹⁷

 10 րոպե

Յուրաքանչյուր իրավիճակի դիմաց մի թիվ գրեք՝ 1-ից սկսած, որտեղ 1-ը ցույց է տալիս ամենալուրջ իրավիճակը:

18 տարեկան տղան հարձակվում է տարեց կնոջ վրա, կապում նրան աթոռին ու բերանը փակում:

Մայրը երեխայի դեմքին ուժեղ հարված է հասցնում, քանի որ նա չի լսում մորը:

Ամուսինը սպառնում է կնոջը, որ կհարվածի, եթե նա մերժի սեռական հարաբերություն ունենալ:

Տղամարդը ներխուժում է իր նախկին կնոջ տուն և ծեծում է նրան այն աստիճանի, որ կնոջը հիվանդանոց են տեղափոխում:

Տղամարդը ամեն օր կնոջը վերբալ բռնության է ենթարկում՝ նրան անպատվելով «հիմար կով» և «հիմար քած» արտահայտություններով:

Տղամարդը ոտքով հարվածում է իր 6 ամսական հղի կնոջ փորին:

Հայրը դաժանաբար է վարվում իր նվաճացող շան հետ ու դաժան ծեծում է իր երկու լացող փոքրահասակ երեխաներին:

Տղամարդը կախում է կնոջը չորրորդ հարկի պատշգամբից ու սպառնում է, որ նրան ցած կգցի:

Տղամարդը բռունցքով հարված է հասցնում կնոջ դեմքին, որովհետև նրան դուր չի գալիս կնոջ պատրաստած կերակուրը:

Տղամարդը ցերեկը կնոջը կողպում է սենյակում, քանի որ կինը շատ հաճախ է այլ տղամարդկանց նայում:

Երիտասարդ տղան իր հասակակից աղջկան «շաշ խոզ» է անվանում ու մի կողմ հրում:

17 Նույնը, էջ 51:

▶ Դաս 6



ԿՆՈՋ ՉՀԵՌԱՆԱԼՈՒ ՊԱՏՃԱՌՆԵՐԸ



(ըստ Հայաստանում ընտանեկան բռնության զոհերի)

Վախ

(թե ինչ կարող է տղամարդն անել)

«Ասել է, որ կսպանի ինձ», «Ամենուր կհետևի ինձ», «Իմ մասին վատ բաներ կպատմի բոլորին», «Ասել է, որ եթե հետ գնամ ընտանիքիս մոտ, նրանց էլ կվնասի»:

Բռնության հետևանքներ

դեպրեսիա, անկարողության զգացում, որոշում կայացնելու դժվարություններ, այլընտրանքի բացակայություն:

Տնտեսական կախվածություն

«Ամբողջ գումարը նա է աշխատում/իր մոտ է», «Երբևէ չեմ աշխատել ու որևէ հմտություն չունեմ», «Ինչպե՞ս եմ պահելու ինձ ու երեխաներիս», «Ավելի լավ է ինձ ծեծեն, քան թե երեխաներս փողոցում մնան»:

Բռնարարին խղճալը

«Նրա կյանքում ուրիշ մեկը չկա, չեմ կարող նրան թողնել», «Եթե հեռանամ, նրա կյանքը կկործանեմ», «Վախենում եմ, որ կսկսի ավելի շատ խմել», «Սպառնում է, որ ինքնասպան կլինի, եթե հեռանամ»:

Երեխաները

«Երեխաներին հայր է պետք», «Տղաներին հոր օրինակն է պետք ունենալ աչքի առաջ», «Երեխաներն ինձ կմեղադրեն, եթե հեռանամ», «Եթե երեխաներին հետո տանեմ, կառևանգի նրանց», «Երեխաներին երբեք ինձ չի տա. փող ու կապեր ունի»:

**Գնալու տեղի բացակայություն/
մեկուսացում**

«Ինչպե՞ս կարող եմ հեռանալ. նույնիսկ չի թողնում, որ տնից դուրս գամ», «Թույլ չի տալիս, որ ընկերներ ունենամ. իմ կարող եմ դիմել օգնության համար», «Ընտանիքս ասել է, որ չեմ կարող իրենց հետ մնալ», «Ընտանիքս էլ է նրանից վախենում», «Իմ բնակության վայրում օգնություն/ծառայություններ չկան», «Ոստիկանությունում ինձ ասացին, որ ընտանիքիս հարցերը ինքս լուծեմ»:

Անձնական պատմություններ

«Հայրս մորս ծեծում էր, բայց նրանք միասին են մնացել», «Նրանից առաջ իմ մասին ոչ ոք հոգ չի տարել, այնպես որ ավելի լավ է՝ նա ինձ ծեծի, քան մենակ մնամ»:

Ամոթ

«Եթե հեռանամ, մարդիկ կասեն, որ ես վատ կին/վատ հայուհի/թեթևաբարո կին եմ/որ ընտանիքս կործանեցի/ամուսնական երդումներս խախտեցի», «Մարդիկ կբամբասեն»:

Սեր և հույս

«Ես նրան սիրում եմ», «Խոստացավ, որ կփոխվի», «Լավ պայմաններից չեմ ուզում հրաժարվել»:

Քանի որ բռնություն պարունակող իրավիճակից հեռանալն այդքան դժվար է, մեր ծառայություններին հաճախ դիմում են միայն օրհասական իրավիճակներում: Հայաստանում զոհը կարող է փախչել՝ վստահ լինելով, որ տղամարդը իրեն կսպանի, կարող է փախչել առանց որևէ ծրագիր ունենալու, դաժան ծեծի ժամանակ կամ գնալ ընկերների կամ հարազատների մոտ, որոնք ցնցված կնոջը բերում են մեզ մոտ: Ընտանեկան բռնության զոհերը գալիս են մեր գրասենյակներ, երբ նրանց կյանքում ճգնաժամ է: Կնոջը հնարավորինս շատ լավագույն ծառայություններ առաջարկելը նշանակում է հասկանալ, որ այն, ինչ պատահել է նրան, ազդել է նրա ուղեղի, մարմնի ու հոգեկանի վրա:



Այդ իսկ պատճառով պարտադիր է, որ մենք և ոստիկանությունը հավատանք զոհին ու նրան պաշտպանություն ու աջակցություն ցուցաբերենք:

ՎԱՐԺՈՒԹՅՈՒՆ: Ինչու են կանայք մնում բռնարար հարաբերություններում¹⁸



Նպատակ

Հասկանալ բռնության ենթարկված կանանց վիճակի լրջությունը:



Մեթոդ

Աշխատել փոքր խմբերով, որից հետո ամբողջ խմբով ներկայացումներ ցուցադրել ու քննարկում ծավալել: Պատասխանները նշել ֆլիփչարթի կամ գրատախտակի վրա:



Ժամանակ

20 րոպե:

Պատկերացրե՛ք գործնական իրավիճակ: Ձեր ղեկավարը մե՛կ Ձեզ գովասանքի շռայլ խոսքեր է ասում, մե՛կ ամեն ինչի համար մեղադրում է: Յուրաքանչյուր սխալի համար մեղադրում է Ձեզ և անընդհատ փոխում է կարծիքը: Նվաստացնում է Ձեր գործընկերների մոտ, սակայն, միևնույնն է, Ձեզնից անվերապահ հավատարմություն է ակնկալում: Ապա կրկին ուրախ տրամադրություն ունի և բոլորիդ աշխատանքից հետո գարեջուր խմելու է հրավիրում:

Ձեր աշխատանքը Ձեզ դուր է գալիս, ու չէիք ուզի հեռանալ: Բացի այդ՝ քառասունն անց եք, ու Ձեր ոլորտում նույն աշխատավարձով նման աշխատանք գտնելը հեշտ չի լինի: Նաև Ձեր երեխաներին պիտի մեծացնեք ու, երեխաներին առանց ամուսնու մեծացնելով, պիտի կարողանաք հոգալ նրանց ֆինանսական կարիքները:

18 WAVE Training programme on violence against women, վարժություն 1, էջ 61:

Աշխատե՞ք երկու խմբով:

- Ա.** Նշում է աշխատանքից հեռանալու պատճառները:
- Բ.** Նշում է աշխատանքից չհեռանալու պատճառները:

ԴԱՍԸՆԹԱՑԱՎԱՐ

Դասընթացավարը խնդրում է մասնակիցներին նշել իրենց հույզերը, երկակի զգացմունքները և այսպիսի իրավիճակում որոշում կայացնելու դժվարությունները: Արդյունքները գրե՞ք գրատախտակին և քննարկե՞ք:

Վարժության նպատակն է ցույց տալ, թե որքան դժվար է որոշումներ կայացնել. դա նույնն է, ինչ հաճախ զգում են զոհերը:



▶ **Դաս 7**

ԱՋԴԵՑՈՒԹՅՈՒՆԸ ԵՐԵՒԱՆՆԵՐԻ ՎՐԱ

Երեխաների վրա միշտ ազդում է ընտանիքում իրենց մոր նկատմամբ կիրառվող բռնությունը: Հաճախ հայրերն ու խորթ հայրերը երեխաների նկատմամբ ևս բռնություն են գործադրում: Ընտանեկան բռնության զոհ դարձած կանայք, որոնք ապրում են բռնության անընդհատ վախի մեջ, և որոնց վրա ազդում է տրավման, չեն կարող երեխաների նկատմամբ իսկապես ուշադիր լինել: Հաճախ բռնությանը սովոր ծնողների ընտանիքում ապրող երեխաները անուշադրության են մատնված: Հայաստանում շատերը կարծում են, որ կրթել անհրաժեշտ է ծեծի ու պատժի միջոցով: Բռնարար ընտանիքներում մեծացող երեխաներն ուշադրության կարիք ունեն, և հաճախ այդ ուշադրությունն իրենց վրա դարձնելու համար չարաճճիություններ են անում:

Երեխաներն իրենք իրենց են մեղադրում, որ չեն կարող դադարեցնել բռնությունը, կամ վախենում են բարձրաձայնելուց, որ հայրիկը բանտ չգնա: Այսպիսով՝ երեխաների նկատմամբ պետք է բարի, կարեկցող վերաբերմունք ցուցաբերել, ու նրանք պիտի իրենց փորձի մասին խոսելիս ապահով զգան:

Փոքր տարիքի/մանկահասակ երեխաների մեջ կարող են ի հայտ գալ հետևյալ դժվարությունները, երբ նրանք ապրում են ընտանեկան բռնության պայմաններում: Վերապատրաստված և փորձառու մասնագետը կարող է նկատել, թե երեխայի մեջ ինչ խնդիրներ են դրսևորվում:

Առավել հաճախ երեխաների մեջ նկատում ենք հետևյալը.

- բաժանմամբ պայմանավորված տազնապ (այդ տարիքի երեխայի համար նորմայից ավելի),
- քնելու վախ,
- հնարավոր վտանգի հետ կապված անընդհատ անհանգստություն,
- ագրեսիվ վարքագիծ և զայրույթի դրսևորում (ինքն իրեն կամ այլ մարդկանց ֆիզիկապես վնասելը),
- նախկինում ձեռք բերված հմտությունների կորուստ (զուգարան գնալ, գույները նշել, նորմալ խոսել (սկսում են կակազել)),
- մեկուսացում, սիրելի զբաղմունքներից հրաժարում, հետաքրքրության պակաս,
- առաջադրանքը ընտրելու կամ ավարտելու դժվարություններ,
- հիպերակտիվություն,
- դպրոցում ցածր գնահատականներ կամ ավելի հաճախակի բացակայություններ:

 Ծնողները պետք է դիմեն մանկական հոգեբույժի աջակցությանը:



ՀԱԿԻՐՃ ՈՒՂԵՑՈՒՅՑ¹⁹

3-5 տարեկան երեխաների պարագայում պետք է շատ հստակ լինենք. նրանք կարող են պատասխանել «ո՛վ», «ի՛նչ», «ի՛նչպե՛ս», «որտե՛ղ» հարցերին, իսկ «ե՛րբ» և «ի՛նչո՛ւ» հարցերին նրանց դժվար կլինի պատասխանել: Երեխաները չեն կարող պատմությունը համապարփակ ներկայացնել, այնպես որ նրանց պարզ հարցեր տվեք:

19 Preventing and Combating Domestic Violence against Women, 2016թ. հունվար <https://rm.coe.int/16806ee727>, էջ. 34:

6-12 տարեկան երեխաներ. նրանց համար դեռևս դժվար է կապակցված պատմել ու բարդ հարցերի պատասխանել: Նրանք նոր են սկսում հասկանալ վերացական հասկացությունները:

Դեռահասներ. այս տարիքում ևս բարդ հարցերը կարող են շփոթության մատնել նրանց, քանի որ նրանք դեռևս լեզվական հմտությունների զարգացման փուլում են:

Պետք է նշել, որ ընդհանրապես Հայաստանում նկատվում է միտում, որ հատկապես դեռահաս տղաները հորն արդարացնում են, մեղադրում են մորը և նույնիսկ մոր նկատմամբ կոպիտ են դառնում: Սա հավանական է, քանի որ նրանք այս վարքագիծը տանն են սովորել:

Հատկապես 12 տարեկանից ցածր երեխաների հետ աշխատելիս խորհուրդ է տրվում հետևել այս ուղեցույցին

- ▶ Երեխային հարցեր տալուց առաջ նրա հետ կնիք հաստատեք, նրա համար հարմարություններ ստեղծեք:
- ▶ Վստահեցրեք երեխային, որ հարցերին պատասխանելու համար նրան ոչ մի վատ բան չի պատահի:
- ▶ Վստահեցրեք երեխային, որ ոստիկանությունը շատ երեխաների հետ է խոսում նման հարցերի շուրջ:
- ▶ Հարցազրույց անցկացրեք այնպես, որ երեխան իրեն ապահով զգա և ծնողներից հեռու: Նստե՛ք նրանց հետ նույն մակարդակի վրա ու նրանց աչքերին նայեք:
- ▶ Հաճախ երեխային դիմե՛ք անունով ու ասե՛ք Ձեր անունը, ոչ թե պաշտոնը:
- ▶ Մի՛ շտապեցրեք երեխային: Հարցը մի՛ կրկնեք. փոխարենը այն այլ կերպ ձևակերպեք:
- ▶ Հանգիստ եղեք, մի՛ խոժոռվեք, Ձեզ ոչ պաշտոնական պահեք, մեղմ ձայնով խոսեք:
- ▶ Ծնողին մի՛ քննադատեք:

- ▶ Եթե երեխան չի ուզում խոսել, մի՛ ստիպեք, որ պատմի:
- ▶ Հարցազրույցի վերջում բացատրեք, որ ուզում եք օգնել, պարզե՛ք՝ արդյոք երեխան հարցեր ունի, ու հետո շնորհակալությո՛ւն հայտնեք նրան՝ Ձեզ օգնելու համար:

▶ Դաս 8



ԻՆՉՈՒ ԵՆ ՏՂԱՄԱՐԴԻԿ ՀԱԿՎԱԾ ԲՈՆՈՒԹՅԱՆ

ԱՌԱՋԱԴՐԱՆՔ

Յույց տալ «Հանցագործի հետ աշխատելը» տեսանյութը: Սա հատկանշական օրինակ է, թե ինչպես են բռնարարները նկարագրում բռնության դեպքը:

ԽՈՍԱԿՑՈՒԹՅՈՒՆ ԲՈՆԱՐԱՐԻ ՀԵՏ

Խորհրդատու — Կարո՞ղ եք ասել, թե վերջին անգամ երբ եք հարվածել Ձեր կնոջը:

Շահառու — Հստակ չեմ կարող հիշել: Ինչ-որ բան էինք քննարկում, ու վերահսկողությունս կորցրի:

Խորհրդատու — Որքա՞ն հաճախ եք հարվածել նրան:

Շահառու — Չեմ հիշում: Չէի գիտակցում: Վերահսկողությունս կորցրի:

Խորհրդատու — Ինչո՞ւ դանակով չհարվածեցիք նրան:

Շահառու (զարմացած) — Էդպիսի բան երբեք չէի անի. նա իմ կինն է:

Խորհրդատու — Կարձես թե ասացիք, որ վերահսկողությունը կորցրել եք: Եթե վերահսկողությունը կորցրել եք, ցանկացած բան կարող էր պատահել, այնպես չէ՞:

Շահառու — Լավ, ես կարճ ժամանակով վերահսկողությունը կորցրի, բայց ամբողջովին չեմ կորցրել:

- Խորհրդատու** — Եկե՛ք փորձենք պարզել, թե պատրաստ էիք կորցնելու վերահսկողությունը: Տո՛ւյց տվե՛ք, թե ինչպես եք հարվածել Ձեր կնոջը (Կանգնում է): Ես Ձեր կինն եմ:
- Շահառու** (տարակուսած) — Չգիտեմ: Ուղղակի խփել եմ:
Մանրամասն չեմ հիշում:
- Խորհրդատու** — Տո՛ւյց տվե՛ք, թե ինչպես եք նրան հարվածել:
Բռունցքո՞վ, թե՛ ձեռքի ափով եք հարվածել:
- Շահառու** (սարսափած) — Ապտակել եմ նրան: Երբեք այնպես չեմ հարվածել, ինչպես տղամարդու կհարվածեի:
- Խորհրդատու** — Լավ, լավ: Ուրեմն որոշեցիք ապտակել, ոչ թե ծեծել: Որևէ բան նետե՞լ եք նրա վրա:
- Շահառու** — Ո՛չ:
- Խորհրդատու** — Լավ, նրան ապտակել եք ու որևէ բան վրան չեք նետել: Որտե՞ղ եք հարվածել նրան:
- Շահառու** — Չգիտեմ: Ես չեմ մտածել, թե որտեղ հարվածեմ նրան:
- Խորհրդատու** — Լավ, եկե՛ք վերանայենք: Առաջին՝ դանակահարելու և նրա վրա ինչ-որ բան նետելու փոխարեն նրան հարվածել եք: Այն ժամանակ դեռ վերահսկում էիք Ձեզ: Հետո նրան հարվածել եք ծեծելու փոխարեն: Դուք չէիք ցանկանում նրան վերաբերվել ինչպես տղամարդու: Հետո որոշել եք՝ որտեղ հարվածեք: Ինձ թվում է, որ Դուք ավելի շատ էիք վերահսկում Ձեզ, քան կարծում եք²⁰:



Այս օրինակը ցույց է տալիս, որ բռնարարները քաջատեղյակ են իրենց բռնության գործողություններին և հստակ գիտեն, թե ինչ են անում:

Վտանգավոր բռնարարներն ունեն հետևյալ հիմնական հատկանիշները

- Նրանք ագրեսիվ են:
- Թերաթեքության բարդույթ ունեն ու կարիք են զգում ցույց տալու իրենց գերիշխանությունը:
- Չեն հանդուրժում զուգընկերոջից բաժանման որևէ միտք:
- Ուզում են զուգընկերոջ նկատմամբ ամբողջական վերահսկողություն սահմանել և հետևել նրան:
- Չափազանց խանդոտ և սեփականատեր են:
- Անհիմն մեղադրանքներ են ներկայացնում:
- Հաճախ սպառնում են սպանել զուգընկերոջը կամ երեխաներին կամ ինքնասպանություն գործել:

ԴԱՍԸՆԹԱՑԱՎԱՐ

Օրինակներ բերեք:

ՆՇՈՒՄՆԵՐԻ ՀԱՄԱՐ

 **Դաս 9**



**ՃԳՆԱԺԱՄԱՅԻՆ ԻՐԱՎԻՃԱԿՈՒՄ
ՀԱՅՏՆՎԱԾ ԶՈՒՇԻՆ ՀԱՍԿԱՆԱԼԸ**

Բռնությունը տրավմատիկ փորձ է, որի վերքերը միայն ֆիզիկական չեն: Ազդեսիվ վարքագծի նպատակն է քայքայել զոհի ինքնագնահատականը և կոտրել նրա դիմադրությունը: Ազդեսիվ վարքի հետևանքներից մեկն այն է, որ զոհն ապրում է հետագա բռնության անդադար վախի մեջ: Շատ դեպքերում բռնարարին այլևս անհրաժեշտ չէ բռնություն գործադրել. սպառնալիքները և նախորդ բռնության հիշողությունը բավական են, որ կինն անի այն, ինչ բռնարարը նրանից պահանջում է:

Հոգեբույժ Զուդիթ Հերմանը առաջարկում է հետևյալ բացատրությունը. «Թեև բռնությունը ահաբեկման համաշխարհային մեթոդ է, բռնարարը կարող է բռնության դիմել ոչ հաճախ որպես վերջին տարբերակ: Մահվան կամ լուրջ վնաս հասցնելու սպառնալիքը շատ ավելի հաճախ հանդիպող երևույթ է, քան բուն բռնություն գործադրելը: Ուրիշների նկատմամբ սպառնալիքները հաճախ նույնքան արդյունավետ են, որքան զոհի նկատմամբ ուղիղ սպառնալիքները: Ծեծված կանայք, օրինակ, հաճախ պատմում են, որ բռնարարը սպառնացել է, թե կսպանի նրանց երեխաներին, ծնողներին կամ ընկերներին, որոնք կնոջը ապաստարան կտրամադրեն, եթե նա փորձի փախչել»²¹:

Հաճախ կանայք, որոնք թողնում են իրենց զուգընկերներին, երկար տարիներ շարունակում են սպառնալիքներ ստանալ և բռնության ենթարկվել ու չեն կարողանում իրենք իրենց պաշտպանել:

Ընտանեկան բռնության ենթարկված կանայք հաճախ իրենց տանը բանտարկյալներ են: Բռնարարը վերահսկում է և թելադրում նրանց յուրաքանչյուր քայլը, և կանայք զրկվում են անկախ կյանքից:

21 Herman J.L., Trauma and Recovery, 1992թ. էջ 77:



Մի վերապրող պատմել է.

«Մեղրիում էինք ապրում: Ամուսինս հաճախ ինձ նույնիսկ թույլ չէր տալիս պատուհանից դուրս լվացքը կախել, որ այլ տղամարդիկ ինձ չնայեն: Նույնիսկ չէի կարող դուրս գալ՝ երեխաների համար հաց գնելու: Ես պատանդ էի: Մի օր ամուսինս ինձ գոմում ամբողջովին մերկ շղթայեց: Ասաց, որ ինձ կովի պես կմորթի: Կարծեցի, որ կմահանամ, ու ոչ ոք չի իմանա (Այս պատմությունները պատմել են «Կանանց աջակցման կենտրոն» ՀԿ-ին):»

Հերմանը հստակ բացատրություն է տալիս այս իրավիճակին. «Քաղաքական բանտարկությունն ընդհանուր առմամբ ճանաչված է, մինչդեռ կանանց և երեխաների ընտանեկան բանտարկությունը հաճախ անտեսվում է: Տղամարդու տունը իր դրյակն է. հազվադեպ է ընկալվում, որ նույն տունը կարող է կանանց ու երեխաների համար բանտ լինել: Տների մեծ մասում, նույնիսկ ամենաճնշող պայմաններում, պատուհանների վրա ճաղեր կամ դրսում տեղադրված փշալարեր ու ցանկապատներ չկան: Կանանց և երեխաներին սովորաբար չեն շղթայում, նույնիսկ եթե դա ավելի հաճախ է պատահում, քան կարելի է ենթադրել: Փախուստի արգելքները սովորաբար անտեսանելի են: Համենայն դեպս դրանք չափազանց հզոր են: Երեխաներին պահում են բանտարկված՝ վերջիններիս կախյալ լինելու փաստով պայմանավորված: Կանանց պահում են բանտարկված տնտեսական, սոցիալական, հոգեբանական և իրավական ենթակայությամբ, ինչպես նաև ֆիզիկական ուժով»²²:



ԱՏՈԿՈԼՄԻ ՀԱՄԱԽՏԱՆԻՇ

Քոհը, թակարդում հայտնվելով, անօգնական է զգում ու սկսում է իրեն նույնացնել հանցագործի հետ: Այս իրավիճակը հայտնի է *Ստրկիոլմի համախտանիշ* անվանմամբ:

«Ագրեսորի հետ իրենց նույնացնելը՝ որպես ակնհայտ անօգնական իրավիճակում թակարդում լինելու արձագանք, կոչվում է *Ստրկիոլմի համախտանիշ*: Այս երևույթն առաջին անգամ նկատվել է Շվեդիայի մայրաքաղաքում պատանդառության ժա-

22 Herman, էջ 74:

մանակ, երբ պատանդները սկսեցին բանկի կողոպտիչների հետ հարաբերություններ ստեղծել, և կապն ավելի ու ավելի ուժգին դարձավ: Այն բանից հետո, երբ կողոպտիչներին վերջապես հաջողվեց բռնել և ձերբակալել, նախկին պատանդներից ոմանք նույնիսկ այցելեցին նրանց բանտում: Յուրաքանչյուր անձ հակված է *Ստրոկհոլմի համախտանիշի*, այն է՝ ագրեսորի հետ նույնացմանը հետևյալ չորս պայմանի առկայության դեպքում՝ մարդու կյանքին վտանգ է սպառնում, մարդը չի կարող փախչել (կամ կարծում է, որ չի կարող փախչել), մարդը կտրված է արտաքին աշխարհից, և ագրեսորը գոնե ժամանակ առ ժամանակ ընկերական է: Հոգեբաններ Գրահամը և Ռոլինգսը (1998 թ.) նշում են, որ այս պայմանները հաճախ առկա են ընտանեկան բռնության դեպքերում, և որ զոհերի մեջ կարող են ի հայտ գալ *Ստրոկհոլմի համախտանիշի* նշաններ: Նման դեպքերում կինը սարսափում է այն մտքից, որ կանի որևէ բան, որը կիրահրի կամ կզայրացնի ագրեսորին: Նա կփորձի սիրաշահել նրան ու որպես դաշնակից գործել: Դա կարող է պատահել, օրինակ, երբ կինը փորձի պաշտպանել տղամարդուն՝ չհամաձայնելով բացահայտել իր վերքերի իրական պատճառը կամ պնդելով, որ ինքն իրեն է վնասել»²³:



ՏՐԱՎՄԱՅԻ ՀՈԳԵԲԱՆՈՒԹՅՈՒՆԸ

Քոհին հասկանալու համար պետք է նախևառաջ հասկանանք, թե ինչ է տրավման: Մարդիկ նախկինում տրավման դիտարկում էին որպես հոգեկան առողջության խնդիր: Նյարդակենսաբանության զարգացման և տրավմայի հոգեբանական ազդեցությունների ուսումնասիրություններից պարզվել է, որ տրավման նյարդային համակարգի գերբեռնվածության հետևանք է, որն ազդում է ամբողջ մարմնի վրա:

Սովորաբար մարդը հավասարակշռված վիճակում է: Ինքնավար նյարդային համակարգը օգնում է մեզ ակտիվանալու սթրեսի ժամանակ և հանգստանալու ապահով ժամանակ: Միզուցե զգացել եք արագացված ախտանիշներ, երբ սթրեսի մեջ եք եղել, նյարդայնացած կամ վախեցած, և միզուցե նկատել եք, թե ինչպես է Ձեր մարմինը հանգստանում, երբ սթրեսն անցնում է: Հիշեք, թե ինչպես եք զգացել Ձեզ կարևոր աշխատանքային հարցազրույցից առաջ կամ երբ վախեցել եք: Ձեր մարմինը ցույց է տվել սթրեսի ախտանիշներ:

23 “Away from Violence” Վիեննա, 2004թ., էջ 13:

24 Everett, G. (2011թ.). *Trauma First Aide - Methodology and Techniques*. [Ձեռնարկ]. Santa Fe, NM: Trauma First Aide Associates LLC.

▶ **Մարմինը ՍԹՐԵՍ է ապրում**
(արագանում է)

- Շնչառության արագությունը (թեթև գլխապտույտ/ շնչելու դժվարություններ):
- Արյան ճնշումը մեծանում է:
- Սրտի զարկերի հաճախությունը արագանում է (սրտխփոց, հիպերակտիվություն):
- Քրտնարտադրությունը ավելանում է (շոգում են):
- Մկանները լարվում են:
- Մարսողական դժվարություններ (ստամոքսի խանգարում):
- Թքարտադրությունը նվազում է (չորացած բերան):
- Ուղեղն անջատում է կոգնիտիվ գործառույթը (օրինակ՝ տրամաբանորեն մտածելը), մարմնի արձագանքը կառավարում է բնազդը (շփոթմունք, հիշողության դժվարություններ):

▶ **Մարմինը ՀԱՆԳՍՏԱՆՈՒՄ Է**
(դանդաղում է)

- Շնչառությունը դանդաղում է (դանդաղ է շարժվում, հոգնածություն է զգում):
- Արյան ճնշումը նվազում է:
- Սրտի զարկերի հաճախությունը դանդաղում է (սրտի դանդաղ զարկ, հոգնածություն):
- Քրտնարտադրությունը նվազում է:
- Մկանները թուլանում են:
- Հեշտ մարսողություն (սովի զգացում):
- Թքարտադրությունն ավելանում է:
- Ուղեղի կոգնիտիվ գործառույթը կրկին միանում է:

Սթրեսային այս արձագանքները մի քանիսն են այն ախտանիշներից, որ կարող եք տեսնել մի մարդու մեջ, որը հենց նոր մեքենայով վթարի է ենթարկվել, կամ որի վրա շուն է հարձակվել: Սրանք այն նույն տեսակի ռեակցիաներն են, որ զգացել է ընտանեկան բռնություն վերապրողը: Տարբերությունն այն է, որ ընտանեկան բռնություն վերապրողի համար սթրեսը մշտական է եղել, ու նա չի կարող դրանից փախչել, որովհետև դա իր տանն է կատարվում: Սա նշանակում է, որ նրա ինքնավար նյարդային համակարգը երբեք չի հանգստանում: Այդպիսի կնոջ սթրեսային արձագանքները մշտական են և բարդացված, հավասարակշռության և ակտիվության մակարդակը ցածր է: Անհավասարակշռության այս մակարդակը կարող է քրոնիկ լինել. միգրացե նրա համակարգը գործում է միայն սթրեսային արագացված վիճակում («բարձրի վրա է») կամ դեպրեսիայի դանդաղ վիճակում («ցածրի վրա է»):



ԴԵՊՔԻ ՌԻՍՈՒՄՆԱՍԻՐՈՒԹՅՈՒՆ 1. «Բարձրի վրա՝ գերակտիվ»

Անժելան մեր գրասենյակ էր եկել շատ հուզված: Շատ էր խոսում, լաց լինում՝ ասելով, թե ամուսնու մոտ չի վերադառնա: Նրա պատմությունից դժվար էր հստակ պատկերացում կազմել, քանի որ անընդհատ խոսում էր՝ անցում կատարելով մի տարուց մյուսը: Նույնիսկ երբ հարցեր էինք տալիս կամ փորձում խոսակցությունը զգուշորեն ուղղորդել, միևնույնն է, շեղվում էր: Չէր դադարում խոսելուց: Երբ եկավ ապաստարան, ոգևորված էր, էներգիայով լի ու մե՛կ ծիծաղում էր, մե՛կ լալիս:



ԴԵՊՔԻ ՌԻՍՈՒՄՆԱՍԻՐՈՒԹՅՈՒՆ 2. «Ցածրի վրա՝ դեպրեսիա»

Հասմիկը եկավ գրասենյակ քրոջ ու ծնողների հետ: Կապտուկներ ուներ ու դիսոցիատիվ վիճակում էր: Դեմքի արտահայտությունը ոչինչ չէր ասում, թմրած էր և ընդհանրապես չէր խոսում: Չէր կարողանում մտքերը հավաքել, աչքերը մշուշոտ էին ու չէին կենտրոնանում: Երբ շրջապատի մարդիկ խոսում էին նրա շուրջը, ներամփոփ էր դառնում: «Կանանց աջակցման կենտրոնի» աշխատակիցները փորձեցին նրան առանձին սենյակ տանել և օգնել, որ հանգստանա՝ առաջարկելով ջուր և դադար նախքան հարցազրույցը սկսելը: Պատմեցինք նրան, թե ինչ ծառայություններ ենք առաջարկում, ու փորձեցինք նրանից որևէ տեղեկություն ստանալ: Շատ բան չկարողացանք անել, քանի որ չէր կարողանում հստակ նախադասություններ

կազմել կամ հետևել մեր խոսակցության ընթացքին: Այնուամենայնիվ, Հասմիկն ասաց մեզ, որ իրեն վտանգ է սպառնում, և ուզում էր ապաստարան գնալ, այնպես որ մենք միանգամից ամեն ինչ կազմակերպեցինք, որ նա կարողանա մեր գրասենյակից ապաստարան գնալ: Մի քանի օր անց նա ավելի հանգիստ էր, ու կարողացանք քրեական գործ հարուցելու վերաբերյալ նրա ցանկության մասին խոսել: Համենայն դեպս, ապաստարանում Հասմիկն անընդհատ թմրած վիճակում էր, ամբողջ օրը քնում էր և որևէ բան անելու էներգիա չուներ: Գլխացավ ու վատ ախորժակ ուներ: Այս դեպքում մենք ճիշտ համարեցինք, որ քննիչի հետ հանդիպման ժամանակ իրավաբանը ներկա լինի, քանի որ Հասմիկի հիշողությունը թույլ էր, ու թվում է՝ նա հակված էր մանիպուլյացիայի ենթարկվելու:

Միգուցե նկատեք սթրեսի որոշ նշաններ, երբ շփվում եք վերապրողի հետ, նույնիսկ եթե այդ պահին նա անվտանգ իրավիճակում է: Տրավման սահմանվում է հենց այս երկարատև ախտանիշներով: Ահա տրավմայից տուժած զոհի բնորոշ դեպքերից մի քանիսը: Ուշադրություն դարձրեք, թե ինչպես է տրավման ազդում զոհի ուղեղի, մարմնի և հոգու վրա:

▼ **Հուզական ախտանիշներ**

- Բարձր աստիճանի**
- կատաղություն/զայրույթ
 - վախ
 - անհանգստություն/խուճապի նոպաներ (չի կարող շնչել)
 - տրամադրության տատանումներ
 - հիպերակտիվություն

Շոկային արձագանքներ

- թմրություն
- սառեցում
- ապակողմնորոշում
- դեպրեսիա
- հուսահատություն

▼ **Ֆիզիկական/վարքագծային ախտանիշներ**

- հոգնածություն
- ստամոքսի խնդիրներ
- քրոնիկ գլխացավեր
- բարձր ճնշում
- սրտի բաբախյուն
- քնի խանգարումներ
- հոգնածություն/տնից դուրս չի գալիս
- ռեգրեսիվ վարքագիծ
- իմպուլսիվություն
- արագ տրվող պատասխաններ
- բարձր ռիսկային վարքագիծ
- թմրանյութերի/խմիչքի չարաշահում

▼ Կոգնիտիվ ախտանիշներ

- տեղի ունեցածը հասկանալու, զգալու կամ իմաստավորելու անկարողություն
- մոռացկոտություն
- տեղի ունեցածը նկարագրելու անկարողություն
- կենտրոնացման դժվարություններ/անընդհատ փոխվող մտքեր
- նոր բաներ սովորելու դժվարություն
- որոշումներ կայացնելու անկարողություն
- ապակողմնորոշվածություն և շփոթվածություն
- մեղադրանք և ուրիշների վրա մեղքի բարդում

▼ Հարաբերությունների անընթաց ախտանիշներ

Ինքն իր հետ

- ինքնամեղադրանք/մեղքի զգացում
- ինքնավնասում

Ուրիշների հետ

- խուսափում
- անհնազանդություն
- մեկուսացում
- դեպրեսիա
- ընտանիքի հետ հարաբերությունների խզում
- վստահության բացակայություն հարաբերություններում
- շուտափույթ նոր ամուսնություն կամ ամուսնալուծություն

Հավատքի/հոգևորի հետ

- հավատքի կորուստ
- Աստծո հանդեպ զայրույթ/անհավատություն
- հավատքի գալը կամ հավատքի աճը



ԶՈՀԻՆ ՍԽԱԼ ԸՆԿԱԼԵԼԸ

Տրավմայի այս ախտանիշները կարող են դժվարացնել զոհի հետ սոցիալական աշխատողի կամ ոստիկան-քննիչի աշխատանքը: Զոհը միգրացե ի վիճակի չլինի վերհիշելու կամ նկարագրելու դեպքեր, կենտրոնանալու դժվարություններ ունենա կամ ունակ չլինի որոշումներ կայացնելու: Այս ամենը շատ է բարդացնում վկայություններ ստանալը, և մենք երբեմն նույնիսկ կարող ենք սխալվել և զոհին չհավատալ: Այսպիսով՝ շատ կարևոր է հասկանալ, որ սրանք նորմալ ախտանիշներ

են, և տրավմայից վերականգնվելու համար ժամանակ է անհրաժեշտ: Այս շրջանում սոցիալական աշխատողի ուղղորդումը չափազանց կարևոր է:

Բացի այդ՝ բռնություն վերապրողներն իրենց անզոր են զգում և չեն կարողանում վերահսկել իրավիճակը: Իրենց բռնարար ընտանիքներում անզոր են դադարեցնելու բռնությունը և ապահովելու իրենց երեխաների անվտանգությունը: Եթե բռնարարից հեռացել են, մեղավոր են զգում, որ թողել են ամուսնուն, որին միգուցե դեռ սիրում են: Այս զգացմունքներին է ավելանում հասարակության և հարազատների կողմից ճնշումը, ըստ որի՝ բռնությունը հաճախ ներկայացվում է որպես զոհի պատասխանատվություն: Ընտանիքն ու ընկերները կարծիքներ են արտահայտում, թե նա ինչ պիտի անի կամ չանի, ինչ կարող էր անել կամ չանել, մինչդեռ բռնարարի պատասխանատվությունը հաճախ խոսակցությունից դուրս է մնում: Անկախ նրանից՝ վերապրողները մնում են, թե հեռանում, միևնույնն է, կարծում են, թե իրենց համար ճիշտ որոշում գոյություն չունի:

Եթե կինը հեռացել է, անզորության զգացումը սնվում է անհանգստությամբ և լարվածությամբ, ինչը պայմանավորված է նրա ներկայիս ոչ նորմալ վիճակով: Նա թողել է այն ամենը, ինչ ուներ՝ տունը, ընտանիքը և առօրյան՝ անվտանգություն գտնելու համար: Մենք հենց այստեղ ենք առավել շատ շփվում զոհերի հետ՝ իրենց կյանքի ամենադժվար փուլերից մեկի ժամանակ: Նրանցից ոմանք կհամագործակցեն Ձեզ հետ ու շնորհակալ կլինեն, որ օգնում եք: Ոմանք մերժողական դիրքորոշում կընդունեն ու կզայրանան: Այդ ծանր վիճակի պատճառով կինը կարող է զայրանալ, վրդովվել, բացասաբար տրամադրվել կամ համագործակցելու պատրաստակամություն չցուցաբերել: Կարող եք տեսնել տրամադրության տատանումներ կամ անձնային կտրուկ փոփոխություններ: Կարող է անընդհատ մտափոխվել եւ որոշումները դժվարությամբ կայացնել: Գրեթե բոլոր զոհերը հակված են իրենք իրենց մեղադրելու:

Տրավմայի ախտանիշների իմացությունն օգնում է մեզ հասկանալու, թե ինչ է կատարվում զոհի հետ, և բացատրելու տրավմայի ազդեցությունները վերապրողին, որը կարող է շփոթված և վախեցած լինել, քանի որ չի կարող կառավարել իր մարմինն ու հույզերը: Տրավմայի ախտանիշների իմացությունն օգնում է մեզ լուրջ վերաբերվելու ցանկացած զոհի՝ անկախ նրանից, թե նա իրեն ինչպես է պահում՝ ծիծաղում է, թե լալիս, ինքնասպանության մտքեր ունի, թե վրեժի: Մեզ համար կարող է շատ դժվար լինել գործ ունենալ զոհի հետ, ով անընդհատ մտափոխվում է կամ մոռանում, թե նրան արդեն ինչ ենք ասել: Համագործակցել չցանկացող, ընդհանրապես չխոսող կամ չափազանց շատ ու արագ խոսող (այնպես, որ չհասցնեք

հասկանալ) մարդու հետ աշխատելը Ձեր համբերատարության համար իսկական փորձ կարող է լինել: Ընտանեկան բռնության պատճառով ի հայտ եկած սթրեսի հետևանքները լուրջ են և բարդ, և երբեմն լուծումները գտնելն ավելի է դժվարանում: Վերապրողների հետ աշխատելը պահանջում է համբերատարություն, սրտացավություն և ամեն ինչ սրտին մոտ չընդունելու ունակություն: Անհրաժեշտ է ուշադրություն դարձնել մանրուքներին, ստեղծագործականությանը և անհատական խնամքին: Անկախ նրանից, թե զոհն ինչպես է մեզ արձագանքում, ընտանեկան բռնության բոլոր զոհերն արժանի են մեր օգնությանը: Պրոֆեսիոնալ, սրտացավ և պատշաճ օգնության տրամադրումը իսկապես շատ կարևոր է և՛ մեր, և՛ շահառուի համար:

ԱՌԱՋԱԴՐԱՆՔ

Դեպքերի քննարկում. օրինակներ և հարցեր:

ՆՇՈՒՄՆԵՐԻ ՀԱՄԱՐ



▶ Դաս 10

ՃԳՆԱԺԱՄԱՅԻՆ ՄԻՋԱՄՏՈՒԹՅՈՒՆ

Ընտանեկան բռնություն վերապրողը ծառայություններին դիմում է, երբ ճգնաժամի մեջ է: Նա վտանգավոր իրավիճակում է, որը պահանջում է պլանավորված, ճիշտ կատարված և համագործակցային միջամտություն: Այսինքն՝ անհրաժեշտ է պարզել ճգնաժամային միջամտության լավագույն փորձը և անել հնարավորինս ամենը, որ կնոջը տրամադրվեն անվտանգություն և աջակցություն՝ միաժամանակ գնահատելով և խթանելով նրա ուժեղ կողմերն ու արդյունավետությունը:

Երբ զոհը գալիս է մեզ մոտ ճգնաժամային վիճակում, նա անհավասարակշիռ է՝ «բարձրի վրա» է կամ «ցածրի վրա», քանի որ տրավմայի ազդեցության ներքո է: Մենք պետք է վերականգնենք նրա հավասարակշռությունը, որպեսզի նա կարողանա գործել և ինքնուրույն որոշումներ կայացնել: Որոշ դեպքերում, հատկապես այն կանանց պարագայում, որոնք գնում են ապաստարան, այս գործընթացը կարող է տևել օրեր, շաբաթներ և նույնիսկ ամիսներ: Հավասարակշռության վերականգնման գործընթացը ներառում է հետևյալը.

Իրադարձության իրատեսական ընկալում

Շատերը խորապես համոզված են, որ ԸԲ-ն ընտանիքի ներքին գործն է և/կամ ընդունել են, որ իրենց հարաբերություններում բռնությունը սովորական բան է: Միգուցե բռնությունը տեղի է ունեցել նաև իրենց հարևանների, ծնողների, ընկերների կամ բարեկամների մոտ, և նրանք թերագնահատում են բռնության լրջությունը կամ կարծում են, որ այլընտրանք չկա: Շատերը չեն ընդունում, որ

բռնությունը սխալ է, և կարծում են, որ այն իրենց մեղքով է: Այսպիսով՝ նրանք մեզ դիմում են պաշտպանվելու համար այն պարագայում միայն, երբ զգում են, որ իրենց կյանքին վտանգ է սպառնում: Բռնությունից հետո նորմալ կյանքին վերադառնալու համար զոհը պետք է հավատա, որ իր կյանքը կարող է այլ կերպ դասավորվել: Մենք պետք է նրան օգնենք այդ հարցում: Ձեր առաջին քայլերից մեկը պիտի լինի այն, որ հանգիստ ձայնով պնդեք.

- Ընտանեկան բռնությունը սխալ է. «Ես անհանգիստ եմ: Այս բռնությունը վնասում է Ձեզ և Ձեր երեխաներին»:
- Ոչ ոք արժանի չէ, որ իրեն վնասեն. «Դուք սրան արժանի չեք: Սիրած մարդու նկատմամբ բռնություն գործադրելը որևէ կերպ չի կարող արդարացվել»:
- Բռնարարները միշտ գիտակցաբար են ընտրում իրենց զոհերին վնասելը. «Բռնությունը դադարեցնելը Ձեր զուգընկերոջ պատասխանատվությունն է, ոչ թե Ձերը»:

Այս երեք սկզբունքները շեշտադրելը կօգնի նրան համոզվելու, որ բռնությունն իր մեղքով չէ. մի փաստ, որն էական նշանակություն ունի տրավմայից վերականգնվելու հարցում: Նա պետք է կարողանա իրավիճակը անկեղծորեն ըմբռնել, եթե կյանքը վերափոխելու ուղին է բռնել: Այս փուլում **ԵՐԲԵՔ** չկասկածեք նրա պատմության իսկությանը, նույնիսկ եթե նրա պատմածի մեջ անհամապատասխանություններ կան:



Աջակցություն/ռեսուրսներ

Ճգնաժամից անմիջապես հետո սոցիալական աշխատողները/ոստիկանությունը պետք է ռեսուրսներ տրամադրեն, օրինակ՝ թեժ գիծ, ապաստարան, խորհրդատվական ծառայություն, ինչպես նաև հոգեբանական աջակցություն ճգնաժամից հավանաբար տուժած ընկերների և ընտանիքի անդամների համար, որոնք կարող են օգնել անձին այս դժվար ժամանակահատվածում: Կինը կարող է նաև ցանկություն հայտնել հիվանդանոց գնալու կամ ոստիկանությանը դիմելու և չունենա փաստաբան, որն անհրաժեշտության դեպքում իրեն կուղեկցեր: Կնոջ գործունակությունն ու ինքնաբավությունը ապահովող ավելի երկարաժամկետ ռեսուրսների թվին կարող են դասվել աշխատանքի անցնելու պատրաստակամությունը և վերապատրաստման դասընթացները, ժամանակավոր կացարանի տրամադրումը, երեխաների համար նոր դպրոցի ու ժամանցային ծրագրերի հասանելիությունը, հատկապես եթե նրանք անվտանգության նկատառումներով երկրի այլ մաս են տեղափոխվել:



Հզորացում

Կնոջ ինքնագնահատականն ու ինքնավստահությունը խթանելը ի վերջո հաջողելու գրավականն է: Նոր կյանքի առաջ քաշած խնդիրների լուծումը ինքնարդյունավետություն է պահանջում: Բռնության հետևանքով ի հայտ եկած հոգեկան վիճակը պահանջում է մեր կողմից աջակցություն և փոխադարձ կապ: Նրան ընդառաջեք, ուշադիր լսեք, օգնեք, որ վերաբացահայտի այն հմտությունները, որոնցով նախկինում հպարտանում էր, և որոնք բռնարարն արգելել է կամ ստիպել թերագնահատել: Օգնեք, որ ժամանցի նոր հոբբիներ գտնի, ու սովորեցրեք նոր հմտություններ, որ նա սկսի իրեն կարող ու լավ զգալ:



Ահա այն սկզբունքները, որոնց պետք է հետևենք, որպեսզի կարողանանք օգնել զոհին՝ դուրս գալու ճգնաժամից:

ԱՌԱՋԱԴՐԱՆՔ

Օրինակներ, դեպքերի ուսումնասիրություններ, հարցեր:

ՆՇՈՒՄՆԵՐԻ ՀԱՄԱՐ

▶ Դաս 11



ՃԳՆԱԺԱՄԱՅԻՆ ՄԻՋԱՄՏՈՒԹՅԱՆ ՀՄՏՈՒԹՅՈՒՆՆԵՐ ՍՈՑԻԱԼԱԿԱՆ ԱՇԽԱՏՈՂՆԵՐԻ ՀԱՄԱՐ

▼ ԳՆԱՀԱՏՈՒՄ

Ներքևում բերված հատվածը շատ կարևոր է այն սոցիալական աշխատողների համար, որոնք առաջին անգամ են հանդիպում շահառուի հետ: Եթե կինը օգնություն է խնդրում, անմիջապես կապվեք «Կանանց աջակցման կենտրոնի» հետ՝ զանգահարելով թեժ գծին (099 88 78 08), քանի որ մենք ԸԲ-ի զոհերի համար ապաստարաններ ունեն: Շատ կարևոր է, որ շահառուն ինքը զանգահարի թեժ գծին, որպեսզի համոզվենք, որ նա իսկապես աջակցության կարիք ունի, և սա այլ մարդկանց ենթադրությունը չէ:

Մինչ վերապրողը ծառայություն է ստանում, նրա իրավիճակի և կարիքների գնահատումը կարող է շարունակական գործընթաց լինել, որը սկսվում է մի շարք հարցերով առ այն, թե նա ինչ խնդրով է դիմել կենտրոն: Սա կոչվում է «գնահատում»:

Գնահատումը ներառում է անվտանգության հարցերի, զոհի ներկա իրավիճակի (օրինաչափություններ և բռնության պատմություն), ֆիզիկական և հոգեկան առողջության խնդիրների պարզաբանումը, ինչպես նաև այն ռեսուրսների, հմտությունների և աջակցային համակարգերի վերհանումը, որ նա արդեն ունի:

Շատ հաճախ ճգնաժամային իրավիճակում կինը չի կարող մտքերը շարադրել: Համբերատար եղեք: Հանգիստ եղեք: Ցույց տվեք, որ նրա հույզերը Ձեզ համար, հասկանալի են: Թո՛ւյլ տվեք, որ հարցերին դանդաղ և մտածված պատասխանի, եթե դրա կարիքն ունի: Թո՛ւյլ տվեք, որ դադար առնի:

Գնահատման ամբողջ ընթացքում նրան սատարե՞ք, օրինակ, այսպիսի ուղերձներով.

1. **«Դուք դրան արժանի չեք: Ընտանեկան բռնությունը արդարացնել չի կարելի: Դուք ավելի լավին եք արժանի»:**
2. **«Ես անհանգիստ եմ Ձեզ համար: Սա Ձեզ վնասում է (ու կարող է վնասել Ձեր երեխաներին)»:**
3. **«Իրավիճակը բարդ է: Երբեմն այն պարզելու համար ժամանակ է անհրաժեշտ»:**
4. **«Դուք միայնակ չեք: Կարելի է փարբերակներ գտնել: Ես Ձեզ կաջակցեմ ցանկացած որոշման պարագայում»:**
5. **«Ես մտահոգված եմ: Ուրախ եմ, որ ինձ պատմեցիք: Ուզում եմ միասին աշխատենք, որպեսզի Դուք որքան հնարավոր է ապահով և առողջ լինեք»:**
6. **«Բռնությունը դադարեցնելը Ձեր զուգընկերոջ պարտականությունն է, այլ ոչ Ձեր»:**
7. **«Կան կազմակերպություններ, որ կարող են Ձեզ օգնել: Դուք միայնակ չեք»:**

Գնահատման ժամանակ շատ կարևոր է, որ մենք շատ ուշադիր լինենք և լսենք, քան խոսենք, պատասխանենք՝ ապրումակցելով, հարգանքով և հոգատարությամբ ընդունելով կնոջը:

Վերապրողներին չդատելու մոտեցումը կարևոր է, որպեսզի հնարավոր լինի ստեղծել մթնոլորտ, որտեղ նրանք ապահով կզգան և մեզ կպատմեն: Անկախ մարդու անցած ճանապարհից, կյանքի փորձից, կրթությունից կամ ապրելակերպից՝ բռնություն վերապրող բոլոր անձինք արժանի են օգնության: Մեր անձնական կարծիքները և համոզմունքները աշխատանքի ժամանակ չդրսևորելը թույլ է տալիս, որ մենք հավասար և արդար աջակցենք ու պաշտպանենք ընտանեկան բռնության զոհերին:

Հարցազրույց անցկացնելու համար պետք է սկսել իրավիճակի մասին բացեփաց խոսելուց: Խնդիրը պետք է սահմանի ոչ թե սոցիալական աշխատողը կամ ոստիկանը, այլ վերապրողը: Թույլ տվեք, որ զոհն ինքնուրույն ներկայացնի խնդիրը՝ իր բառերով: Մենք կարող ենք հեշտացնել այս գործընթացը բաց հարցերի միջոցով:

- ▶ **Ինչ խնդիր է Ձեզ այստեղ բերել այսօր:**
- ▶ **Ինչո՞վ կարող եմ օգտակար լինել:**
- ▶ **Ինչի՞ մասին կուզեիք խոսել:**

1. Իրավիճակի գնահատման հարցում ամենակարևոր առաջնահերթությունը պետք է լինի ԱՆՎՏԱՆԳՈՒԹՅՈՒՆԸ:

Վերապրողին հարցրե՛ք.

- **Հիմա վտանգված եք:**
- **Որտե՞ղ է հիմա բռնարարը:**
- **Բռնարարը գիտի՞, թե որտեղ եք հիմա:**
- **Ձեզ անհրաժեշտ է անմիջական անվտանգություն կամ զանգել ոստիկանությանը:**
- **Բռնարարը հետևելու է Ձեր հեռախոսազանգերին/էլ. փոստին/ֆեյսբուքյան էջին/թվիթերյան էջին: Ինչպե՞ս կարող ենք Ձեզ հետ անվտանգ կապ հաստատել:**

2. Գնահատե՛ք զոհի նկատմամբ կիրառված բռնության օրինաչափություններն ու պատմությունը: (Այս հարցերը կարող են ցույց տալ վտանգի աստիճանը և սպանության հնարավոր վտանգը:)

- **Բռնությունը ֆիզիկական է եղել, թե՛ հոգեբանական (անպատվություն, նվաստացում, ֆիզիկական ճնշում, խաբեություն):**
- **Ձեր զուգընկերը Ձեզ հետ ստիպողաբար սեռական հարաբերություններ ունեցե՞լ է կամ սեռական վնաս հասցրե՞լ է:**
- **Ձեր զուգընկերը վերահսկո՞ւմ է Ձեր գործողությունները, փողը կամ երեխաներին:**
- **Ձեր զուգընկերը Ձեզ երբևէ հետամտե՞լ է:**

- Ձեր զուգընկերը Ձեր ընտանիքին անդամներին, ընկերներին կամ տնային կենդանիներին վնաս հասցրել է:
- Որքան ժամանակ է բռնությունը տեղի ունեցել:
- Որքան հաճախ է նա Ձեզ վնաս հասցնում:

3. Գնահատե՛ք զոհի հոգեկան և ֆիզիկական առողջության վրա բռնության հետևանքները:

- Ինչպե՞ս է Ձեր զուգընկերոջ բռնի վարքը ազդում Ձեր ֆիզիկական առողջության վրա (այն է՝ վզի կամ մեջքի շրջանում քրոնիկ ցավ, գլխացավ, կակազություն, տեսողական խնդիրներ, սեռական ճանապարհով փոխանցվող վարակներ, որովայնի հատվածում քրոնիկ ցավեր, ստամոքսի խոց, հաճախակի լուծ, փորկապություն կամ սնման խանգարումներ):
- Ինչպե՞ս է բռնի վարքագիծը ազդում Ձեր հոգեկան առողջության վրա (այն է՝ դեպրեսիա, ինքնասպանության մասին մտքեր, սթրես, հոգեկան խանգարումներ, թմրամիջոցների չարաշահում):

4. Գնահատե՛ք այլ ծառայություն մատուցողների կամ համայնքային աջակցման ծրագրերի հասանելիությունը զոհի համար (կարող եք նրանց հետ համատեղ աշխատել կամ զոհի անունից պաշտպանել իրենց շահերը):

- Կապ հաստատել եք արդյոք այլ ծառայություն մատուցողների հետ: Ձեզ օգնել են:
- Ձեզ հետ կապ հաստատած ո՞ր կազմակերպություններին եք վստահում:

5. Գնահատե՛ք զոհի անվտանգությունը՝ հատկապես ԸԲ-ի հետեւանքով մահվան կամ լուրջ վնասվածքների ռիսկը:

Ընտանեկան բռնության հարցերով մասնագետները մշակել են սպանության վտանգի գնահատման հարցաթերթիկ, որպեսզի գնահատեն, թե որքան է զոհի՝ սպանվելու ռիսկը: Որքան ավելի շատ հարցի է դրական պատասխան տրվում, այնքան ավելի բարձր է ռիսկը: Սպանության վտանգի գնահատման հարցաթերթիկ օգտագործած կենտրոնները կարողացել են ավելի մեծ ճշգրտությամբ կանխատեսել վտանգը և համակարգված արձագանքել՝ ի վերջո կանխելով մահվան դեպքը:

▶ **Դաս 12**



ԱՆՎՏԱՆԳՈՒԹՅԱՆ ՊԼԱՆ

Ինչ է: *Անվտանգության պլանը* անհատականացված մանրամասն ծրագիր է, որն օգնում է վերապրողին իրեն պաշտպանելու բռնություն պարունակող հարաբերությունների բոլոր փուլերում: Անվտանգության պլան պետք է ունենան վերապրողները, և դրանք պետք է տարբեր լինեն՝ ըստ բռնության իրավիճակի՝ արդյոք կինը դեռ ապրում է բռնարարի հետ, նախատեսում է հեռանալ, թե արդեն իսկ հեռացել է:

Ինչո՞ւ: Եթե կինը որոշում է մնալ բռնարարի հետ, ապա անվտանգության պլանը օգտակար կլինի, որպեսզի նա կարողանա ճիշտ կողմնորոշվել: Այն պետք է ներառի վնասի նվազեցման տեխնիկաներ: *Վնասի նվազեցում* ասելով հասկանում ենք այն քաղաքականությունները, ծրագրերը և գործելակերպերը, որոնց նպատակն է նվազեցնել ընտանեկան բռնությանն առնչվող վնասները այն վերապրողների համար, որոնք անկարող են կամ չեն ցանկանում հեռանալ: Զոհերին տրամադրելով տարբերակներ, որոնք օգնում են նրանց և նրանց երեխաներին գոյատևելու, նույնիսկ երբ նրանք վտանգավոր իրավիճակում են, մենք վերահաստատում ենք, որ զոհերը կարող են ինչ-որ չափով ապահովել իրենց անվտանգությունը: Սա խթանում է վերապրողի մտածելակերպը՝ շեշտելով նրա դերակատարությունը և հաստատելով, որ ճիշտ ուղու վրա է: Վնասի նվազեցումը նրան օգնում է հասկանալու, որ նա չպիտի իրեն ճնշված ու մեղավոր զգա աջակցություն ստանալիս, նույնիսկ այն պարագայում, եթե նա չի ուզում լքել բռնարարին:

Ահա անվտանգության մի քանի տեխնիկա, որ կարելի է օգտագործել, երբ վերապրողին արդեն իսկ հաջողվել է հեռանալ ու նա այժմ ապրում է ապաստարանում կամ մեկ այլ անվտանգ վայրում:

- Քաջալերե՛ք փոխել հեռախոսի համարը:
- Առաջարկե՛ք, որ Ֆեյսբուքում, Օդնոկլասնիկում կամ այլ սոցիալական ցանցերում գրառումներ չանի:
- Քաջալերե՛ք հանրայնորեն չհրապարակել իր գտնվելու վայրը կամ այն, ինչ ծրագրում է անել:
- Տեղեկացրե՛ք նրան, որ հարկ է խուսափել այն վայրերից, օրինակ՝

խանութներ այցելելուց, որտեղ բռնարարը կարող է նրան հեշտությամբ գտնել, քանի որ գիտի, որ նա կարող է այդտեղ գնալ:

- Առաջարկեք տեղեկացնել մանկապարտեզին/դպրոցին, թե ով կարող է վերցնել երեխաներին, և ով՝ ոչ:
- Զգուշացրեք, որ ընկերներին կամ ընտանիքի անդամներին չասի, թե որտեղ է, քանի որ բռնարարները կարող են նրանց սպառնալ՝ զոհի գտնվելու վայրը պարզելու համար (Երբ կինը գա ապաստարան, սոցիալական աշխատողները կարող են տեղեկացնել նրա ընտանիքի անդամներին, որ նա ապահով վայրում է, սակայն հասցեն **ԵՐԲԵՔ** չի կարելի նշել):
- Խորհրդով տվեք զգույշ լինել, թե ում ինչ տեղեկություն է տրամադրում:



Ահա վնասի նվազեցման մի քանի տեխնիկա, որ կարող ենք առաջարկել զոհերին, երբ նրանք դեռևս բռնարար հարաբերություններում են:

- ▶ Սովորեցրեք նրան պարզել բռնության շրջանը (մանրամասն՝ Դաս 5), որպեսզի նա ավելի պատրաստ լինի այդպիսի դիպվածի համար ու սկսի հասկանալ, որ բռնությունն իր մեղքով չէ, այլ շրջանի մի օղակ է:
- ▶ Առաջարկեք, որ մտապահի կամ թղթի վրա նշի բռնության յուրաքանչյուր դեպք (համոզվելով, որ գրառումները թաքուն վայրում են), որպեսզի տեսնեք՝ արդյոք նա կարող է պարզել օրինաչափությունները կամ խթանները:
- ▶ Պարզեք, թե որոնք են ավելի ապահով տարբերակները բռնության/այդպիսի դիպվածի պարագայում:
 - Խուսափեք պարանոցին շարժ կամ զարդ կրելուց, որոնք կարելի է օգտագործել խեղդամահ անելու համար:
 - Տեղափոխվեք *ավելի ցածր ռիսկայնությամբ* սենյակներ, ինչպիսին են **ննջարանը** կամ **հյուրասենյակը**, և հեռու մնացեք *բարձր ռիսկայնությամբ* սենյակներից (որտեղ կան զենքեր կամ միայն մի ելք) ինչպիսին են **խոհանոցը**, **սանհանգույցը** և **ավտոտնակը**:
 - Բռնության դիպվածի ժամանակ դռներին մոտ կանգնեք և փորձեք այնպես անել, որ Ձեր ու բռնարարի միջև ծանր կահույք լինի:

▶ Առաջարկեք, որ պատրաստվի անվտանգ կերպով դուրս գալուն, երբ բռնարարը տանը չէ, որպեսզի իրական դիպվածի դեպքում կարողանա փախչել (օր.՝ ընտրել դռները, պատուհանները կամ աստիճանավանդակը, որն օգտագործելու է փախչելիս):

▶ Խրախուսեք նրան երեխաների հետ անվտանգության ծրագրեր կազմել՝ սովորեցնելով և պարապելով նրանց հետ, թե ուր կարող են գնալ բռնության դիպվածի պարագայում (օր.՝ ամուր կողպեք ունեցող դուռ, հարևանի տուն): Երեխաներին գաղտնաբան սովորեցրեք, որպեսզի կարողանան օգնություն կանչել:

▶ Եթե կինը մտածում է հեռանալու մասին, ասեք նրան, որ.

- **ԵՐԲԵՔ** չհայտնի կամ ցույց չտա բաժանվելու կամ հեռանալու մասին իր մտադրությունը: Սա կարող է ճակատագրական լինել:
- Փաստաթղթերով, մի քիչ փողով, դեղերով և հագուստով պատրաստ պայուսակ պահի, որ կարողանա արագ հեռանալ, եթե դրա անհրաժեշտությունը լինի: Եթե այսպիսի պայուսակը տանը պահելը կարող է կասկած հարուցել, ապա այն պետք է տալ որևէ վստահելի մարդու:
- Իր մոտ կամ որևէ հեշտ հասանելի վայրում փաստաթղթեր պահի (ծննդյան վկայականներ, գույքի վերաբերյալ, աշխատանքային փաստաթղթեր):
- Պատճենի բոլոր իրավական փաստաթղթերը և դրանք ու տան հավելյալ բանալին և փողը տա որևէ վստահելի մարդու:
- Խնդրի այն հարևաններին, որոնց վստահում է, որ եթե աղմուկ լսեն, ոստիկանություն կանչեն:
- Բջջային հեռախոսը միշտ իր մոտ կամ որևէ ապահով վայրում պահի:
- Անգիր իմանա ընտանեկան բռնության թեժ գծի հեռախոսահամարը («Կանանց աջակցման կենտրոն»՝ **099 88 78 08**):
- Նախօրոք մտածի, թե որտեղ կարող է մնալ, որ ամուսինը չիմանա դրա մասին:
- Կոնկրետ և մանրամասն փախուստի ծրագիր պատրաստի և այն փորձարկի:

- **Ո՛ր եք գնալու:**
- **Ո՛ր ժամին է հարմար անվտանգ փախչել:**
- **Ո՛ր ճանապարհն է ամենաանվտանգը:**
- **Ձեզ հե՛տ եք տանելու Ձեր երեխաներին, թե՛ նրանք կարող են հարազատի/բարեկամի տանը մնալ:**
- **Արդյո՞ք անհրաժեշտ փաստաթղթերը պատրաստ են:**

Անվտանգության պլան ունենալը դեռևս չի երաշխավորում անվտանգություն. այն կարող է օգնել կնոջը՝ նրան որոշակի վերահսկողության և արդյունավետության զգացում հաղորդելով, և կարող է նվազեցնել ընտանեկան բռնությունից բխող վնասները, սակայն ամենակարող լուծում չէ: Զոհերը պետք է սա քաջ գիտակցեն:

▼ ՈՍՏԻԿԱՆՈՒԹՅԱՆ մասին

Երբեմն տրավմայի ախտանիշներն ազդում են զոհերի վրա, որի հետևանքով վերջիններս թվում են անվստահելի կամ անազնիվ: Բռնությունից տուժած կինը երբեմն կարող է չհիշել որոշակի մանրամասներ կամ ժամանակահատվածներ, և նրա պատմությունը կարող է խառը լինել: Կարող է մի բան ասել, ապա՝ բոլորովին այլ բան: Կարող է մտափոխվել և ցանկանալ վերադառնալ բռնարարի մոտ: Պետք է նրան համբերատարությամբ և ըմբռնումով վերաբերվել:

Շատ դեպքերում ոստիկանությունը միտում ունի նվազեցնելու ընտանեկան բռնության բացասական հետևանքները՝ այն համարելով նեղ ընտանեկան հարց ու չցանկանալով միջամտել: Երբեմն կնոջը նույնիսկ համոզում են գործ չհարուցել: Երբ զոհերը վստահություն չեն ներշնչում, ոստիկանությունը զգում է, որ արդարացիորեն հետամուտ չի եղել դեպքին: Բազում են դեպքերը, երբ զոհերը դիմել են ոստիկանությանը, որտեղ նրանց միջադեպին ուշադրություն չեն դարձրել կամ չեն ցանկացել օգնել: Որոշ դեպքերում էլ ոստիկանությունը զոհին ամոթանք է տվել ու ասել է դրա մասին բռնարարին, որի հետևանքով կինը էլ ավելի դաժան ծեծի է ենթարկվել:

Սոցիալական աշխատողներին խորհուրդ է տրվում աջակցել զոհին ոստիկանություն դիմելիս՝ գործ հարուցելիս կամ բռնության մասին տեղեկացնելիս: Նրան նախապատրաստե՛ք, որ կարող է այդպիսի վերաբերմունքի բախվել և չպիտի

հուսահատվի: Ոստիկանությունում նրա շահերը պաշտպանելիս հաստատական եղեք: Միշտ առաջնահերթությունը տվե՛ք նրա անվտանգությանն ու ընդունե՛ք նրան, եթե պատրաստ չէ կամ վախենում է գործ հարուցելուց: Բոլոր դեպքերում զոհն ինքը պիտի որոշի, թե իր համար ինչն է ճիշտ:



ԻՆՔՆՈՐՈՇՄԱՆ ԻՐԱՎՈՒՆՔ

Իր անվտանգության վերաբերյալ որոշումը միշտ զոհը պիտի կայացնի: Մենք կարող ենք տեղեկություններ և աջակցություն տրամադրել, սակայն չենք կարող 100% անվտանգություն երաշխավորել: Այսպիսով՝ մենք երբեք չպիտի նրան հրամայենք կամ վախեցնենք ու ստիպենք որևէ որոշում կայացնել: Բռնարար ամուսնուն քելը հեշտ չէ. երբեմն դա շատ բարդ գործընթաց է (մանրամասն տես Դաս 6): Միջինում վերջնական բաժանմանը նախորդում է բաժանման յոթ փորձ: Կինը պիտի համաձայն լինի, իսկ մենք պետք է համակարգված անվտանգության աջակցություն տրամադրենք:

Աշխատակիցները նաև պետք է զոհերին թույլ տան ու խթանեն անկեղծանալ մեր ծառայություններից օգտվելու ժամանակ, խոսել բռնարարի նկատմամբ իրենց *բոլոր* զգացմունքների մասին՝ ներառյալ երկակի զգացմունքների ու սիրո: Մենք պիտի ընդունենք, որ հարաբերություններից հեռանալը բարդ է ու քաջություն է պահանջում:

Աշխատակիցները պետք է նաև ընդունեն, որ նա պիտի լուծումներ գտնի, այսինքն՝ պետք է հարգել կնոջ որոշումներն ու նրան ժամանակ տալ: Աշխատակիցները չպետք է ակնկալեն, որ զոհը մեկ օրվա ընթացքում կձերբազատվի տրավմայի բոլոր հետևանքներից ու կփոխվի: Նոր կյանքին հարմարվելու գործընթացը նրանից ժամանակ է պահանջելու: Սոցիալական աշխատողները երբեք չպետք է ազդվեն նրա որոշումներից կամ նրա ընտրությունները դիտարկեն իբրև սոցիալական աշխատողի հաջողություն կամ ձախողում: Քանի դեռ մենք աջակցում ենք նրա ինքնորոշման իրավունքին ու վերահաստատում իր կյանքի ու ճանապարհի տերը լինելու նրա ունակություններն ու փորձը, մենք մեր աշխատանքը լավ ենք անում:



ԳՆԱՀԱՏՄԱՆ ԹԵՐԹԻԿ ԵՎ ՌԻՍԿԻ ԳՆԱՀԱՏՈՒՄ

Բացատրե՞ք գնահատման թերթիկի պարունակությունը և վտանգի գնահատումը: Վտանգի գնահատումը կոչված է չափելու զոհի կյանքին վտանգ սպառնացող ռիսկը: Ցույց տվեք ինչպես անել առաջնային գնահատում:

ԱՌԱՋԱԴՐԱՆՔ

Դերային խաղեր:

ԳՆԱՀԱՏՄԱՆ ԹԵՐԹԻԿ

Կ Ո Դ՝

Ամսաթիվ՝

«Կանանց աջակցման կենտրոնի»
ծառայություններից օգտվելու

Հ Ա Մ Ա Ձ Ա Յ Ն Ո Ւ Թ Յ Ո Ւ Ն

Ես՝ _____, դիմել եմ «Կանանց
աջակցման կենտրոն», ծանոթացել եմ և համաձայն եմ օգտվել հետևյալ անվճար
առաջարկվող ծառայություններից.

- Սոցիալական խորհրդատվություն
- Իրավական խորհրդատվություն
- Հոգեբանական խորհրդատվություն
- Մանկական հոգեբանի խորհրդատվություն
- Ընտանեկան բռնության մասին խորհրդատվություն
- Ուղղորդում ապաստարան

Ստորագրություն՝

- Հեռախոսային խորհրդատվություն

Դեպքը վարող՝

Ստորագրություն՝

ԳԱՂՏՆԻ

Տեղեկատվության տրամադրման համաձայնություն

Ես՝ _____

- Համաձայն եմ
- Համաձայն չեմ

Որ _____ ՀԿ-ն տրամադրի իմ անձնագրային տվյալները Աշխատանքի և սոցիալական հարցերի նախարարությանը՝ տվյալների բազայի համար:

Ես հասկանում եմ, որ այս տեղեկատվությունը գաղտնի է և տրամադրվելու է միայն անհրաժեշտության դեպքում՝ պետությունից իմ հայցած օգնությունը ստանալու համար:

Աշխատանքի և սոցիալական հարցերի նախարարությունից կարող եմ զանգի միջոցով ճշտել իմ ինքնությունը և տեղեկանալ աջակցման կենտրոնի մատուցած ծառայությունների վերաբերյալ:

Շահառուի ստորագրություն _____

Դեպքը վարողի ստորագրություն _____

Ամիս, ամսաթիվ _____

ՇԱՀԱՌՈՒԻ ԳՆԱՀԱՏՈՒՄ

Անհատական տվյալներ
 Ամսաթիվ_____

Շահառուի անուն-ազգանուն_____

Տարիք_____ Բռնություն գործադրած անձ_____

Ծննդյան թիվ_____ Բռնարարի ծննդյան թիվ_____

Հեռախոսահամարներ՝
 տան_____

աշխատանքային_____

բջջային_____

Բնակության վայրը (քաղաք, գյուղ)_____

Հասցե_____

Ո՞ւմ հետ է բնակվում_____

Ներկա պահին որտեղ է բնակվում՝ Բռնարարի հետ_____

Բռնարարից առանձին_____

Վերադարձել է բռնարարի մոտ_____

Երեխաներ ունե՞ք՝ Այո_____ Ոչ_____

N Անուն Ազգանուն Հայրանուն Տարիք

1

2

3

4

5

Խնամքի տակ գտնվող այլ անձինք՝ Այո_____ Ոչ_____

Այլ ամուսնությունից երեխաներ_____

Հարաբերությունների կարգավիճակը

Գրանցված ամուսնություն_____

Չգրանցված ամուսնություն_____

Ամուսնալուծված_____

Չամուսնացած_____

Այրի_____

Զուգընկեր_____

Քանի տարի եք հարաբերության մեջ _____

Շահառուի համար վստահելի անձանց կոնտակտներ

Արտակարգ իրավիճակների դեպքում շահառուին ծանոթ անձանց հետ կապ հաստատելը:

Անուն _____ Բարեկամ _____

Ծանոթ _____

Հեռախոսահամար _____

Կրթական մակարդակը՝

Կին

Ամուսին

_____ տարրական _____

_____ թերի միջնակարգ _____

_____ միջնակարգ _____

_____ միջին մասնագիտական _____

_____ բարձրագույն _____

_____ գիտական աստիճան _____

_____ զինվորական է կամ պատերազմի վետերան _____

_____ աշխատում է ուժային կառույցում _____

Մասնագիտություն/Հմտություններ/Եկամուտ _____

Աշխատում եք: Այո _____ Ոչ _____: Եթե այո, նշեք աշխատանքի բնույթը _____

Աշխատանքի վայրը _____

Արտագնա աշխատող _____

Ամուսինը/զուգընկերը աշխատում է: Այո _____ Ոչ _____:

Եթե այո, սեզոնային աշխատանք է: Այո _____ Ոչ _____:

Աշխատանքի վայրը _____

Սոցիալ-տնտեսական վիճակը _____

Ինչ նյութական միջոցներ ունեք:

Աշխատավարձ _____ Նպաստ _____ Թոշակ _____

Ալիմենտ _____ Այլ եկամուտ _____

Բռնության տվյալներ

Բռնության նկարագիր

Բռնության տեսակները

- o Ֆիզիկական (վնասվածքներ)_____
- o Տնտեսական_____
- o Հոգեբանական_____
- o Սեռական_____

Անօթևանությունը առաջնային հիմնախնդիր է: Այո___ Ոչ___

Արգելում է սոցիալական շփումները ընտանիքի, ընկերների բարեկամների հետ:

Այո _____ Ոչ_____

Վնասում է ընտանի կենդանիներին կամ փչացնում է Ձեր սիրած իրը:

Այո _____ Ոչ_____

Ֆիզիկական բռնություն տեղի ունենում է, երբ ակոհոլի կամ թմրանյութի

ազդեցության տակ է: Այո _____ Ոչ_____

Սթափ ժամանակ ոտնձգություններ, հայիոյանքներ, սպառնալիքներ,

նվաստացումներ, վերահսկողություն լինում է: Այո _____ Ոչ_____

Ոստիկանություն

Դիմել էք երբևէ ոստիկանություն և քանի անգամ: Այո _____ Ոչ_____

Եթե այո, ապա՝

Քաղաք, մարզ _____

Ոստիկանության բաժին _____

Դեպքի գրանցման ամսաթիվ _____

Դիմում կամ բողոք գրել էք: Եթե այո, ապա քանի անգամ: Այո_____ Ոչ_____

Հետ վերցրել էք դիմումը: Եթե այո, ապա քանի անգամ: Այո_____ Ոչ _____

Ինչ գործողություններ են կատարվել ոստիկանության կողմից: _____

Ինչ միջոց է կիրառվել:

Նախազգուշացում _____

Անհետաձգելի միջամտություն _____

Պաշտպանական որոշում _____

Դիմե՛լ եք դատարան: Այո_____ Ոչ_____

Քրեական գործ_____

Քաղաքացիական գործ_____

Հաշտություն առաջարկվե՞լ է: Այո_____ Ոչ_____

Ո՞ւմ կողմից: _____

Ոստիկանությունում կոնտակտային անձի տվյալներ:

Անուն, ազգանուն _____

Պաշտոն _____

Հեռախոս _____

Հիվանդանոց կամ այլ բուժհաստատություն դիմե՛լ եք վնասվածքներով, երբ և ինչի՞ համար:_____

Ապաստարան դիմե՛լ եք, որտե՞ղ և քանի՞ անգամ: Այո_____ Ոչ_____

Երբևէ տնից փախել եք անցյալում: Այո_____ Ոչ_____ Քանի՞ անգամ_____

Տնից փախել եք ներկայում: Այո_____ Ոչ_____

Ձեր ընտանիքում երբևէ եղել է ընտանեկան բռնություն: Այո_____ Ոչ_____

Ձեր ամուսնու/զուգընկերոջ ընտանիքում երբևէ եղել է ընտանեկան բռնություն:
Այո_____ Ոչ_____

Ձեր ամուսնու/զուգընկերոջ նախկին հարաբերություններում բռնություն եղել է:
Այո_____ Ոչ_____

Խոսել եք երեխաների հետ բռնության մասին: Այո_____ Ոչ_____

Երեխաների նկատմամբ սեռական վարք դրսևորվել է: Այո_____ Ոչ_____

Երեխաների նկատմամբ ֆիզիկական/սեռական բռնություն եղել է: Այո_____ Ոչ_____

Երեխաները ֆիզիկական բռնության ականատես եղել են: Այո_____ Ոչ_____

Առողջական վիճակի մասին տվյալներ

Առողջության ի՞նչ խնդիրներ ունեք (գերհոգնածություն, քնելու, կենտրոնանալու դժվարություն, ախորժակի անկում կամ հակառակը, մղձավանջային երազներ, գլխացավեր և այլն):_____

Արգելի՞մ եք բժշկի այցելել: Այո _____ Ոչ_____

Վիժուժ, արորտ ունեցեճլ եք՝ ստիպողական կամ բոնության պատճառով:

Ձեր ամուսինը/զուգընկերը առողջության ինչ խնդիրներ ունի:

Երեխաներ

Երեխաները պատվաստվեճլ են: Այո _____ Ոչ _____

Դուք կամ Ձեր երեխաները ունեճք որևէ ֆիզիկական հաշմանդամություն, որը

կպահանջի հատուկ հարմարություններ: Այո _____ Ոչ _____

Երեխաները ունեն գիշերամիզություն: Այո _____ Ոչ _____

Երեխաները վախեր ունեն: Այո _____ Ոչ _____

Երեխաներն ունեն որևէ վարքային խնդիր՝
ագրեսիվություն, դպրոցական խնդիրներ և այլն: _____

Ինչպես է երեխան տրամադրված Ձեր և բոնարարի հանդեպ: _____

Անտեսում. բոնարարի կողմից _____ տրավմայից տուժած կնոջ կողմից _____

Հոգեբուժական հոսպիտալացում

Երբևիցե ստացեճլ եք հոգեբուժական խորհրդատվություն: Այո _____ Ոչ _____

Երբևիցե հոսպիտալացվեճլ եք հոգեկան խնդիրների պատճառով: Այո _____ Ոչ _____

Եթե այո, երբ և ինչքան ժամանակով _____

Ներկայումս հոգեբույժի հսկողության տակ եք գտնվում: Այո _____ Ոչ _____

Եթե այո, ապա որտեճղ: _____

Հոգեբույժի անունը: _____

Հիմա ընդունում եք համապատասխան դեղորայքը: Այո _____ Ոչ _____

Ինչի համար է նախատեսված այդ դեղորայքը:

Ինչքան ժամանակ եք ընդունում դա: _____

Անօրինական թմրանյութեր

Օգտագործում եք կամ օգտագործել եք թմրանյութ: Այո _____ Ոչ _____
 Եթե այո, ինչ տեսակի և ինչ հաճախականությամբ: _____

Երբ _____

Դուք հիմա բուժվում եք: Այո _____ Ոչ _____

Ոգելից խմիչքներ

Խմում եք հարբելու աստիճանի: Այո _____ Ոչ _____

Միայնակ խմում եք: Այո _____ Ոչ _____

Ինչպե՞ս իմացաք կազմակերպության մասին:

Թեժ գիծ _____

Պետական կառույցներ (նշել) _____

Ծանոթներ, բարեկամներ, ազգականներ _____

Հասարակական կազմակերպություններ _____

Ուղղորդում _____

Այլ _____

Մատուցված ծառայություններ

Արդյունք

Իրավական

Հանդիպումների քանակ _____

- | | | |
|--|--------------------------|-------|
| <input type="checkbox"/> Խորհրդատվություն | <input type="checkbox"/> | _____ |
| <input type="checkbox"/> Ամուսնալուծություն | <input type="checkbox"/> | _____ |
| <input type="checkbox"/> Երեխաների բնակության հայց | <input type="checkbox"/> | _____ |
| <input type="checkbox"/> Խնամակալություն | <input type="checkbox"/> | _____ |
| <input type="checkbox"/> Քրեական | <input type="checkbox"/> | _____ |
| <input type="checkbox"/> Ոստիկանությունում գործի հարուցում | <input type="checkbox"/> | _____ |
| <input type="checkbox"/> Քննչական/դատաբժշկական փորձաքննություն | <input type="checkbox"/> | _____ |
| <input type="checkbox"/> Բողոքներ | <input type="checkbox"/> | _____ |
| <input type="checkbox"/> ԴԱՀԿ | <input type="checkbox"/> | _____ |
| <input type="checkbox"/> Պաշտպանական միջոց | <input type="checkbox"/> | _____ |

- Ընթացքի մեջ _____
- Ալիմենտի պահանջի մասին հայց _____

Սոցիալական

- Ընտանեկան բռնության խորհրդատվություն
 - Ռազմավարության քննարկում
 - Անվտանգության պլանավորում
 - Բժշկական խնդիրներ
 - Կենցաղավարման հմտություններ
 - Բնակարանի վարձակալություն
 - Փաստաթղթերի վերականգնում
 - Նպաստ
 - 150.000 դրամ
 - Երեխաների կրթություն/մանկապարտեզ
 - Մասնագիտական վերապատրաստում/որտեղ_____
 - Աշխատանք/որտեղ_____
 - Ապահով տուն
 - Ուղղորդում պետական և այլ կառույցներ
- Այլ ծառայություններ_____

Հանդիպումների քանակը (անձամբ կամ հեռախոսով)

Գրառումներ սոցիալական աշխատողի կողմից

ՎՏԱՆԳԻ ԳՆԱՀԱՏՈՒՄ

Նշել այն կետերը, որոնք համապատասխանում են Ձեր իրավիճակին:

- ___ 1. Ֆիզիկական բռնության հաճախականությունը կամ սրությունը անցած մեկ տարվա ընթացքում ավելացել է:
- ___ 2. Նա զենք ունի:
- ___ 3. Անցած մեկ տարվա ընթացքում հեռացել եք նրանից (նրա հետ բնակվելիս):
3 ա. Եթե երբևիցե նրա հետ չեք բնակվել, նշե՛ք այստեղ ___
- ___ 4. Նա աշխատանք ունի:
- ___ 5. Նա երբևիցե զենք օգտագործել է Ձեր դեմ կամ զենքով սպառնացել է Ձեզ: (Եթե զենքը ատրճանակ էր, նշե՛ք այստեղ ___)
- ___ 6. Նա սպառնացել է, որ Ձեզ կսպանի:
- ___ 7. Նա կարողացել է ընտանեկան բռնություն գործադրելու համար խուսափել ձերբակալվելուց:
- ___ 8. Երեխա(ներ) ունե՞ք, որ իրենից չեն:
- ___ 9. Նա երբևիցե Ձեզ ստիպել է Ձեր կամքին հակառակ սեռական հարաբերություններ ունենալ իր հետ:
- ___ 10. Նա երբևիցե փորձել է Ձեզ խեղդել:
- ___ 11. Նա թմրադեղեր օգտագործում է:
- ___ 12. Նա հարբեցող է (ամեն օր կամ համարյա ամեն օր խմում է) կամ խմում է, երբ խնդիրների առջև է կանգնում:
- ___ 13. Նա Ձեր առօրյա գործողությունների մեծ մասը կամ ամենը վերահսկում է: Օրինակ՝ նա է որոշում՝ ում հետ պետք է ընկերություն անեք, երբ կարող եք Ձեր ընտանիքի անդամներին հանդիպել, ինչքան գումար կարող եք ծախսել և այլն (Եթե նա այսպես է վարվում, բայց Դուք նրան դա չեք թույլատրում, նշե՛ք այստեղ ___):
- ___ 14. Նա Ձեզ մշտապես (ազրեսիվորեն) խանդում է: (Օրինակ՝ ասում է. «Եթե դու իմը չես, ուրեմն ոչ մեկինը չես լինի»:)

___ 15. Նա Ձեզ հղի ժամանակ ծեծե՞լ է: (Եթե նրանից հղի չեք եղել, նշե՞ք այստեղ _____):

___ 16. Նա երբևիցե սպառնացե՞լ է կամ փորձե՞լ է ինքնասպան լինել:

___ 17. Նա սպառնում է, որ Ձեր երեխաներին վնաս կտա:

___ 18. Արդյո՞ք կարծում եք, որ նա ի վիճակի է Ձեզ սպանելու:

___ 19. Նա Ձեզ հետևում կամ հետապնդում է, սպառնացող հաղորդագրություններ կամ գրություններ թողնում է, Ձեր գույքը փչացնում է, կամ զանգում է, երբ չեք ցանկանում իր հետ խոսել:

___ 20. Դուք սպառնացե՞լ, փորձե՞լ եք ինքնասպան լինել կամ ինքնասպանության մասին մտքեր ունեցե՞լ եք:

___ Գրել նշվածների ընդհանուր թիվը:

ՆՇՈՒՄՆԵՐԻ ՀԱՄԱՐ

▶ Դաս 13



ՀԻՄՆԱԿԱՆ ԽՈՐՀՐԴԱՏՎԱԿԱՆ ՏԵԽՆԻԿԱՆԵՐ

▼ ՎՍՏԱՀԵՔ

Եթե ուզում եք, որ Ձեզ վստահեն, պետք է նախ և առաջ ցույց տաք, որ արժանի եք վստահության:

- Անկեղծ ասեք, երբ որևէ բանի պատասխանը չգիտեք:
- Մի՛ խոստացեք անել կամ շտկել այն, ինչ չեք կարող:
- Պարզ խոսեք այն ծառայությունների մասին, որոնք կարող են առաջարկվել, և տրամադրեք բոլոր անհրաժեշտ տեղեկությունները և հղումները, որոնք կօգնեն նրան իր նպատակին հասնելու:
- Բացատրեք և նկարագրեք, թե ինչ է տեղի ունենալու նախապես:
- Քաջալերեք և գովեք նպատակներին հասնելու նրա ցանկությունը:
- Մի՛ դատեք նրան:
- Հարգեք գաղտնիությունը: Գաղտնապահ եղեք:

▼ ՀԵՏԱՔՐՔՐՎԱԾՈՒԹՅՈՒՆ ՑՈՒՑԱԲԵՐԵՔ

Եթե հետաքրքրված եք, ներգրավված, զոհը ավելի անկեղծ կլինի Ձեզ հետ: Հետաքրքրություն ցույց տալու համար արե՛ք հետևյալը.

- Այլ բաներով մի՛ զբաղվեք և նրան լսե՛ք համակ ուշադրությամբ: Մի՛ պատասխանեք զանգերին, մի՛ խոսեք այլ մարդկանց հետ, մի՛ նայեք համակարգչին, հեռախոսին կամ ժամացույցին: Մարմնի շարժումներից ակնհայտ է դառնում՝ իրականում լսում եք, թե ոչ:
- Կենտրոնացե՛ք նրա վրա, թե ինչ է ասվում:
- Հարցեր տվեք և խթանե՛ք, որ շարունակի խոսել:
- Նկատե՛ք, հիշե՛ք և ընդգծե՛ք նրա հատկանիշները:

▼ **ԼՍԵՔ**

Ահա մի քանի մեթոդ, որոնք կարելի է օգտագործել զոհի հետ խոսելիս, որպեսզի նա հասկանա, որ լսում եք: Նրան ցույց տալը, որ լսում եք, թույլ է տալիս, որ նա ավելի շատ անկեղծանա և ավելի շատ պատմի, թե ինչ է կատարվում, ու ինչպես է զգում:

1. Քաջալերեք, որ շարունակի խոսել.
«Ահա», «Հասկանում եմ», «Պարզ է»:
2. Ժամանակ առ ժամանակ ամփոփեք իր ասածը.
«Այսինքն, եթե Ձեզ ճիշտ եմ հասկանում, նկատի ունեք, որ...»:
3. Եթե որևէ բան չեք հասկանում, խնդրեք, որ կրկնի: Մարդիկ ուզում են, որ իրենց հասկանան, և այսպիսով Դուք ցույց եք տալիս նրան, որ իսկապես պատրաստ եք լսելու *իր* պատմությունը:
4. Արձագանքեք. «Կարծես, սա շատ կարևոր է Ձեզ համար», «Զգում եմ, որ զայրացած... անհնազստացած... նյարդայնացած եք»:
5. Ցնրյց տվեք, որ համամիտ եք նրա հետ.
«Գնահատում եմ, որ ցանկանում եք խոսել այսքան բարդ բաների մասին...»
6. Թո՛ղյլ տվեք, որ ժամանակ առ ժամանակ դադար առնի, որ հավաքի մտքերը, եթե դրա կարիքն ունի:
7. Ուշադրությունը շեղե՛ք: Հաճախ զոհը կարող է անդադար խոսել նրա մասին, թե ինչ է նա արել, և թե ինչ է բռնարարը արել: Պետք է շեղել ուշադրությունը. «Գիտեմ, որ շատ ասելիք ունեք, բայց կարո՞ղ ենք կենտրոնանալ սրա վրա»:

▼ **ԱՊՐՈՒՄԱԿՑԵՔ**

Կկարողանաք զոհի հետ կապ հաստատել, եթե ապրումակցեք ու հասկանաք նրան: Ապրումակցում նշանակում է, որ պատկերացնում եք Ձեզ իր տեղը ու փորձում եք հասկանալ, թե ինչ է զգում: Ապրումակցել կարելի է հետևյալ կերպ.

- Հաղորդակցվել բառերով և մարմնի շարժումներով, այսինքն՝ աչքերին նայելով, մի քիչ մոտ գալով ու համակ ուշադրությամբ լսելով կամ գլուխը շարժելով, եթե շատ ցավոտ բանի մասի է խոսում:

- Իր զգացմունքները ընդունելով. «Ցավում եմ, որ տխուր/վախեցած/ցավի մեջ եք»:
- Այնպես անեք, որ նա զգա, որ իր բոլոր հույզերը, որ ապրում է, նորմալ են այդ պարագայում:

▼ ՀԱՂՈՐԴԱԿՑՄԱՆ ԽՈՉԸՆԴՈՏՆԵՐ (ԲԱՌԵՐ, ՈՐ ԽՈՉԸՆԴՈՏՈՒՄ ԵՆ ՀԱՂՈՐԴԱԿՑՎԵԼԻՍ)

Խուսափեք այնպիսի բառերից, որոնք մարդուն թույլ չեն տալիս շփվել: Մի ընդհատեք նրան:

1. Մի օգտագործեք «Ինչո՞ւ» բառը: Հարցը տալը, թե **ԻՆՉՈՒ** է նա արել այս կամ այն բանը, պահանջում է, որ վերապրողը բացատրի բաներ, որ հաճախ իր համար պարզ չեն: Բացի այդ, եթե նրան հարցնում եք, թե ինչու է դա արել, կարծես թեթև ակնարկում եք, որ նա վերահսկողություն ուներ իրավիճակի նկատմամբ, մի զգացողություն, որ նա կարող է ընդհանրապես չզգալ, և նրան կարող է թվալ, որ իր մեղքը կա: Բռնությունը որևէ ենթատեքստով ընդունելի չէ, այնպես որ, եթե կենտրոնանում եք նրա վրա, թե նա ինչ է արել, այլ ոչ թե տղամարդն ինչ է արել, շեղում է ուշադրությունը բռնության իրական պատճառից և պատասխանատվությունից:
2. Մի ասեք նրան, թե ինչ պիտի զգա: Եթե որևէ մեկին ասում եք՝ «մի՛ անհանգստացեք» կամ «մի՛ տխրեք», Դուք թելադրում եք, թե ինչ զգա: Բռնությունից հետո ճնշող զգացողություններն անխուսափելի են, և նրան ասել, թե չպետք է նման զգացմունքներ ունենալ, կարող է նրան ամաչեցնել կամ տպավորություն ստեղծել, որ կարծում եք՝ նա ինչ-որ բան սխալ է անում, կամ իրեն չեք հասկանում: Այսպիսի արտահայտությունները կարող են մարդուն հետ պահել անկեղծանալուց:
3. Մի ասեք նրան, թե իր համար լավագույն տարբերակը որը կլինի, կամ որ Դուք ամբողջությամբ հասկանում եք իր իրավիճակը: «Քարոզ մի՛ կարդացեք»՝ ասելով, թե... «պիտի սա անես» կամ «պիտի սա չանես...»: Դուք չեք կարող լիովին հասկանալ նրա իրավիճակը, կամ թե ինչ է կատարվում նրա հետ, այնպես որ պիտի հիմնվեք նրա գնահատականների վրա: Կարող եք առաջարկել գնալ ապաստարան՝ բացատրելով, որ նա, օրինակ, մեծ ռիսկի

գոտում է, բայց թո՛ւյլ տվեք, որ ցանկացած հույզ արտահայտի սրա վերաբերյալ, և թող վերջնական որոշումը իրենը լինի:

4. Մի՛ ստիպեք նրան կամ ճնշում մի՛ գործադրեք, որ պատմի ինչ-որ բան, ինչի մասին խոսելիչի ցանկանում: Մանրամասներ մի՛ հարցրեք (բացի այն տվյալներից, որ անհրաժեշտ են իր անվտանգության համար): Եթե նրան ստիպեք, որ խոսի տրավմատիկ փորձից, սա կարող է նրան կրկնակի տրավմա հասցնել, և դա կխանգարի, որ կարողանաք Ձեր աշխատանքը պատշաճ կատարել: Եթե կարիք ունի խոսելու մանրամասներից, խթանեք, որ խոսի հոգեբանի հետ:
5. Նրան կեղծ կամ մեծ խոստումներ մի՛ տվեք: Մի՛ ասեք՝ «ամեն ինչ լավ կլինի»: Դուք չգիտեք՝ արդյոք ամեն ինչ լավ կլինի, ոչ էլ նա գիտի դա: Երբ խոստում եք տալիս, որը չեք կարող պահել, դա կոտրում է շահառուի վստահությունը:

Լավագույնը շահառուներին ուղղորդելն է մասնագետների մոտ, որոնք աշխատում են ընտանեկան բռնության ոլորտում: Զանգահարեք «Կանանց աջակցման կենտրոնի» **099 88 78 08 թեժ գծին:**

ԱՌԱՋԱԴՐԱՆՔ

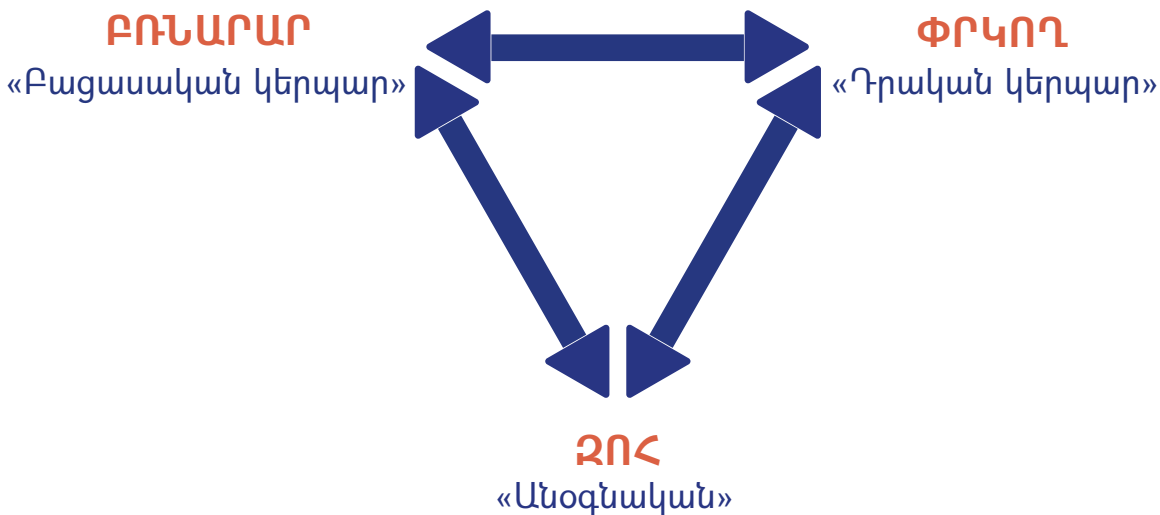
Դերային խաղ՝ զարգացնելու համար հաղորդակցվելու հմտությունները:

▶ **Դաս 14**



ՀՐՈՐԱՑՈՒՄ

Բռնարար հարաբերությունները վերահսկման վարքի օրինակ են: Բռնություն կատարող անձը զգում է, որ իրավունք ունի կնոջ փոխարեն ընդունելու բոլոր որոշումները՝ ասելով, թե ինչ անի, երբ անի և ինչպես անի: Անցյալում այս մոդելը կրկնօրինակում էին աջակցության ծառայություն մատուցողները, որոնք զոհերին վերաբերվում էին «փրկողի» հոգեբանությամբ՝ ասելով, թե ինչպես, երբ ու ինչ պիտի անի, որ վերականգնվի ու շարունակի ապրել բնականոն կյանքով: Նույնիսկ եթե ծառայություն մատուցողները կարճատև ժամանակում «օգնում են» նրան՝ նրա փոխարեն ամեն ինչ անելով, նրան կարծես թե թողնում են նույն անօգնական վիճակում, ինչ բռնարար հարաբերություններում էր: Երկարաժամկետ կտրվածքով նրա հաջողության համար քայքայիչ է, եթե ամեն ինչ կատարվում է իր փոխարեն, որովհետև նա իրեն ունակ չի զգա ու չի սովորի այն հմտությունները, որոնք անհրաժեշտ են իր և երեխաների մասին հոգ տանելու համար: Ստորև պատկերված գծապատկերը ցույց է տալիս այն քայքայիչ հարաբերությունները, որոնք զոհին պահում են անօգնական վիճակում:



ԳԾԱՊԱՏԿԵՐ 2.

Վերցված է Քարպմանի Դրամայի եռանկյունից²⁵: Թեև փրկողը ցանկանում է օգնել՝ զոհի հաջողության նկատմամբ վերահսկողություն սահմանելով, նա ի վերջո զոհին պահում է նույն՝ անօգնական դիրքում, ինչ բռնարարը:

25 Karpman MD, Stephen (1968թ.). “Fairy tales and script drama analysis”. Transactional Analysis Bulletin 26 (7), էջ 39–43:

Ժամանակի ընթացքում մասնագետները վերապրողների հետ աշխատելու ավելի մեծ փորձ են ձեռք բերում և սովորում են, որ գոհերն ամենաշատը կարիք ունեն մի անձի, որն աջակցում է *իրենց* որոշումներին, խթանում և ամրապնդում է *իրենց* ուժեղ կողմերը, ու նրանց ռեսուրսներ են տրամադրում, որ հասնեն իրենց նպատակներին: Վերապրողները հաջողակ են, երբ կարող են կառավարել իրենց ուրույն վերականգնման ճանապարհը: Այս մոտեցումը կոչվում է **Հզորացում**:

Ապացուցվել է, որ *Հզորացման* մոդելը կամ *Տրավմային արձագանքի* մոդելը, որի վրա հիմնվում է այս ձեռնարկը, բարձրացնում է անձնական անվտանգությունը, արդյունավետությունը և նվազեցնում անհանգստությունը, տրավման և հոգեբանական համախտանիշները: Նաև ցույց է տրվել, որ այն բարելավում է կազմակերպչական հաջողությունը և աշխատակազմի գոհունակությունը: Հզորացումն ըմբռնելը էական է ընտանեկան բռնության ծառայությունների հաջող աշխատանքի համար մեր երկրում: Այս մոտեցումը իսկապես կարևոր է, որպեսզի վերապրողն ազատվի բռնարար հարաբերություններից և իր անկախության, հաջողության ու վերականգնման համար կարևոր հմտություններ ձեռք բերի: Հզորացման մոդելը խթանում է մի միջավայր, որտեղ վերապրողը սեփական վերականգնման գործընթացի առաջնորդն է, երբ նա պատասխանատու է սեփական գործողությունների, որոշումների և երջանկության համար: Մեր հաջողությունը չափվում է այն փաստով, որ վերապրողն այլևս մեր կարիքը չունի:

Արդյունավետ հզորացման մոդելի նպատակն է վերականգնել այն, ինչ բռնարարը վերցրել է:

Անվտանգություն

Բռնարարները զրկում են իրենց զոհի անվտանգությունը բառի բոլոր իմաստներով՝ ինչպես ֆիզիկական, այնպես էլ հուզական:

Վերահսկողություն

Բռնարարները վերահսկում են զոհի ամբողջ կյանքը՝ թույլ չտալով կատարել ազատ և կամավոր որոշումներ կամ իր կարծիքը/կարիքները առաջնահերթություն դարձնել:

Կապ

Բռնությունը խաթարում է անձի՝ ուրիշներին վստահելու և նրանց հետ կապ հաստատելու կարողությունը:



ԱՆՎՏԱՆԳՈՒԹՅԱՆ ՎԵՐԱԿԱՆԳՆՈՒՄ



Ֆիզիկական անվտանգություն

Ֆիզիկական անվտանգությունը (միանգամից և երկարաժամկետ) պետք է գնահատվի առաջին անգամ և յուրաքանչյուր անգամ, երբ հանդիպում եք ինչ-որ մեկին: Տես Դաս 5:



Հուզական անվտանգություն

1. Գիտակցաբար մոտեցեք և կարևորություն տվեք մանրուքներին, որոնք առնչվում են Ձեր միջավայրին, որտեղ Դուք ծառայություններ եք մատուցում.

- Այնպես արեք, որ Ձեր գրասենյակը գտնելը հեշտ լինի, և այն լավ լուսավորված լինի:
- Ցույց տվեք, որ գնահատում եք նրա անձնական կյանքը: Հարցրե՛ք՝ արդյոք կուզենա փակել դուռը կամ գնալ մեկ այլ սենյակ:
- Մի՛ զբաղվեք այլ բաներով: Հեռախոսազանգերին մի՛ պատասխանեք կամ թույլ մի՛ տվեք, որ մարդիկ մտնեն սենյակ և Ձեզ հարցեր տան:
- Գրասենյակը մաքուր և կոկիկ պահեք և հարմար ջերմաստիճան պահպանեք:
- Պարզ ցույց տվեք, թե որտեղ է զուգարանը, և որտեղ կարելի է ջուր խմել:
- Հստակ ասե՛ք՝ որքան ժամանակ կարող եք տրամադրել իրեն:
- Նրան դիպչելուց առաջ մի՛շտ հարցրեք:

2. Նրա անվան, անձնական տվյալների, գտնվելու կամ աշխատանքի կամ երեխաների դպրոցների վերաբերյալ գաղտնիությունը էական նշանակություն ունի: Գաղտնիությունը, հատկապես եթե կինը լքել է բռնարարին, ապաստարանում է կամ թաքնվում է, նույնպես գործնականում էական նշանակություն ունի նրա անվտանգության համար: Ձեր գրասենյակի գտնվելու վայրի գաղտնիությունը կարևոր նշանակություն ունի սոցիալական աշխատողների անվտանգության համար:

Հայաստանում երբեմն կազմակերպությունները չեն գնահատում գաղտնիությունը, և ծանոթների ու բարեկամների համար կարող է հեշտ լինել զոհի և նրա գտնվելու վայրի մասին տեղեկանալը զանազան պետական բաժանմունքներում գտնվող փաստաթղթերից: Շատ զգույշ եղեք, թե ում եք տեղեկություն տրամադրում:

Օրինակ *Մի դեպքում ոստիկաններից մեկը մեկ այլ գործընկերոջ հետ քննարկել է զոհի գտնվելու վայրը, և պարզվել է, որ այս գործընկերը հանցագործի ընկերներից էր: Որպես հետևանք՝ կնոջը գրել ու դաժան ծեծի են ենթարկել:*

Բռնարարները կարող են համառ և վտանգավոր լինել: Բռնարարին թողնելով՝ կինը կամ նրա երեխաները կարող են առևանգման վտանգի առջև կանգնել ու պատժվել օգնության դիմելու համար: Կնոջ սպանության ռիսկը ամենաբարձրն է այն ժամանակ, երբ նա հեռացել է: Պահպանեք հետևյալ նախազգուշական միջոցները.

- Որևէ կոնկրետ դեպք քննարկելիս, նույնիսկ գործընկերների հետ, զոհի մասին երբեք մի՛ խոսեք՝ օգտագործելով նրա իսկական անունը, եթե Ձեզ կարող են լսել այլ անձինք: Եթե օգտագործում եք հեռախոսը կամ թեժ գիծը, զանգերին պատասխանեք բոլորից հեռու:
- Ոստիկանությանը որևէ տեղեկություն մի՛ տրամադրեք, եթե զոհը համաձայն չէ:
- Երբեք որևէ մեկին մի՛ հայտնեք, թե որտեղ է կինը՝ նույնիսկ նրա ընտանիքի անդամներին:
- Չի կարելի տրամադրել որևէ լուսանկար կամ տեղեկություն. սա կարելի է անել միմիայն կնոջ համաձայնությամբ, և եթե վերջինս տեղյակ է հնարավոր անվտանգության ռիսկերից:

Գաղտնիությունը վստահության վերականգնման և հուզական անվտանգության ապահովման ամենակարևոր բաղադրիչներից է: Պահպանեք գաղտնիություն՝ հստակ տեղեկացնելով, թե որ տեղեկությունները կարող եք գաղտնի պահել և որոնք չեք կարող: Ու անպայման հենց այդպես էլ վարվեք: Երբեք մի՛ խոստացեք գաղտնիություն, եթե չեք կարող այն ապահովել: Հստակ ասեք, թե կնոջ գործի որ մասերում Ձեր կազմակերպության որ անձինք են ներգրավված լինելու: Ձեր

գործընկերների հետ շահառուի մասին մի' խոսեք, քանի դեռ նա Ձեզ թույլտվություն չի տվել որոշակի թեմա քննարկելու: Հստակ տեղեկացրեք, թե ում կարող եք դիմել արտակարգ իրավիճակում: Շահառուի մասին նրա ներկայությամբ երբեք մի' խոսեք այլ մարդու հետ: Երբեք մի' շշնջացեք:

3. Հուզական անվտանգություն ապահովելու համար անհրաժեշտ է հավատալ շահառուին: Նրա կյանքում, հավանական է, շատ են եղել մարդիկ, որոնք բռնությունը թերագնահատել կամ մերժել են: Եթե ուղղակի հավատաք կնոջ պատմությանը, արդեն իսկ խորապես կաջակցեք, որ սկսի Ձեզ վստահել ու իրեն ապահով զգալ:

4. Հուզականության տեսակետից բռնարարը զոհից վերցրել է վերջինիս որոշում կայացնելու, լսված լինելու, որպես արժանի անհատ հարգված լինելու իրավունքները: Մենք պիտի հակառակն անենք:

▶ **Բռնարարը**

- Գերիշխում է խոսակցություններում:

- Նրան խիստ ճնշում է:

- Նվաստացնելով է խոսում զոհի հետ:

- Հավատում է, որ իրավունք ունի կառավարելու կնոջ կյանքը:

- Հավատում է, որ ավելի լավ է հասկանում կնոջ երեխաներին:

- Կնոջ փոխարեն է մտածում:

- Կարծում է՝ գիտի, թե կնոջ համար ինչն է լավ:

▶ **Դուք պետք է**

- Ավելի շատ լսեք ու ավելի քիչ խոսեք:

- Համբերատար լինեք ու հարգեք նրա՝ որևէ քայլ ձեռնարկելու պատրաստակամության մասին դիտարկումը:

- Նրան հավասարի պես վերաբերվեք ու Ձեր ծայնի մեջ հիասթափության ելևէջներ ցույց չտաք:

- Հարգեք նրա ինքնորոշման իրավունքը:

- Ենթադրեք, որ նա ունակ ու հոգատար մայր է:

- Մտածեք նրա **ՀԵՏ**: Նրան հավասարի պես վերաբերվեք ու միասին աշխատեք: Ցանկալի չէ ասել. «Ձեր փոխարեն սա կանեի»:

- Վերաբերվեք նրան այնպես, որ նա է իր կյանքի տերը: Մի՛ ենթադրեք, որ գիտեք, թե նա ինչ պիտի անի:

▶ **Դաս 15**



ՎԵՐԱՀՍԿՈՂՈՒԹՅԱՆ ԶԳԱՑՄԱՆ ՎԵՐԱԿԱՆԳՆՈՒՄ

Ըստ հզորացման մոդելի՝ եթե մարդուն ասում են, թե ինչ պիտի անի, նա կարող է դա անել, սակայն պարտադրանքից կամ վախից դրդված: Սա նույն արդյունքին չի հանգեցնի, ինչ եթե նա ինքնուրույն որոշում կայացնել, թե ինչ պետք է անի, և այդ քայլն ինքնուրույն անելու համար ջանք, նպատակ ու վերահսկողություն գտներ: Սա վճռական նշանակություն ունեցող սկզբունք է:

Առաջարկեք ոչ թե խորհուրդ, այլ *տարբերակներ*: Հավասարապես ներկայացրեք յուրաքանչյուր տարբերակը առանց դատողությունների կամ կանխակալության, թե որն է լավագույնը: Հարցրեք կնոջը, թե որոնք են յուրաքանչյուր տարբերակի դրական ու բացասական կողմերը, ու դրանք քննարկեք նրա հետ: Սակայն թո՛ւյլ տվեք, որ որոշումն ինքնուրույն կայացնի:

Երբեք մի՛ ասեք նրան, թե.

- ▶ որն է լավագույն տարբերակը «ընտանեկան բռնություն վերապրողների համար»,
- ▶ որը պիտի լինի նրա հաջորդ քայլը,
- ▶ ինչպես պիտի իրեն զգա:

Տեղեկություններ և տարբերակներ տրամադրելով՝ Դուք օգնում եք կնոջը ինքնուրույն որոշումներ կայացնելու: Այս մեթոդը, հակառակ կնոջ փոխարեն որևէ բան անելուն, թույլ է տալիս խթանել կնոջ ինքնավստահությունը, որը էական բաղադրիչ է բռնությունից հետո նորմալ կյանքով ապրել շարունակելու համար:

Անհատական մոտեցում ցուցաբերեք յուրաքանչյուր շահառուին: Թո՛ւյլ տվեք, որ նա ուղղորդի, թե որոնք են իր հաջորդ քայլերը:

Բռնությունից հետո շահառուները հաճախ երկարատև տրավմատիկ ռեակցիաներ են ունենում, որոնք դրսևորվում են ֆիզիկապես կամ հուզականորեն: Օգնեք շահառուներին հասկանալու իրենց հույզերը և մարմնի ռեակցիաները ու ցոյց տվեք, որ դրանք նորմալ են: Սովորեցրեք նրանց հանգստացնող տեխնիկաներ:

▼ ԿԱՆՈՆՆԵՐԻ ՄԱՍԻՆ

Որոշակի կառուցվածքն ու կանոնները կարող են անհրաժեշտ լինել ապաստարանի գործունեության կամ ծառայություններից օգտվելու համար և իրականում օգնում են վերականգնման ընթացքին, քանի որ թույլ են տալիս որոշակի վերահսկողություն ու կանխատեսելիություն: Կանոնները սահմանում են հստակ ստանդարտներ, որոնք շահառուների համար հասկանալի և իրատեսական են: Դրան հակառակ՝ բռնությունը կանոններ չունի, և կնոջ համար անհնար է հասկանալ, թե ինչ պիտի անի և ինչ չպիտի անի: **ՍԱԿԱՅՆ** կանոնները կարող են նաև սահմանափակել ու վերահսկել: Եթե կանոններն անհրաժեշտ է կիրառել, ապա շահառուները պետք է հստակ գիտակցեն այդ կանոնների նպատակները: Եթե անվտանգության նկատառումներով կնոջը զրկում են որոշակի ազատություններից, ապա պետք է հստակ և կարեկցաբար բացատրել նրան, թե այդ գործողություններն ինչպես կարող են վտանգել նրա (նաև՝ Ձեր) կյանքը: Մյուս կողմից՝ չափից դուրս շատ կանոնները, օրինակ՝ զոհին անընդհատ հետևելը, նրան անձնական տարածք չտրամադրելը, հեռախոսով կամ համայնքի հետ խոսել արգելելը կարող են նրան «ճնշել» այնպես, ինչպես բռնարարն էր վերահսկում նրա կյանքը:



ԿԱՊԻ ՎԵՐԱԿԱՆԳՆՈՒՄ

Եթե մենք հստակ, ուղիղ և անթաքույց ասենք այն ամենի մասին, ինչ անում ենք, և ինչը կարող է ազդել շահառուի կյանքի վրա, ապա վստահաբար կօգնենք նրան վերականգնելու վստահությունն ու հաղորդակցությունը մեզ հետ:

Շահառուների վստահությունը քայքայված է բռնության պատճառով: Բռնությունը սովորեցնում է զոհերին, որ իրենց ամենամոտ մարդիկ կվսասեն իրենց: Բռնությունը սովորեցնում է զոհերին, որ իրենց բարության դիմաց թանկ են վճարելու: Բռնությունը սովորեցնում է զոհերին, որ անտեսեն իրենց բնազդը և դրա փոխարեն կենտրոնանան կյանքը փրկելու համար անհրաժեշտ հաղթահարման մեխանիզմների վրա:

Օգնե՛ք շահառուին՝ վերականգնելու կապը.

- ▶ Ասե՛ք նախադասություններ, որոնք նրան արժևորում են. «Ինձ համար միևնույն չէ, ու ես կարծում եմ, որ Դուք ավելիին եք արժանի»:
- ▶ Խրախուսե՛ք նրան զբաղվել գործունեությամբ կամ սովորել նոր հմտություններ, որոնց նկատմամբ նա հակում ունի, և որոնցով նա հպարտանում է:
- ▶ Նրա հետ քննարկե՛ք, թե ծանոթ մարդկանցից ով կարող է աջակցել իրեն: Դուք չեք կարող լինել նրա միակ աջակցման համակարգը:
- ▶ Խրախուսե՛ք, որ այլ մարդկանց հետ որևէ հաճելի զբաղմունքների մասնակցի:
- ▶ Խթանե՛ք բարձրագույն կրթության և ուսման հնարավորությունները:

ԱՌԱՋԱԴՐԱՆՔ

Դերային խաղ:

ՆՇՈՒՄՆԵՐԻ ՀԱՄԱՐ

 **Դաս 16**



ԱՄՓՈՓՈՒՄ

ՆՇՈՒՄՆԵՐԻ ՀԱՄԱՐ

▶ Դաս 17



ԹԵԺ ԳԻԾ

▼ ՀԻՄՆԱԿԱՆ ԵՆԹԱԴՐՈՒԹՅՈՒՆՆԵՐ

- ▶ Բռնության համար միշտ պատասխանատու է ոչ թե վերապրողը, այլ բռնություն գործադրողը:
- ▶ Վերապրողները կատարել են հնարավոր լավագույն ընտրություններն ու որոշումները՝ հաշվի առնելով իրենց սահմանափակումները, վախերը, զգացմունքները և հանգամանքները:
- ▶ Ոչ ոք «արժանի չէ» բռնության: Բռնությունը չի նշանակում, որ վերապրողը սխալվել է որևէ բանում՝ ինչ էլ ասել, արել, հագել կամ մտածել:
- ▶ Վերապրողներն ունեն անհավատալի ուժ և վերականգնելու կարողություն. դա կարող է ժամանակ պահանջել և դժվար լինել, բայց յուրաքանչյուր վերապրող կարող է ինքնուրույն վերականգնվել: Յուրաքանչյուր վերապրողի կարիքները տարբեր են:

Մարդիկ կարող են զանգահարել Ձեր գրասենյակ, թեև Դուք չունեք կոնկրետ թեժ գծի հեռախոսահամար: Ահա մի քանի խորհուրդ ինչպես վարվել զանգի դեպքում: Եթե կնոջը վտանգ է սպառնում, խնդրեք նրան անմիջապես զանգահարել ոստիկանություն կամ **099 88 78 08**՝ ապաստարան տրամադրելու համար: Եթե դա արտակարգ իրավիճակ չէ, խորհուրդ տվեք նրան դիմել մասնագիտական օգնության՝ զանգահարելով **099 88 78 08** հեռախոսահամարով: Բարի և ըմբռնող եղեք:

1. Նախ միշտ համոզվեք, որ նա կարող է ապահով խոսել: Բռնարարը կողքին է: Նա շուտով տուն կգամ: Կստուգի՞ նրա կատարած զանգերը:
2. Բոլոր թեժ գծերի զանգերը (նույնիսկ անանունները) պետք է լինեն գաղտնի: Ձոռը կարող է որոշել կեղծ անուն նշել կամ ընդհանրապես անուն չնշել: Մենք տրամադրում ենք նրա ուզած/անհրաժեշտ տեղեկությունը և խրախուսում ենք նրան գալ կենտրոն ավելի մանրամասն քննարկման համար: Ոչ մի զանգ չի մերժվում:

3. Միշտ տեղեկացրե՛ք նրան, որ բռնարարին չհայտնի հեռանալու կամ ամուսնալուծվելու իր մտադրությունը, քանի որ նա կարող է դառնալ վտանգավոր կամ սպանություն գործել:
4. Շատ հաճախ մարդիկ պարզապես զանգում են տեղեկություն և ռեսուրսներ ստանալու համար: Դրանք տրամադրե՛ք կարեկցանքով, համբերությամբ և ըմբռնումով:
5. Երբեմն կինը կարող է զանգահարել կազմակերպությանը՝ փորձելու համար, թե արդյոք մյուս կողմում իրեն լսող մարդիկ զգայուն և օգտակար են, որպեսզի որոշի՝ ցանկանում է արդյոք դիմել կազմակերպությանը: Ձոռները սովոր են, որ իրենց մեղադրում են նույնիսկ վստահելի մարդիկ և աջակցող կազմակերպությունները: Թեժ գծին զանգելով՝ անձը չի պարտավորվում և կարող է մնալ անանուն, մինչ որոշում կկայացնի:
6. Եթե իրավիճակն արտակարգ է, գնահատե՛ք իրավիճակը, վտանգը և երեխաների բարեկեցությունը: Անմիջական վտանգի դեպքում տուժողին խորհուրդ տվե՛ք զանգահարել ոստիկանություն կամ, եթե ցանկանում է, առաջարկե՛ք, որ մենք զանգահարենք ոստիկանություն: Եթե նա հայտնում է, որ արդեն զանգահարել է, և որ ոստիկանությունը ոչինչ չի արել իրեն օգնելու համար, դիմե՛ք ոստիկանություն:
7. Եթե նրան անհրաժեշտ է անհապաղ հեռանալ այն վայրից, որտեղ նա գտնվում է, որոշե՛ք հանդիպման ապահով վայր: Բերե՛ք նրան կենտրոն կամ զանգահարե՛ք թեժ գծին՝ անհապաղ օգնության և ապաստարան տեղափոխելու համար: Նշե՛ք անվտանգության ծրագրի որոշ տարրեր: Շեշտե՛ք, որ ավելի լավ է զուգընկերոջը չասել, որ նա մտադիր է հեռանալ կամ բաժանվել, և իր մոտ ունենալ փաստաթղթեր և տան բանալիները (եթե հնարավոր է):
8. Եթե զանգահարողն ասում է, որ ինքնասպան կլինի, փորձե՛ք հնարավորինս շատ տեղեկություններ ստանալ՝ ներառյալ նրա բջջային հեռախոսահամարը, վստահելի անձի համարը, գտնվելու վայրը և տան հասցեն: Գնահատե՛ք ինքնասպանության մտադրության ռիսկը: Տեսե՛ք, թե արդյոք նա ինքնասպանություն գործելու ծրագիր ունի: Եթե նա հստակ ծրագիր ունի, հեռախոսով խոսե՛ք և զրուցե՛ք նրա հետ: **Փորձե՛ք զանգահարել 911 այլ հեռախոսից կամ խնդրե՛ք գործընկերոջը զանգահարել և տալ անձի հասցեն: Մի՛ անջատեք հեռախոսը, քանի դեռ չեք համոզվել, որ անձը ապահով է (911-ը ժամանել է) կամ ավելի կայուն վիճակում է:**



ԸՆԴՀԱՆՈՒՐ ԱՌՄԱՄԲ

- ▶ Եղե՛ք հանգիստ:
- ▶ Եղե՛ք պրոֆեսիոնալ:
- ▶ Եղե՛ք կարեկցող:
- ▶ Հավատացե՛ք նրանց:
- ▶ «Շնորհակալ եմ զանգելու համար/շատ ուրախ եմ, որ զանգեցիք»:
- ▶ «Ցավում եմ, որ Դուք այս իրավիճակում եք հայտնվել/Ցավում եմ, որ Ձեզ հետ այդպիսի բան է պատահել»:
- ▶ Օգտագործե՛ք նույն բառերը, որն օգտագործում է վերապրողը իր փորձառությունը նկարագրելիս:
- ▶ Գնահատե՛ք հաշմանդամությանը բնորոշ կողմերը:
- ▶ Մի՛ ենթադրեք, որ անձը ինչ-որ բանի համար փող ունի:
- ▶ Մի՛ զբաղվեք այլ բանով. հաճախորդները կարող են զգալ, որ Դուք այլ բան եք անում:
- ▶ Օգտագործե՛ք վավերացնող արտահայտություններ, ինչպիսիք են՝ «ահա» «լավ», կամ խրախուսող բառեր, օրինակ՝ «խնդրում եմ շարունակեք»:
- ▶ Կրկնե՛ք այն, ինչ նրանք ասել են:
- ▶ «Դուք ասում եք «.....», ճիշտ է»:
- ▶ «Ուրիշ բան կամ, որ կուզեիք ինձ ասել»:
- ▶ «Լսեցի, որ ասում եք՝ «ամեն ինչ լավ է», բայց Ձեր ձայնը կարծես այլ բան է հուշում, ճիշտ եմ»:
- ▶ Մի՛ վախեցեք լռությունից: Հնարավոր է՝ Ձեզ պետք լինի դադար առնել Ձեր կողմից որևէ ոչ տեղին բան ասելուց հետո:
- ▶ Երբեմն վերապրողը լուռ է մնում, որպեսզի մտքերը ժողովի կամ որևէ բանի մասին մտածի:
- ▶ Մի՛ տվեք **ԱՅՈ** կամ **ՈՉ** պաստախան ենթադրող հարցեր՝ «Դուք ուզում եք..., ճիշտ է», ավելի լավ է ասել. «Ինչ եք ուզում անել»:
- ▶ «Կպատմե՛ք ինձ, թե ինչ եք զգում այս ամենի մասին մտածելիս»:
- ▶ «Ահա թե ինչ տարբերակներ ունեք: Այս տարբերակների մեջ Ձեր ուզածը կամ»:

▶ **ԻՆՉ ՉԱՍԵԼ**

- ▶ «Ես հստակ գիտեմ, թե ինչ եք զգում»:
- ▶ «Ամեն ինչ լավ է լինելու»:
- ▶ «Մի՛ անհանգստացեք/մի՛ տխրեք/մի՛ բարկացեք...»:
- ▶ «Դուք պետք է...»:
- ▶ Մի՛ պնդեք, որ նա պատմի մանրամասները կամ միջադեպերը. սա կարող է կրկնակի վնաս հասցնել:



ԻՆՉՊԵՍ ՊԱՐԶԵԼ ՀՈՒՉԱԿԱՆ ԱՐՁԱԳԱՆՔՆԵՐԸ

Որոշ կանայք, որոնք զանգահարում են թեժ գծին, ավելի հստակ են արտահայտվում, քան մյուսները: Նրանք կարող են նկարագրել, թե ինչ են զգում (նրանց հուզական ռեակցիաները), օրինակ՝ «այնքան անօգնական եմ/վախեցած եմ/զայրացած եմ/մեղավոր եմ» կամ «կարծում եմ, որ խելագարվում եմ»: Ուրիշները կարող են ասել՝ «ես ուղղակի վրդովված եմ», «ամեն ինչ խառնվել է» և այլն:

Զանգահարողին օգտակար է պարզել իր զգացողությունները և ապահովել քննարկման համար որոշակի սահմաններ: Եթե գիտեք, թե ինչ հույզեր է արտահայտում զանգահարողը, կարող եք վստահեցնել նրան, որ բնական է, որ նա այդպես է զգում, և որ բռնության ենթարկված մյուս կանայք, որոնց հետ Դուք խոսել եք, նույնն են զգում:

Եթե հարազատը կամ ընկերն է զանգահարում թեժ գծին, ապա կարևոր է խնդրել, որ զոհն ինքը զանգի, երբ նա ապահով է, և ջնջի զանգը, որպեսզի դա բռնարարի կողմից խնդիրներ չստեղծի:

Ահա մի ուղեցույց, որը թույլ կտա Ձեզ սահմանել այս զգացողությունները և միջամտության տարբերակներ առաջարկել զանգահարողին:

1. Բռնության հետևանքները

Վախը հաճախ հանգեցնում է հուզական կաթվածի, այնպես որ զոհն իրեն պասիվ է զգում և կարծում է, որ ամեն ինչ, որ կատարվում է իր շուրջը, իր դեմ է:



Միջամտության ռազմավարություններ

Օգնե՞ք տուժողին՝ վերականգնելու վերահսկողությունը, բացահայտելու ճնշվածության և անօգնականության իր զգացողությունները և առանձնացնելու խնդրի մի բաղադրիչ, ինչպիսին են իր անմիջական բժշկական, իրավական կամ սոցիալական ծառայությունների կարիքները: Նա պետք է բացահայտի խնդրի լուծման ուղիները և ինքնուրույն որոշումներ կայացնի: Եթե ասեք, թե ինչ անի, միայն կխթանեք անօգնականության և վերահսկողության պակասի զգացողությունը:



2. Վախ

Ձոռերը շատ պատճառաբանություններ են բերում, թե ինչու են մնում բռնարարի հետ, սակայն վախը գերիշխող պատճառն է: Վախը բռնարարից, անորոշությունից, մենությունից, հատկապես, երբ ամուսինը կնոջը միշտ ասել է, որ վերջինս առանց իրեն ոչինչ չի կարող անել. ահա գերիշխող պատճառները:



Միջամտության ռազմավարություններ

Վստահեցրե՞ք զանգահարողին, որ իր զանգը գաղտնի կպահվի: Եթե նա չի ապրում բռնարարի հետ, կարող եք տրամադրել առաջարկություններ, թե ինչպես իր տունն ավելի ապահով դարձնի և վկա ունենա այն պահին, երբ բռնարարը գալիս է երեխաներին այցելելու: Եթե նա ապրում է բռնարարի հետ, առաջարկե՞ք ժամանակավոր ապաստարան գնալ կամ դիմել իրավապաշտպան մարմիններին: Կնոջը բացատրե՞ք, թե օրենքն ինչով կարող է նրան ապահովել: Նաև տրամադրե՞ք անվտանգության պլանը:



3. Չայրույթ

Ձոռը կարող է զայրույթ արտահայտել: Նա կարող է զգալ, որ իրեն դավաճանել են աջակցման ծառայությունները, որոնք չեն օգնել, ոստիկանները, որոնք չեն պաշտպանել, կամ որոնք նվաստացրել են, ընկերները, որոնք երես են թեքել իրենից կամ մեղադրել են իրեն՝ վախենալով բռնարարից: Որոշ զանգահարողներ կկարողանան ուղղակիորեն արտահայտել իրենց բռնարարների հանդեպ զայրույթը, շատերը՝ ոչ:

Դեպրեսիան, մեղքի զգացումը, ինքնամեղադրումը հաճախ առաջանում են ներքին զայրույթի պատճառով: Չանգահարողը կարող է սխալմամբ ուղղորդել զայրույթը ուրիշների՝ իր երեխաների, ոստիկանության, սոցիալական ծառայությունների կամ բարեկամի վրա:



Միջամտության ռազմավարություններ

Միգուցե Դուք առաջին մարդն եք, որին զանգահարողը կարողացել է պատմել իր զգացողությունների մասին: Թո՛ղ տվեք նրան արտահայտել զայրույթը, բայց օգնե՛ք կենտրոնացնելու այն ճիշտ ուղղությամբ՝ բռնաբարի:



4. Մեղքի զգացում

Մեղքի արմատները սխալ ուղղորդված զայրույթի մեջ են և բխում են այն համոզմունքից, որ եթե կինը ծեծի է ենթարկվում, ապա նա պետք է ինչ-որ բան արած լինի դրան արժանի լինելու համար, կամ նա ինքն է հրահրել բռնությունը: Նա կարող է զգալ, որ ինքն է մեղավոր, որ բռնության պատճառով քանդել է իր ամուսնությունը, երեխաներին զրկել է հորից, ինչպես նաև զրկվել է ֆինանսական միջոցներից:



Միջամտության ռազմավարություններ

Օգնե՛ք նրան պարզելու բռնության ազդեցությունն իր ամուսնության, երեխաների և ապրելակերպի վրա և բռնության մթնոլորտում ապրելու իրատեսական այլընտրանքներ դիտարկելու:



5. Ամոթի զգացում

Նա կարող է ամաչել ընդունելուց, որ բռնության զոհ է դարձել, կարող է ամաչել իր կապտուկներից: Կարող է իրեն հիմար զգալ դաժան տղամարդու հետ լինելու պատճառով, և ամաչել, որ իրեն բազմիցս ծեծել են: Այդ պատճառով, հավանաբար, երբեք որևէ մեկի հետ չի խոսել իր խնդիրների և զգացողությունների մասին:



Միջամտության ռազմավարություններ

Հիշեցրե՛ք տուժածին, որ ամոթ չէ ուրիշի բնավորությունը սխալ գնահատելը կամ ուրիշի անկեղծությանը հավատալը, երբ նա խոստանում է փոխվել: Օգնե՛ք նրան արտահայտելու իր զգացմունքները՝ աջակցելով նրան:



6. Մեկուսացում/Կասկածներ ողջախոհության վերաբերյալ

Ֆիզիկական բռնությունից մշտական վախի մեջ ապրելը կարող է զոհին սոցիալական մեկուսացման դրդել: Նրա բռնարարը հաճախ փորձում է խրախուսել այս մեկուսացումը՝ արգելելով նրան տեսնել ընտանիքի անդամներին և ընկերներին: Մեկուսանալուց հետո նա ոչ ոք չունի, ով կհաստատի նրա ողջախոհությունը. նրա միակ շփումը բռնարարի հետ

է, ով նրան հիմար և խենթ է անվանում: Նա կարող է կորցնել սեփական ողջախոհության վերաբերյալ վստահությունը և սկսել հավատալ, որ ինքն է «խելագարը»:



Միջամտության ռազմավարություններ

Վստահեցրե՛ք նրան, որ Ձեր փորձից գիտեք, որ նա միակ կինը չէ, որ հայտնվել է այս հանգամանքներում: Օգնե՛ք նրան տրամաբանելու և վերանայելու այդ հարցի շուրջ իր կարծիքը:



7. Սիրո/ատելության երկակի զգացմունքներ

Բռնարարը մշտապես բռնի չէ: Հաճախ «բռնության ցիկլը» ներառում է դրվագներ, երբ նա սիրալիր է, ինչը կնոջը դուր է գալիս, թեև բռնարարի համար հետզհետե դժվարանում է հաշտեցնել իր լավ հատկությունները բռնության հետ: Կինը ատում է նրան բռնության համար, բայց կախված է նրանից հուզականորեն և ֆինանսապես և հաճախ է զգում, որ բռնարարն իր կարիքն ունի: Սա նրան շփոթության է մատնում:



Միջամտության ռազմավարություններ

Վստահեցրե՛ք նրան, որ իր զգացողություններն ու շփոթությունը նորմալ են: Խրախուսե՛ք կնոջը լրացնել բռնության պատմությունը, որպեսզի օգնեք նրան բացահայտելու բռնարարի վարքագիծը և հասկանալու, որ փոխվելու նրա խոստումները չեն կատարվել:

Սովորաբար թեժ գծին զանգերը կարճ են, և դրանք ուղղվում են սոցիալական աջխատողին, ով պետք է հանդիպի նրանց հետ: Երբեմն դրանք կարող են ավելի երկար խոսակցության հանգեցնել, որին պետք է պատրաստ լինեք:

⚠ Բոլոր զանգերը պետք է գրանցվեն ըստ ամսաթվի, ժամի, անվան, հեռախոսահամարի և ուղեկցվեն մի քանի մեկնաբանություններով:

ԱՌԱՋԱԴՐԱՆՔ

- Բերե՛ք տարբեր տեսակի զանգահարողների օրինակներ:
- Դերային խաղ:



ԱՊԱՍՏԱՐԱՆ

Քոհի՝ բռնարարից հեռանալը **ԵՐԲԵՔ ՉՊԵՏՔ Է ԼԻՆԻ** մեր նպատակը: Ծ-րդ դասում քննարկել ենք այն պատճառները, որոնք վերապրողի համար այդքան դժվար են դարձնում բռնարարից հեռանալը: Բայց ամենակարևորը հասկանալն է, որ ընտանեկան բռնության զոհի կյանքում **ՀԵՌԱՆԱԼԸ ԱՄԵՆԱՎՏԱՆԳԱՎՈՐ ԺԱՄԱՆԱԿՆ Է:** Սա մենք պետք է լրջորեն գիտակցենք: Ընտանեկան բռնության հետևանքով սպանությունների մինչև 75%-ը եղել է այն ժամանակ, երբ կանայք թողել են բռնարարին կամ հայտնել են, որ ցանկանում են հեռանալ: Այսպիսով՝ հեռանալու որոշումը միշտ պետք է կայացնի տուժողը, և դա չպետք է պարտադրվի նրան:

Տուժողին բռնարարից հեռանալ օգնելը համակարգված ջանքեր է պահանջում և լավագույնս իրականացվում է հստակ ծրագրված կերպով: Երբ զոհն իսկապես որոշում է հեռանալ, ապաստարանում մնալը կարող է լինել այս ծրագրի կարևոր մասը, որպեսզի նա ավելի ապահով լինի:

Ընտանեկան բռնություն վերապրող բազմաթիվ հայաստանցիների համար ապաստարանն անհրաժեշտ է, քանի որ բռնարարը հաճախ գիտի իր ընտանիքի, հարազատների և ընկերների բնակության վայրերը, հետևաբար կինը ապահով չի լինի, հատկապես եթե խոսքը փոքր գյուղերի մասին է: Ավելին, նա կարող է հետևել երեխաներին դպրոց գնալիս, որպեսզի իմանա, թե որտեղ է նրանց մայրը, կամ կարող է առևանգել երեխաներին:

Ընտանեկան բռնության ապաստարանները ժամանակավոր վայրեր են վերապրողների և նրանց երեխաների համար, հատկապես նրանց համար, որոնց կյանքը վտանգված է: Ընտանեկան բռնության արդյունավետ ապաստարանը՝

- **ԳԱՂՏՆԻ տեղում է,**
- **գործում է շուրջօրյա,**
- **ունի անվտանգ տրանսպորտ,**
- **անվճար կացարան և ծառայություններ է տրամադրում կանանց և նրանց երեխաներին,**
- **ունի համակարգված կոմունալ ծառայություններ,**
- **բնակիչներին առաջարկում է գաղտնիություն և**

- Ժամանակավոր է (մոտ 3 ամիս) ու աջակցում է ծրագրմանը՝ հեշտացնելու ավելի երկարաժամկետ բնակարանային տարբերակներ գտնելը, ինչպես նաև օգնում է կնոջը դառնալու ֆինանսապես անկախ:
- Ապաստարանը ստեղծել և ղեկավարում են կանայք: Տղամարդկանց արգելվում է մուտք գործել ապաստարան:

Ապաստարանը պարզապես մնալու վայր չէ: Խորհրդատուներն աշխատում են բնակիչների հետ՝ օգնելու նրանց զարգանալու և կացարանից հեռանալուց հետո շարունակելու աշխատել իրենց նպատակների ուղղությամբ: Ստեղծվում են ինքնօգնության խմբեր, որտեղ վերապրողները կարող են հասկանալ, թե ինչ է և ինչպես է գործում ԸԲ-ն, և քննարկել իրենց դեպքերն ու զգացմունքները²⁶:

26 Ավելի մանրամասն տե՛ս «Կանանց համար ապաստարանների հիմնման և վարման ուղեցույցներ»՝ անգլերեն և հայերեն:

▶ Դաս 18



ՍՈՑԻԱԼԱԿԱՆ ԱՇԽԱՏՈՂԻ ԴԵՐԸ

Ետևյալ սկզբունքները պետք է կարևոր լինեն յուրաքանչյուր սոցիալական աշխատողի համար.

- ▶ **իրավունքների վրա հիմնված մոտեցում,**
- ▶ **զոհակենտրոն մոտեցում,**
- ▶ **գենդերային հավասարության և կանանց հզորացման առաջխաղացում,**
- ▶ **անվտանգության առաջնայնություն,**
- ▶ **մշակույթի և տարիքի նկատմամբ զգայունություն,**
- ▶ **բռնարարի պատասխանատվություն:**

Հիմնական սկզբունքներն են **անվտանգությունը, հարգանքը, գաղտնիությունը և անխտրականությունը:**

ԸԲ-ի զոհին խորհրդատվություն տալու համար սոցիալական աշխատողի դիպլոմ անհրաժեշտ չէ, սակայն այն ցանկալի է: Ամենակարևորն այն է, որ խորհրդատուն լավ հնտուիցիա ունենա և ջերմ լինի:

ԸԲ-ի խորհրդատուն աջակցություն և փոխըմբռնում է տրամադրում շահառուներին: Նրանց խնդիրն է գնահատել իրավիճակը և, հատկապես, ապահովել զոհի անվտանգությունը: Սա նաև ենթադրում է աշխատանք շահառուի հետ և աջակցություն, երբ նրանք հեռանում են բռնարար հարաբերություններից: Աջակցություն է առաջարկվում նաև նրանց, ովքեր արդեն լքել են հարաբերությունները՝ օգնելու նրանց նոր կյանքին հարմարվելու և բռնության հետևանքով առաջացած հուզական հետևանքները հաղթահարելու: Այն շահառուների հետ, որոնք դեռ չեն ցանկանում լքել հարաբերությունները, խորհրդատուն պետք է սերտ աշխատի, որպեսզի հնարավորինս պահպանի նրանց անվտանգությունը:

ԸԲ-ի խորհրդատուն նաև խնդիր ունի կրթելու շահառուներին, քանի որ շատերը նույնիսկ տեղյակ չեն, թե ինչ է ընտանեկան բռնությունը, և այն ինչ ազդեցություն ունի իրենց և իրենց երեխաների վրա: Ինքնօգնության խմբերի և կրթական

խորհրդատվության միջոցով շահառուները վերագնահատում են իրավիճակը և դառնում ավելի հզոր և ինքնավար: Խորհրդատուն կարող է նշել, որ նրանց իրավիճակի փոփոխությունը ոչ միայն անհրաժեշտ է, այլև հնարավոր: Այս գործընթացում ԸԲ վերապրողները հաղթահարում են վախը, ամոթը, մեղքի զգացումը և զոհ լինելու հետ առնչվող այլ զգացումները: Հզորացման մոդելի միջոցով վերապրողները վերագտնում են վստահությունը, մշակում այնպիսի գործիքներ, որոնք անհրաժեշտ են նման ողբերգական իրադարձությունից հետո կյանքը բնականոն շարունակելու համար:

Սոցիալական աշխատողը կամ խորհրդատուն նաև ուշադրություն է դարձնում շահառուի բազմաթիվ կարիքներին և անհրաժեշտության դեպքում նրան ուղեկցում բժշկի, դատարան և այլ հիմնարկներ:

▼ ՎԵՐԱՊՐՈՂՆԵՐԻ ՆԿԱՏՄԱՄԲ ԶՈՀԱԿԵՆՏՐՈՆ ՄՈՏԵՑՈՒՄ

Վերապրողի նկատմամբ զոհակենտրոն մոտեցումը մեզ թույլ է տալիս կնոջ հետ մշակել և զարգացնել ծրագիր, որը կապահովի վերապրողի իրավունքների և կարիքների առաջնահերթությունը: Այս մոտեցման կարևորությունը ենթադրում է հետևյալը՝ ստեղծել աջակցող միջավայր, խթանել վերապրողի վերականգնումը, նպաստել վերապրողի կարողությանը՝ բացահայտելու և արտահայտելու իր կարիքներն ու ցանկությունները, ամրապնդել հնարավոր միջամտությունների վերաբերյալ որոշումներ կայացնելու նրա կարողությունները, սահմանել վերապրողների և նրանց երեխաների անվտանգության իրավունքի առաջնահերթությունը, իսկապես կարևորել վերապրողի գաղտնիության իրավունքը, ապահովել նրա արժանապատվության իրավունքը և խուսափել երկրորդային զոհականացումից, մատուցել ծառայություններ, որոնք աջակցում են վերապրողի հզորացմանը, ինքնավարությանը և մասնակցությանը:

ԱՌԱՋԱԴՐԱՆՔ

Օրինակներ բերեք:

▶ **ԸԲ սոցիալական աշխատողների ընդհանուր բնութագրերը**

- ▶ հասանելիություն,
- ▶ հարմարվողականություն,
- ▶ անվտանգության առաջնահերթության ապահովում,
- ▶ տվյալների հավաքում և տեղեկության կառավարում,
- ▶ մատչելիություն,
- ▶ համապատասխանություն,
- ▶ տեղեկացված համաձայնություն և գաղտնիություն,
- ▶ արդյունավետ հաղորդակցություն,
- ▶ ուղղորդում և համակարգում դեպի այլ ռեսուրսներ և գերատեսչություններ:

Բնակչության շրջանում բռնության զոհերի/վերապրողների համար անհրաժեշտ սոցիալական ծառայությունները, որոնք պետք է տրամադրվեն լայն շրջանակների և ամենատարբեր իրավիճակներում, հետևյալն են՝

- ճգնաժամային տեղեկատվություն,
- ճգնաժամային խորհրդատվություն,
- թեժ գծեր, անվտանգ տեղավորում,
- նյութական և ֆինանսական օգնություն,
- անձը հաստատող փաստաթղթերի ստեղծում, վերականգնում, փոխարինում,
- իրավական և իրավունքների վերաբերյալ տեղեկատվություն, խորհրդատվություն և ներկայացուցչություն՝ ներառյալ բազմաթիվ իրավական համակարգերում,
- հոգեսոցիալական աջակցություն և խորհրդատվություն,
- կանանց վրա կենտրոնացած աջակցություն,
- մանկական ծառայություններ բռնության ենթարկված ցանկացած երեխայի համար,
- առողջապահական օգնություն,

- համայնքի տեղեկատվություն, կրթություն և իրազեկում,
- տնտեսական անկախության, վերականգնման և ինքնավարության աջակցություն,
- տվյալների հավաքում և տեղեկության կառավարում:

ԱՌԱՋԱԴՐԱՆՔ

Օրինակներ բերեք, թե ինչպես է սոցիալական աշխատողը դեպք վարում:

▶ **Դաս 19**



ՍԱՀՄԱՆՆԵՐ

Հահառուների համար վերականգնվելու ամենակարևոր բաղադրիչներից մեկը համապատասխան սահմանների մոդելավորումն է: Ինչպես որ վստահությունը քայքայվում է բռնությունից, այնպես էլ շահառուն չի կարող տարբերել առողջ կամ բռնարար հարաբերությունները: Բռնությունների ժամանակ սահմանները կամ անորոշ են, կամ ընդհանրապես չկան: Այսպիսով՝ զոհերի և սոցիալական աշխատողների միջև սահմանները *պետք է* հստակեցնել և պահպանել:

Սոցիալական աշխատողները չեն կարող վարվել այնպես, ինչպես շահառուի ընկերները կամ հարազատները: Թեև մենք կարող ենք խորապես հոգ տանել շահառուի մասին և խթանել նրա՝ բռնությունից զերծ կյանքի իրավունքը, շահառուի հետ մեր հարաբերությունները միշտ պետք է պրոֆեսիոնալ տեսակյունից դիտարկենք: Չենք կարող ունենալ ֆավորիտներ, բացահայտ չսիրել այս կամ այն շահառուին կամ ակնկալել փոխադարձ հարաբերություններ:

Մեր դերը՝ որպես սոցիալական աշխատողի, պահանջում է, որ մեծ ջանքեր գործադրենք օգնելու զոհին՝ լուծելու իր խնդիրները: Երբ դա զուգորդվում է խոր հոգատարության զգացումով, կարող ենք սկսել փրկարարի դեր կատարել՝ հավատալով և վարվելով այնպես, ասես նրան պետք է փրկել: Կարող ենք անտեսել նրա կարողությունները քաջալերելը, որպեսզի նա որոշումներ կայացնի և ինքնուրույն գործի: Եթե նա բարկանում է կամ վերադառնում է վտանգավոր իրավիճակին, կարող ենք դա որպես անձնական անհաջողություն ընդունել՝ զայրանալով և վիրավորվելով: Դա կարող է մեզ նույնիսկ մղել դատողություններ անելու և քննադատելու կամ պատժելու նրան ինչ-որ բան ճիշտ չանելու կամ մեր խորհուրդներին չհետևելու համար: Սա անընդունելի է: Այդ ժամանակ մենք հասկանում ենք, որ ոչ պրոֆեսիոնալ վարքագիծ ենք դրսևորում:

Փրկարարի դերը տուժողի նկատմամբ ուժի և գերազանցության դրսևորում է և նման է այն դերին, որը ստանձնում է բռնարարը: Այն հերքում է կնոջ՝ ինքն իրեն օգնելու կարողությունը: Մենք հեռու ենք այն ցանկությունից, որ մոդելավորենք և ամրապնդենք կնոջ նկատմամբ իշխանության և վերահսկողության նույն դերը, ինչ ստանձնել է բռնարարը: Դա բացասական երևույթ է ինչպես աշխատողների,

այնպես էլ տուժածների համար: Այսպիսի դերը ոչ միայն կարող է հիասթափեցնող և սրտաճմլիկ լինել մեզ համար, այլև անառողջ է և վնասակար՝ կնոջ վերականգնման գործընթացի համար: Ինչպես մենք արտահայտվում, վարվում կամ աշխատում ենք, նույն կերպ էլ պետք է ձգտենք այնպիսի հարաբերության, որը հիմնված է հավասարության, ոչ թե հիերարխիայի վրա:

Պետք է կարեկցանքով հոգ տանենք նրա մասին, ինչպես նաև ընդունենք և հարգենք այն կարողությունը, տոկունությունն ու խելամտությունը, որ նա ցույց է տվել՝ հասնելու այնտեղ, որտեղ գտնվում է այսօր, և հաղթահարելու նման դժվարին իրավիճակը: Սա մեզ թույլ կտա աջակցել նրան այնպես, որ դա կխթանի կնոջ կարողությունները և ինտուիցիան առ այն, թե ինչն է լավագույնն իր համար, և կխրախուսի գործողությունները, որոնք կաջակցեն նրա անձնական հաջողությանը: Կարևոր է չստիպել նրան, չանել ամբողջ աշխատանքը նրա փոխարեն, չկատարել նրա ամեն առաջարկ և ամեն հեռախոսազանգ նրա համար (հատկապես եթե նա դա չի խնդրել): Երբ նա չի արձագանքում նրան, ինչ առաջարկում եք, դիտարկեք դա որպես քայլ դեպի հետ կամ Ձեր մոտեցումը փոխելու հնարավորություն, ոչ թե որպես նրա անշնորհակալ վերաբերմունքի նշան:

Պատշաճ սահմաններ պահպանելու համար Դուք չպետք է.

- չափազանց պասիվ լինեք՝ զոհից հեռու և նրա կարիքների նկատմամբ անտարբեր,
- չափազանց ագրեսիվ լինեք՝ կարծելով, որ գիտեք, թե ինչն է լավագույնը նրա համար, և նրա անունից որոշումներ կայացնելով («իր շահի համար»),
- խղճաք նրան ու անեք այնպիսի բաներ, որոնք նա այլ կերպ կարող էր անել՝ չպահպանելով ծառայություններ առաջարկելու մասնագիտական ստանդարտը (օրինակ՝ նվերներ կամ վարկի գումարը տալ և այլն),
- չափազանց ընկերասեր լինեք, հայտնեք շահառուին անձնական տեղեկություններ: Սա կարող է ավելի անորոշ դարձնել ձեր հարաբերությունների սահմանները՝ վերածելով բարեկամականի, ինչը շատ դժվար կդարձնի ծառայություններից հեռանալն ու առաջ գնալը: Նույն կապվածությունը, որ նրանք ունեին բռնարարի հետ, կարող է սկսել դրսևորվել նաև Ձեզ հետ: Կարևոր է, որ շահառուները կարողանան ինքնուրույն ոտքի կանգնել և լուծել իրենց խնդիրները:

Դուք մոտ եք սահմանը խախտելուն, եթե.

- ցանկանում եք արժանանալ շահառուների հավանությանը,
- կարծում եք, որ մյուս աշխատակիցները նույն կերպ հոգ չեն տանում շահառուի մասին, ինչպես Դուք,
- դժվարանում եք շահառուին «ոչ» ասել,
- շահառուն չի ցանկանում շփվել այլ աշխատողների հետ և սպասում է միայն Ձեզ հետ շփվելուն,
- շահառուից ծառայություններ կամ նվերներ եք ընդունում,
- վատ եք հաղորդակցվում Ձեր աշխատակիցների և ղեկավարի հետ:

Շահառուները կարող են պահանջկոտ լինել և շարունակ Ձեզնից ինչ-որ բաներ խնդրել: Նրանք կարող են անտարբեր թվալ կամ հրաժարվել որոշ բաներ անելուց, որոնք Դուք նրանցից խնդրում եք: Եղեք համբերատար և փորձեք գտնել ստեղծագործական ուղիներ՝ օգնելու նրանց հիշելու և հաստատական լինելու: Եղեք անկեղծ, երբ չգիտեք ինչ-որ բանի պատասխանը: Եղեք վճռական (սակայն քաղաքավարի) և պարզ ասեք, երբ չեք կարող ինչ-որ բան անել: Օգտագործեք ձայնի խրախուսական տոն և հաստատեք, որ կարծում եք՝ նրանք կարող են ինքնուրույն կատարել գործողություններ: Հարցրեք, թե ինչպես կարող եք նրանց աջակցել:

ՀԵՏԵՎՈՂԱԿԱՆՈՒԹՅՈՒՆ: Հետևողականությունը ամենակարևորն է, որ կարող եք առաջարկել շահառուին: Դա կարող է նշանակել, որ ծառայությունները միատեսակ են շահառուների համար. կարող է նշանակել անել այն, ինչ ասում եք, որ կանեք, և լինել ազնիվ, երբ չեք կարող ինչ-որ բան անել. կարող է նշանակել միշտ լինել շահառուի կողքին՝ անկախ նրանից, թե քանի անգամ է նա վերադառնում բռնարարի մոտ: Հետևողականությունը կարևոր է մեր աշխատանքի համար, քանի որ այն թույլ է տալիս վերապրողին իմանալ ինչ ակնկալել, պատասխանատվություն կրել նրա համար, ինչ իրենից ակնկալվում է, և, որ ամենակարևորն է, ապահովում է նրա անվտանգությունը: Ի տարբերություն բռնության՝ հետևողականությունը թույլ է տալիս նրան վերականգնել զգացումը ճշմարիտի և ստի, թույլ է տալիս նրան վստահել սեփական բնազդներին և սեփական անձին: Հետևողական լինելը պետք է մշտապես լինի մեր աշխատանքի մի մասը:

ԱՌԱՋԱԴՐԱՆՔ

Օրինակներ բերեք:

 **Դաս 20**



ԱՅՐՈՒՄ

▼ ԻՆՉ Է ԱՅՐՈՒՄԸ

Պրոֆեսիոնալ այրում լինում է, երբ աշխատողը հետզհետե դառնում է ավելի ու ավելի անգործունակ, ինչը համակարգված կերպով նվազեցնում է շահառուների հետ նրա շփվելու կարողությունը: Այս անգործունակությունը կարող է դրսևորվել հոգեբանական և ֆիզիկական տարբեր ձևերով.

- Անհանգստություն, դյուրագրգռություն, անզորություն, աշխատանքի նկատմամբ խանդավառության կորուստ, ցածր մոտիվացիա, դեպրեսիա, մեկուսացում, սիրելի զբաղմունքներից հրաժարում, մեղքի զգացում, գերզգոնություն և այլն:
- Հոգնածություն, քրոնիկ հյուծվածություն, գլխացավեր, ստամոքսի խանգարում, մկանային ցավեր, թեթև քրոնիկական հիվանդություններ, քնի և սնման խանգարումներ:

▼ ՈՐՈՆՔ ԵՆ ԱՅՐՄԱՆ ՊԱՏՃԱՌՆԵՐԸ

Կարեկցանքի հետ կապված հոգնածություն. «Հուզական և ֆիզիկական հոգնածության ընդհանուր փորձը, որը զգում են սոցիալական աշխատողները քրոնիկ ապրումակցման օգտագործման պատճառով, երբ նրանք հոգում են այն անձանց համար, որոնք տառապում են» (Newell & MacNeil, 2010 թ.):

Սոցիալական աշխատողը «երկրորդային տրավմատիկ սթրեսի» է ենթարկվում այն ժամանակ, երբ անմիջականորեն շփվում է այլ անձի հետ, որի վրա ազդել է տրավման: Սոցիալական աշխատողն, իր հերթին, կարող է վերապրել անհատական տրավմա (որը գալիս է իր անցյալից) կամ խուսափել ռեակցիաներ ցուցաբերելուց՝ կապված անուղղակի տրավմայի ազդեցության հետ («երկրորդային տրավմատիկ սթրես»):

▼ ԻՆՉ ԿԱՐՈՂ ԵՆՔ ԱՆԵԼ ԴՐԱՆԻՑ ԽՈՒՍԱՓԵԼՈՒ ԿԱՄ ԱՅՆ ՆՎԱԶԵՑՆԵԼՈՒ ՀԱՄԱՐ

Ինքնախնամքը նշանակում է, որ Դուք ընդունում եք՝ օգնելու Ձեզ հոգեպես և ֆիզիկապես առողջ պահել: Սովորական ինքնախնամքը Ձեզ դարձնում է ավելի լավ խնամակալ և ստեղծում է ավելի առողջ աշխատանքային միջավայր Ձեր, մյուս աշխատողների և այն մարդկանց համար, որոնց հետ աշխատում եք:

▶ Ինքնախնամքի օրինակները ներառում են



Ֆիզիկական

զբոսնել, բավականաչափ քնել, արձակուրդ գնալ:



Զգացմունքային

ժամանակ անցկացնել այն մարդկանց հետ, որոնց հավանում եք, գտնել այնպիսի բաներ, որոնք Ձեզ ստիպում են ծիծաղել, կրկին դիտել Ձեր սիրելի ֆիլմերը, վերընթերցել սիրելի գրքերը:



Հոգեբանական

ինքնավերլուծություն, գրել, կարդալ, նոր հորբի փորձել, անհատական թերապիա:



Հոգևոր

բնության մեջ լինել, եկեղեցի գնալ, մեդիտացիա անել, երգել:



Մասնագիտական

աշխատանքային օրվա ընթացքում ընդմիջում անել, Ձեր աշխատանքային տարածքը կազմակերպել այնպես, որ այն լինի հարմարավետ/ հաճելի՝ սահմաններ որոշելով գործընկերների և շահառուների հետ:

Մասնակիցներին խնդրեք օրինակներ բերել, թե ինչպես են նրանք հանգստանում: Ինչն է իրենց համար հանգստի մեթոդ: Նրանք զգացնել են, որ մասնագիտական այրում ունեն: Նկատել են, թե ինչպես է դա ազդել իրենց աշխատանքի վրա:

▶ **Դաս 21**



**ԱՇԽԱՏԱՆՔ ԲՆԱԿՉՈՒԹՅԱՆ
ՀԱՏՈՒԿ ԽՄԲԵՐԻ ՀԵՏ**

Ճնշումը այն հիմնական բաղադրիչն է, որի համար մարդիկ բռնություն են գործադրում: Կանայք ընտանեկան բռնության բարձր ռիսկի են ենթարկվում սեքսիզմի պատճառով՝ կարծրատիպների և իդեալների, որոնք տղամարդկանց կանանցից ավելի գերակա են համարում: Օրինակ՝ այն փաստը, որ տղամարդկանցից ակնկալվում է լինել տեր, իսկ կանանցից՝ հնազանդ, նպաստում է նորմերի ստեղծմանը, որտեղ ամուսինները կարծում են, որ իրենց կանանց վերահսկելը և նույնիսկ հարվածելը ճիշտ է, իսկ տուժած կանայք չեն կարող գտնել որևէ մեկին, ով կօգներ իրենց հավատալու, որ իրենց հետ կատարվածը սխալ էր:

Ընտանեկան բռնության համար առիթ են հանդիսանում նաև այլ տեսակի ճնշումները: Հոմոֆոբիան և տրանսֆոբիան նպաստում են լեսբուհիների, գեյերի, բիսեքսուալների և տրանսգենդերների (ԼԳԲՏ) նկատմամբ բռնության դրսևորմանը: Բռնարարները հիմնվում են այն համոզմունքի վրա, որ հաշմանդամություն ունեցող անձինք լիարժեք մարդիկ չեն, որպեսզի արդարացնեն իրենց գործողությունները հաշմանդամություն ունեցող անձանց նկատմամբ:

Բացի այդ՝ ճնշումները, որոնց ենթարկվել է վերապրողը, դարձել են նրանց բարդ տրավմայի պատմության մի մասը և չեն կարող դիտարկվել որպես առանձին տրավմա: Ճնշումն ազդում է վերապրողների վերականգնման վրա, և թե արդյոք նրանք գիտեն կամ ընտրում են օգտվել մեր ծառայություններից: Այս տեսակի ճնշումները զրհերի համար խոչընդոտ են դառնում օգնություն ստանալու համար:

Միջերն այն մասին, որ ընտանեկան բռնությունը տեղի է ունենում միայն աշխատունակ տղամարդու կողմից աշխատունակ կնոջ նկատմամբ, հանգեցնում են նրան, որ այն վերապրողները, որոնք չեն համապատասխանում այդ բնութագրերին, դառնում են անտեսանելի և ստանում են ավելի պակաս համարժեք ծառայություններ: Ահա մի քանի փաստ ընտանեկան բռնություն գործադրողների և վերապրողների մասին, որոնք մենք պետք է ընդունենք՝ մեր շահառուներին հնարավորինս լավագույն օգնություն ցուցաբերելու համար:

- Ցանկացած հասակի ու քաշի, ուժի կամ սեռի անձ կարող է բռնություն կատարել:
- Բռնությունը երբեք փոխադարձ չէ: Թեև երկու զուգընկերներն էլ կարող են բռնություն կիրառել, բռնարարները դա անում են իրենց զուգընկերներին վերահսկելու համար, մինչդեռ վերապրողը կարող է բռնություն գործադրել ինքնապաշտպանության համար կամ բռնությունը դադարեցնել փորձելու համար:
- Բռնությունը կարող է տեղի ունենալ անկախ հարաբերությունների տևողությունից, տեսակից կամ կյանքի իրավիճակից:
- Մարդու տեսակը երբեք չպետք է շահարկվի նրա նկատմամբ բռնություն գործադրելու համար: Բռնությանը երբեք ոչ ոք արժանի չէ. բռնություն երբեք ոչ ոքի նկատմամբ չպետք է կիրառել:

Ընտանեկան բռնության դրսևորման ձևն ընդհանուր առմամբ նույնն է ամբողջ բնակչության համար: Սակայն բնակչության հատուկ խմբերի համար կարող են լինել որոշ հատուկ հանգամանքներ, որոնցից բռնարարներն օգտվում են, ինչը հնարավոր չէր լինի, եթե հայ հասարակությունը դրան չաջակցեր: Ստորև բերված են մի քանի օրինակներ:



ՀԱՇՄԱՆԴԱՄՈՒԹՅՈՒՆ ՈՒՆԵՑՈՂ ՎԵՐԱՊՐՈՂՆԵՐ

Վիճակագրությունը²⁷ ցույց է տալիս, որ հաշմանդամություն ունեցող կանայք ավելի շատ են ենթարկվում ընտանեկան և սեռական բռնության, քան հաշմանդամություն չունեցող կանայք: Հետազոտություններն այն մասին, թե ինչու է ավելի հավանական, որ հաշմանդամություն ունեցող անձինք (ՀՈՒԱ) ավելի շատ կենթարկվեն բռնության, ցույց են տալիս, որ դա մասամբ պայմանավորված է այն հանգամանքով, որ հաշմանդամություն ունեցող անձինք ավելի հաճախ են գտնվում այն հաստատություններում, որտեղ մարդիկ նրանց նկատմամբ վերահսկողություն ունեն: Սա նշանակում է, որ նրանք ավելի հաճախ են հայտնվում այնպիսի իրավիճակներում, երբ մարդիկ օգտվում են ամենաթողությունից: Ֆիզիկական հաշմանդամություն ունեցող անձինք կարող են օգնության կարիք ունենալ առօրյա կյանքին առնչվող հարցերում, ինչը խնամակալներին նրանց

27 Disability Statistics: Facts & Statistics on Disabilities & Disability Issues
http://www.disabled-world.com/disability/statistics/

իշխելու հնարավորություն է տալիս: Ինչ-որ մեկը կարող է չարաշահել այս ուժը՝ հրաժարվելով ֆիզիկական հաշմանդամություն ունեցող անձին տեղափոխելուց կամ փոխելով կույր անձի համար կենսական անհրաժեշտության իրերի տեղերը, որ նա չկարողանա գտնել դրանք: Բռնարարը կարող է դիտավորյալ տեղեկություն թաքցնել խուլ մարդուց, որ նա չկարողանա օգնություն ստանալ: Քանի որ այս տեսակի բռնությունները շահագործում են հաշմանդամություն ունեցող անձանց և բնորոշ են հաշմանդամություն ունեցող զոհերին:

Ավելին՝ կարծրատիպները հաճախ կարող են ազդել այն բանի վրա, թե ինչ բռնության տեսակի մասին է խոսքը, և արդյոք ինչ-որ մեկը կարող է օգնություն խնդրել և լսելի լինել: Օրինակ՝ կան խիստ կարծրատիպեր, որ մտավոր հաշմանդամություն ունեցող մարդկանց չի կարելի հավատալ, որ նրանք ստում են կամ չգիտեն, թե ինչ են խոսում: Սա նշանակում է, որ բռնարարները զգում են, որ իրենք ավելի շատ հնարավորություն ունեն բռնության պատասխանատվությունից խուսափելու համար: Դա նաև նշանակում է, որ եթե մտավոր հաշմանդամություն ունեցող անձը փորձի օգնություն ստանալ, հազիվ թե նրան հավատան: Պատմականորեն, վիրավորական վերաբերմունքը այսպիսի հաստատություններում կիրառվել է հաշմանդամություն ունեցող անձանց բուժելու կամ կառավարելու համար և ցավոք օգտագործվել է որպես բժշկական միջամտություն, ինչը նշանակում է, որ երբեմն ընտանեկան բռնությունը ոչ միայն չի ճանաչվում, այլև ներվում է:

▶ ՀՈՒԱ-ների համար բռնության մասին հայտնելու խոչընդոտները

- Հաղորդակցման դժվարություն ունեցող վերապրողները չեն կարողանում զեկուցել բռնության մասին այնպես, որ հասկանալի լինի ընտանիքի կամ ծառայություններ մատուցողների համար:
- Որոշ ընտանիքներ ամաչում են հաշմանդամ երեխա/ընտանիքի անդամ ունենալուց, իսկ բռնության մասին հայտնելը նշանակում է բացահայտել այս ամոթալի իրավիճակը:
- ՀՈՒԱ-ները վախենում են, որ իրենց չեն հավատա:
- ՀՈՒԱ-ների նկատմամբ բռնություն գործադրողն ասում է, որ նրանք կպատժվեն, եթե զեկուցեն բռնության մասին:
- ՀՈՒԱ-ները վախենում են խնամողին կորցնելուց, առանց որի նրանք չեն կարող գոյատևել, ուստի կարծում են, որ պետք է բռնության որոշակի չափ հանդուրժեն:

- ՀՈՒԱ-ները վախենում են իրենց բնակության վայրը կորցնելուց կամ իրենց տնից հեռացվելուց:
- ՀՈՒԱ-ները մտավախություն ունեն, որ իրենց այլ հաստատություն կտանեն, եթե տանը բռնության դեպք հայտնաբերվի:

▶ ՀՈՒԱ-ների շրջանում ծառայությունների մատուցման խոչընդոտները

- Մատչելի ծառայությունների պակաս կա՝ սահմանափակ ռեսուրսների բացակայության և անձնակազմի պատրաստված չլինելու պատճառով:
- Տեղեկատվությունը/կրթությունը հասանելի չէ ՀՈՒԱ-ներին, քանի որ ռեսուրսները չեն տարածվում բրայյան գրերով կամ աուդիո ժապավենով և չեն սահմանում ընտանեկան բռնությունը այնպիսի ձևերով, որոնք կարող են հատուկ լինել հաշմանդամություն ունեցող անձանց:
- Որոշ զոհեր չունեն հմտություններ/կարողություններ, որոնք անհրաժեշտ են ինքնուրույն օգնության դիմելու համար:
- Հաշմանդամ զոհերի համար երեխայի խնամակալությունը կորցնելու ավելի մեծ վտանգ կա, եթե որոշվի, որ նրանք չեն կարող ինքնուրույն խնամել երեխաներին:



ՏՂԱՄԱՐԴ ՎԵՐԱՊՐՈՂՆԵՐ

Տղամարդկանց նկատմամբ հատուկ հուզական բռնությունը հաճախ կարող է հիմնված լինել այն համոզմունքի վրա, թե տղամարդիկ «ենթադրաբար» ինչ պետք է անեն կամ լինեն: Օրինակ՝ տղամարդկանց ասում են, որ նրանք պետք է ուժեղ լինեն, լաց չլինեն, լավ աշխատանք ունենան և փող աշխատեն: Տղամարդկանց նկատմամբ հուզական բռնությունը կարող է ներառել նրանց ասելը, թե իրենք վերը նշվածներից որևէ բանի չեն համապատասխանում և դրա պատճառով անարժան են: Նաև կարծրատիպներն այն մասին, որ կանայք երեխաների հիմնական խնամակալն են, տղամարդկանց դեմ կարող են կիրառել կին բռնարարները, որոնք կարող են սպառնալ երեխաներին վերցնելով կամ տղամարդկանց հատուկ հաստատությունների միջոցով:

► **Տղամարդ վերապրողների վերաբերյալ գեկուցելու խոչընդոտները**

- Բռնության ենթարկված տղամարդիկ վախենում են, որ մարդիկ իրենց չեն հավատա:
- Հասարակությունը հարում է այն կարծրատիպին, որ կանայք չեն կարող բռնություն գործադրել:
- Նրանք կարող են պիտակավորվել իրենց պաշտպանել չկարողանալու համար:
- Եթե (հարաբերություններից դուրս) բռնությունը կիրառվել է արական սեռի կողմից, նրանք կարող են վախենալ, որ իրենց կպիտակավորեն որպես գեյ:
- Ծառայությունները հաճախ պիտակավորված են «կանանց և երեխաների համար»:
- Նրանք վախենում են իրենց երեխաներին կորցնելուց:

► **Ծառայությունների մատուցման խոչընդոտները**

- Սոցիալական պիտակավորում կա առ այն, որ եթե տղամարդիկ օգնություն են խնդրում, ապա ցույց են տալիս, որ թույլ են կամ ոչ բավական «տղամարդկային»: Ծառայություններ մատուցողները կարող են նույն ենթադրությունները/կարծրատիպները ունենալ:
- Տուժողների համար նախատեսված ծառայությունները, որոնք մշակվել են կանանց համար նախատեսված ծառայությունների հիման վրա, կարող են այդքան էլ հարմար չլինել տղամարդկանց համար:
- Առկա է տղամարդկանց ապաստարանի ծառայությունների պակաս:
- Չկան դասընթացներ՝ ուղղված տղամարդկանց համար հատուկ ճգնաժամային միջամտությանը:



ԼԳԲՏ ՎԵՐԱՊՐՈՂՆԵՐ

Անկախ նրանից՝ բռնությունն իրականացվում է լեսբիական կամ գեյ հարաբերությունների շրջանակներում, թե ԼԳԲՏ անձի նկատմամբ հետերուսեքսուալ անձի կողմից, երկու դեպքում էլ կարող են ավելի դժվար լինել բռնությունը ճանաչելը և օգնության դիմելը: Քանի որ հայ հասարակությունը հանդուրժող չէ ԼԳԲՏ անձանց նկատմամբ, բռնության ենթարկվող ԼԳԲՏ հարաբերությունների մեջ գտնվող անձինք բախվում են լրացուցիչ մարտահրավերների: Բռնարարները կարող են սպառնալ, որ զոհի սեռական կողմնորոշման մասին կհայտնեն այլ անձանց. «Արա՛ դա, այլապես կասեմ քո հորը/ղեկավարին, որ դու գեյ ես»: Նրանք կարող են նաև սպառնալ հասարակության մեջ նրանց դիրքի թուլացմամբ. «Ոչ որ չի պատրաստվում օգնելու քեզ, քանի որ դու տրանսգենդեր ես»: ԼԳԲՏ անձինք, որոնց իրենց ընտանիքները չեն ընդունում, թերևս իրենց բնակության վայրի մեծ ընտրության հնարավորություն չունեն: Բռնարարները կարող են դա օգտագործել նրանց դեմ՝ ասելով. «Դու չես կարող ինձ լքել, քանի որ մեր գյուղում այլ գեյեր չկան» կամ «Դու ապրում ես իմ տանը, ուրեմն ես եմ սահմանում կանոնները»:

▶ ԼԳԲՏ անձանց շրջանում գեկուցման խոչընդոտները

- ԼԳԲՏ անձանց հարաբերությունները թաքցված են հասարակությունից անվտանգության նկատառումներով և օրինակելի չեն համարվում, այսպիսով՝ ԼԳԲՏ անձինք միգուցե ի վիճակի չլինեն բարձրաձայնել բռնությունը:
- Ընկերներն ու ընտանիքը կարող են նույնիսկ չճանաչել/չընդունել, որ իրենց ԼԳԲՏ սիրելին հարաբերությունների մեջ է, առավել ևս՝ ենթարկվում է բռնության:
- Վերապրողը կարող է գաղտնի պահել իր սեռական կոմնորոշումը և չկարողանալ օգնության դիմել:
- Ընկերներն ու ընտանիքը կարող են չհամակրել նրան և բռնությունը դիտարկել որպես ԼԳԲՏ լինելու արժանի հետևանք:
- Վերապրողը կարող է մեղադրել իրեն իր սեռական կամ գենդերային ինքնության համար՝ որպես բռնության դրդապատճառի:

▶ **ԼԳԲՏ անձանց ծառայությունների մատուցման խոչընդոտները**

- ԼԳԲՏ համայնքի համար ռեսուրսների պակաս կա:
- Վերապրողները կարող են վախենալ իրենց ընտանիքի անդամների կամ ընկերների հետ կապ հաստատելուց:
- Կանանց համար նախատեսված կազմակերպությունները հատուկ վերապատրաստում չեն անցել ԼԳԲՏ հարաբերությունների վերաբերյալ և չգիտեն կամ պատրաստ չեն սպասարկելու նրանց կարիքները:
- Ձերբակալության ավելի մեծ հավանականություն կա, եթե երկու զուգընկերներն էլ տղամարդ են:
- ԼԳԲՏ անձինք հաճախ վատ վերաբերմունքի են արժանացել ոստիկանության կամ դատական համակարգի կողմից այլ պատճառներով, ուստի նրանք ընդհանուր առմամբ անվստահություն ունեն իրավական համակարգի նկատմամբ և իրենց բավական ապահով չեն զգում՝ հայտնելու բռնության մասին:



ԼԻՆԵԼ ԱՐԴՅՈՒՆԱՎԵՏ ՊԱՇՏՊԱՆ

← ատուկ կարիքներ ունեցող վերապրողների համար արդյունավետ առաջին արձագանքող լինելու համար սոցիալական աշխատողները նախ պետք է վերհանեն իրենց ներքին կողմնակալությունը: Բռնություն վերապրող բոլոր անձինք արժանի են մեր օգնությանը՝ անկախ նրանից, թե ով են: Ահա մի քանի բան, որ Դուք կարող եք անել.

- ▶ Ենթադրություններ և խտրականություն մի՛ արեք:
- ▶ Անկեղծ եղեք, երբ ինչ-որ բան չեք հասկանում:
- ▶ Վերապատրաստումներ անցեք այն կազմակերպություններում, որոնք աշխատում են համապատասխան բնակչության խմբերի հետ և օգտագործում դրանք աջակցության համար:
- ▶ **Public In Need of Knowledge** կամ **PINK**-ը («Փինք») (**060 37 72 77**) վերապատրաստումներ է անցկացնում ԼԳԲՏ անձանց խնդիրների

վերաբերյալ և կարող է վերապրողներին խորհրդատվություն տրամադրել կամ ուղեկցել ոստիկանություն, դատարան և հիվանդանոցներ:

- ▶ **«Հույսի կամուրջը» (010 56 01 34)** առաջարկում է դասընթացներ որոշակի հաշմանդամության առանձնահատկությունների վերաբերյալ և կարող է անհատներին ուղղորդել դեպի հաշմանդամության տներ և թարգմանիչներ տրամադրել:
- ▶ Համոզվե՞ք, որ անհրաժեշտության դեպքում կան թարգմանիչներ և մատչելի փաստաթղթեր:
- ▶ Օգտագործե՞ք «հայելային» մոտեցումը: Մի ենթադրեք, թե ով է գործել հանցանքը, կամ ինչ է տեղի ունեցել: Օգտագործե՞ք նույն անունները, որոնք նրանք օգտագործում են իրենց բռնարարին (այսինքն՝ ընկերոջը, ամուսնուն, սենյակակցին, զուգընկերոջը, ընկերուհուն և այլն) կամ իրենց դեպքը նկարագրելու համար:
- ▶ Ենթադրե՞ք, որ մարդիկ գիտեն, թե անվտանգության որ տեխնիկան լավագույնս կաշխատի իրենց համար, և մի՛շտ նրանց հետ համակարգեք հաջորդ քայլերը:
- ▶ Զգո՞ւյշ եղե՞ք անվտանգության պլան մշակելիս, որը ներառում է բժշկական կամ առողջապահական հաստատություններ, դատարաններ կամ ոստիկանություն դիմելը: Խրախուսե՞ք տուժածներին դիմել վերը նշված կազմակերպություններին, եթե համապատասխան օգնության կարիք ունեն:

 **Դաս 22**



ՖԻԼՄ՝ «ԱԶՔԵՐՍ ՏԱՐ»: ՔՆՆԱՐԿՈՒՄ
(ՔՆՆԱՐԿՈՒՄ ԵՎ ԱՄՓՈՓՈՒՄ)

ՆՇՈՒՄՆԵՐԻ ՀԱՄԱՐ
.....

▶ ԳՐԱԿԱՆՈՒԹՅԱՆ ՑԱՆԿ

Amnesty International, Armenia - No Pride in Silence: Countering Violence in the Family, (2008). Yerevan, AM: AI Publications.

Barnett, O., & LaViolette, A. (1993). *It could happen to anyone: Why battered women stay*. Newbury Park, Calif.: Sage.

Best Practices for Domestic Violence Programs, (2000). [Manual] Arizona: Arizona Coalition against Domestic Violence.

Best Practices Toolkit for Working with Domestic Violence – from www.mcadsv.org/projects.

Bloom, S., & Farragher, B. (2013). *Restoring sanctuary a new operating system for trauma-informed systems of care*. Oxford: Oxford University Press.

Campbell JC, Webster DW, Glass N. (2009). The danger assessment: validation of a lethality risk assessment instrument for intimate partner femicide. *Journal of Interpersonal Violence*, 24(4):653-74.

Campbell, JC. (2004). Danger Assessment. Retrieved May 28, 2008, from <http://www.dangerassessment.org>.

Davies, J., & Lyon, E. (1998). *Safety planning with battered women complex lives/difficult choices*. Thousand Oaks, Calif.: Sage Publications.

Disability Statistics: Facts & Statistics on Disabilities & Disability Issues
<http://www.disabled-world.com/disability/statistics/>

Domestic Violence Survey in the Republic of Armenia, (2011). [Survey]. Yerevan, AM: OSCE.

Evans, P. (2010). *The verbally abusive relationship: How to recognize it and how to respond* (Expanded 3rd ed.). Avon, MA: Adams Media.

Everett, G. (2011). *Trauma First Aide - Methodology and Techniques*. [Handbook]. Santa Fe, NM: Trauma First Aide Associates LLC.

Felitti V.J. et al, "The Relationship of Adult Health Status to Childhood Abuse and Household Dysfunction", *American Journal of Preventive Medicine*, Vol. 14, 1998, pp. 245-258.

Herman, J. (1992). *Trauma and Recovery*. New York, N.Y.: BasicBooks.

Huffine, C. *12 Reasons Why Couples Counseling Is Not Recommended When Domestic Violence Is Present*. [Booklet]. Portland, OR: Oregon Coalition Against Domestic & Sexual Violence.

Jones, A. (1994). *Next time, she'll be dead: Battering & how to stop it*. Boston: Beacon Press.

Ogden, P., & Minton, K. (2006). *Trauma and the body: A sensorimotor approach to psychotherapy*. New York: W.W. Norton.

Quinn, M. (2010). *Open Minds, Open Doors: Transforming Domestic Violence Programs to Include LGBTQ Survivors*. [Manual] Boston, MA: The Network La Red.

Supporting Survivors of Sexual Assault: A Journey to Justice, Health, and Healing, (2007). [Manual]. Boston, MA: Jane Doe Inc..

Romá Agvanian, N. (2015). *Language as Cultural Purveyor: Exploring the Armenian Language as a Means to Gender Equality*. Yerevan, AM: Yerevan State University.

Ganley, A. and Hobart, M. (2010). *Social Worker's Practice Guide to Domestic Violence*, (2010). [Manual]. Washington State: Children's Administration, Department of Social and Health Services.

Sociological study on Gender Attitudes and Perceptions in Armenia, (2012). [Booklet]. Yerevan, AM: Women's Support Center.

Training Manual for Improving Quality Services for Victims of Domestic Violence, (2006). Daphne Project, WAVE, Vienna.

Trauma –Informed Care Protocol and Best Practices – from www.ncdsv.org/images.

Weiss, E. (2004). *Surviving Domestic Violence: Voices of Women Who Broke Free* (New ed.). Volcano, Calif.: Volcano Press.

When violence begins at home: *A comprehensive guide to understanding and ending domestic abuse* (2nd ed.). (2006). Alameda, CA: Hunter House.

WAVE Training programme on violence against women (2000). *Training and Awareness -Raising for Professionals*, vol.1-2. Vienna.

Ուղեցույցը ընտանեկան բռնություն (ԸԲ) վերապրողների հետ ծառայությունների և Հայաստանի մարզերում ԸԲ գոհերին աջակցման կենտրոնների և նրանց համար ապաստարանների աշխատակիցների հետ խորհրդատվությունների տասը տարուց ավելի կատարված գործնական աշխատանքի արդյունք է: Այն նաև հիմնվել է Եվրոպայի «Ընդդեմ կանանց նկատմամբ բռնության» կոալիցիայի (ԸԿՆԲԿ, WAVE), Վաշինգտոնի Սոցիալական և առողջապահական ծառայությունների դեպարտամենտի, Արիզոնայի «Ընդդեմ ընտանեկան բռնության» կոալիցիայի, Daphne նախագծի (ԸԿՆԲԿ, WAVE) պատրաստած ուսումնական ձեռնարկների, Հայաստանի «Կանանց աջակցման կենտրոնի» լավագույն փորձի վրա ստեղծված ուղեցույցի և շատ այլ հրատարակությունների վրա:

Ուղեցույցի նպատակն է սոցիալական աշխատողներին կամ սոցիալական ծառայություն մատուցողներին տրամադրել տեղեկության աղբյուր և ռեսուրս հանդիսացող փաստաթուղթ՝ շահառուներին իրենց աջակցությունը ցուցաբերելու և այն բարելավելու համար:

ՀԱՅ



24/7 

Թեժ գիծ՝

099 887 808

wsc.armenia@gmail.com

www.womensupportcenter.org

 **WomensSupportCenter**