

ПСКОВИТЯНКА

и только женщина знает ...



№ 7 (33) Январь 2013 года

Здравствуйте, дорогие Псковитянки и Псковичи!

Наступил, новый 2013 год. С этим годом наш Центр связывают многие ожидания, надежды, новые встречи и новые друзья, разнообразные мероприятия и, конечно же, интересные проекты.

Новый 13 год надеемся, принесет судьбоносные решения для нас всех, а значит и для Вас, кто нуждается в нашей помощи, кто хочет повернуть свою жизнь в новое русло, создать семью и надеется на успех в этом сложном деле. Верьте в себя, все так и получится.

Не забывайте, что рядом с Вами – мы, социальный женский Центр. Мы всегда вам готовы помочь, направить вас в вашем жизненном пути и в трудную минуту придти на помощь.

Мы уверены, что с нами рядом и представители органов власти. Ведь многие вопросы для вас мы решаем с ними. Всем нам вместе дружного и результативного сотрудничества.

До встречи.

Руководитель Центра

Свои мысли, высказывания, предложения, пожелания на странице нашей газеты оставила одна из псковитянок:

2013 год, образно можно сказать - начало новой страницы в жизни каждого из нас. Кто и с какими ожиданиями вошел в этот год? Возможно кто-то с целью получения новой работы или повышения на работе, кто-то найти свою любовь или создать семью, кто-то с надеждами реализации себя в какой-либо новой деятельности. Вариантов множество, как говорится: «сколько людей столько и мнений». Особое внимание многих занимает злополучное число 13, или как его еще называют «чертова дюжина»; несчастливое, приносящее неудачу. Но разве должны суеверные вещи помешать нам в

нашей жизни! Некоторые, наоборот, считают данное число счастливым, приносящим удачу. Как известно, мысли материальны, имеют способность реализовываться. Так давайте мыслить позитивно, настраивать себя только на хорошее и все будет хорошо!

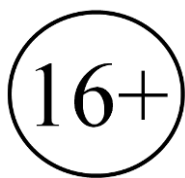
Каждый из нас достоин лучшего, но это совсем не значит, что нужно сидеть на диване и ждать счастья. «Под лежащий камень вода не течет». Нужно бороться за свое счастье, действовать, пробовать себя в различных сферах. Конечно, все это должно иметь добрый умысел, благородные цели. Нужно только попробовать, и тогда вы уже не скажете, что ваша жизнь скучна и не интересна. Каждый из нас может изменить жизнь к лучшему, внести свою частичку добра. Это можно сравнить с работой пчелиной семьи. Каждая пчелка трудится, внося свой маленький вклад в общее дело и в итоге: мы получаем вкусный, сладкий мед. Так и наш мир, если каждый будет приносить что-то хорошее, то в конечном итоге мы получим много добрых дел..

Новый год - это новые возможности, новое начало. Хочется пожелать всем успехов и удачи во всех начинаниях! Помните, нам не дается ничего, что нам было не под силу, а значит возможно все, стоит этого только очень сильно захотеть. Если не хочешь, найдешь тысячу причин, чтобы этого не делать, а если захочешь - тысячу возможностей. Ошибка - это не повод все бросить, а всего лишь новый урок, делающий нас сильнее. Не ошибается тот, кто ничего не делает. Так что, дерзайте и все у вас получится!

Ирина, студентка ПГУ

Сегодня в номере:

- О сетевых подразделениях нашего Центра
- Конкурс на лучший материал СМИ
- Насилие и конфликт. В чем разница?
- Приглашаем вас стать добровольцами
- О новом проекте в Центре.



ЭТО ВАЖНО!

Создание сети нашего Центра при поддержке Российского Национального благотворительного Фонда

Попытки создания подразделений НСЖЦ в районах области показали их ценность.

Реализация Сетевого проекта Центра началась еще в 2008 году. Целью работы стало создание в регионе сети структур гражданского общества по вопросам защиты прав человека, семьи, женщин и детей, направленных на оказание правовых, психологических, социальных, информационных, других услуг населению Псковской области на местах.

В результате работы проекта – созданы три подразделения нашего Центра в регионе. Были открыты Сетевые центры в г. Пскове, г. Великие Луки и г. Опочка, с включением в каждый по 8-9 близлежащих районов.



В.Луки принимают новую оргтехнику

Цель их создания - внедрение новых технологий и отработка модели взаимодействия общественных и государственных структур в вопросах защиты прав, профилактики проблем домашнего насилия и правоохранительной практики на основе опыта работы НСЖЦ Псковской области.



Учеба специалистов в районе

Деятельность после проекта продолжалась в течение трех лет. Попытки реанимировать проект принимались практически каждый год, К сожалению, без финансирования это стало невозможным.



Прием техники идет при зам. главы

Мы благодарны Администрациям области и городов Пскова, Великие Луки и Опочки за принятие идеи Центра, что позволяет нам вновь вернуться к решению вопросов по реанимации сетевой работы в области.

Вновь поставлены первостепенные задачи:

1. Развить сеть Центра, его структурных подразделений в регионе, подготовить и обучить новых специалистов по вопросам защиты прав человека и по оказанию помощи женщинам и детям, оказавшимся в кризисных ситуациях.

2. Привлечь молодежь, студентов Вузов, представителей общественности к сотрудничеству с Правозащитной службой, ее Общественной приемной и Школой прав человека, Кризисной службой и Реабилитационным центром для женщин и детей, оказавшихся в кризисной ситуации, СМИ всех уровней и Информационной службой Центра для изучения положения дел в районах и городах области и информирования населения.

3. Взаимодействие с исполнительной, законодательной и представительной органами власти регионального и муниципального уровня, с целью формирования политики общественно-государственного влияния на дальнейшее развитие демократических правовых институтов, укрепления фундамента общественных правозащитных, кризисных организаций.

В конце 2012 года под руководством заместителя Губернатора Емельяновой Веры Васильевны прошло межведомственное заседание с заместителями глав городов, районов, где был поддержан вопрос о возобновлении работы сетевых центров.



Выступление руководителя Социального женского Центра Натальи Васильевой



Для работы в сети приглашаем волонтеров, общественников, студентов, всех, кому интересна эта работа учиться мастерству работы в общественных организациях, работе помогать людям, открывать и внедрять новые технологии и отрабатывать новые модели взаимодействия, а также учиться писать проекты и иметь возможность быть партнерами.

Успехов нам всем и процветания той территории, на которой мы вместе будем творить.

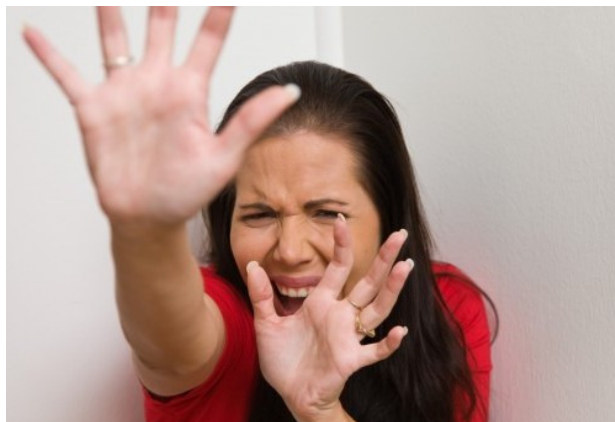
Сотрудничая с нами, Вы можете стать организатором Школы прав человека, Школы безопасности для женщин, Школы ПАП, работать в пресс – службе, получить навыки написания различных проектов и войти в эти проекты.

Созданная сеть должна объединять усилия общественных, правозащитных организаций и государственных структур в вопросах защиты прав граждан.

Удачи всем нам и жителям нашей области.

ВНИМАНИЕ!

Союз журналистов России, "ООН Женщины" и Офис Верховного Комиссара ООН по правам человека в РФ объявили **Всероссийский конкурс на лучший материал СМИ по теме - преодоление домашнего насилия «Остановим насилие вместе!»**



Основная цель конкурса - привлечь внимание к проблеме жестокости в семье и поиску путей ее преодоления в РФ, в частности, к государственным, общественным и медийным инициативам в данной области.

Мы смогли предложить нашим псковским СМИ, показать свое отношение к обозначенной теме, о столь серьезной проблеме в обществе - НАСИЛИИ, как социальном зле. Говорим им большое спасибо, а также СПАСИБО за сотрудничество и свой взгляд на столь серьезную тему, раскрываемую в своих информационных изданиях.

В конкурсе приняли участие такие газеты как: **«Псковские Новости», корреспондент - Инга Григорьева**, со статьей «Дом для женщины», (Куда обратиться, если вы подвергаетесь насилию в собственной семье?),

«Комсомольская правда – Псков» ГП Псковской области «Редакция газеты «Псковская правда», корреспондент - Комарова Алена, с материалом «Если папа обижает маму», в которой на вопросы читателей отвечали семейный психолог Румия Калинина, руководитель ПО ОО «НСЖЦ» Наталья Васильева и руководитель Кризисной службы Центра Елена Яблочкина.

Свои материалы на конкурс направила и Пресс-служба нашего Центра, помещенные на страницах нашей газеты **«Псковитянка»**, главный редактор - Наталья Васильева, рассказывающий о проблеме домашнего насилия в нашей области и будущих ЗАКОНАХ.

Итоги будут подведены в марте-апреле месяце.

Мы все надеемся на успех!

НАСИЛИЕ И КОНФЛИКТ. В ЧЕМ РАЗНИЦА?

К сожалению, в нашем обществе зачастую принято выдавать домашнее насилие за обыкновенные семейные конфликты. И среди своих знакомых вы не раз, наверное, слышали фразы - «они просто поссорились, ничего, помирятся» или «милые бранятся только тешатся» в ситуациях, когда муж скандалит с женой и ударяет ее.

Давайте попробуем разобраться, чем же обычный семейный конфликт, отличается от насилия. Начнем с определения данных понятий.

Семейный конфликт – наиболее острый способ разрешения значимых противоречий, возникающих в процессе семейных взаимоотношений. Он заключается в

противодействии участников конфликта и обычно сопровождается негативными эмоциями и чувствами, переживаемыми по отношению друг к другу. Каждый партнер занимает свою позицию в отношении предмета конфликта и пытается склонить другого к ней.

Домашнее насилие – система поведения одного человека, при которой наблюдается повторяющийся с увеличением частоты цикл физического, сексуального, словесного, эмоционального, экономического давления/воздействия по отношению к своим близким с целью обретения над ними власти и контроля.

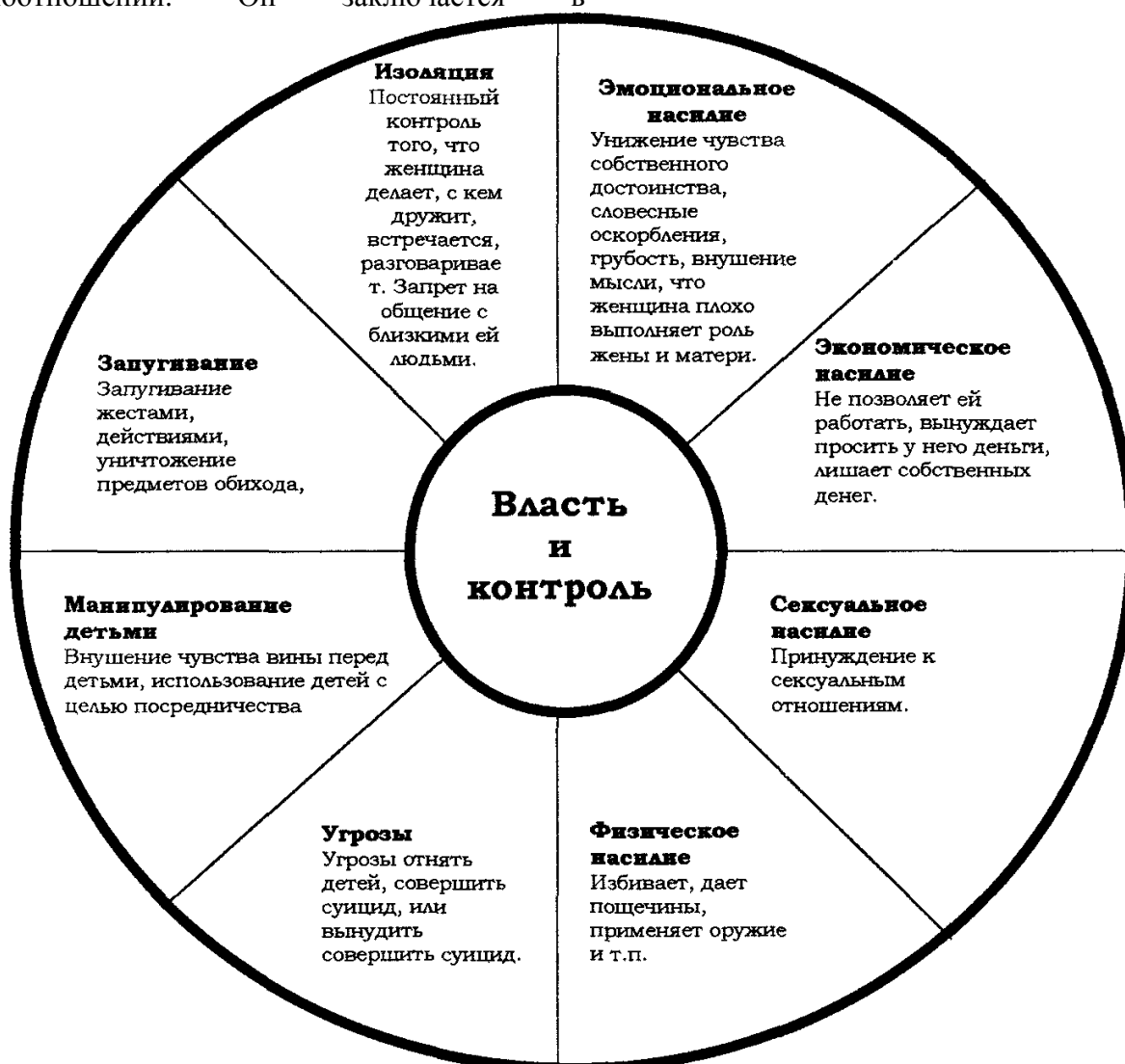
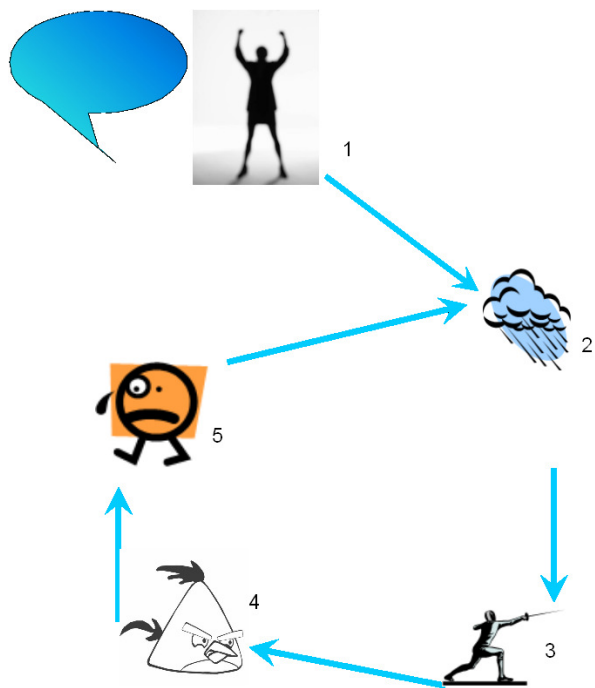


Диаграмма показывает различные виды домашнего насилия. Характерно, что мотив поведения обидчика, независимо от формы насилия, один - власть и контроль.

В супружеских или партнерских отношениях могут присутствовать как все

перечисленные виды насилия, так и некоторые из них. Уже из определений насилия и конфликта можно увидеть их отличия. Но для более глубокого понимания почему же насилие нельзя называть семейным конфликтом, рассмотрим развитие данных событий.

Очень важно понимать, что *конфликт* происходит в результате случайных инцидентов, из-за определенных несовпадений во взглядах супругов на одну и ту же ситуацию. Например, конфликт может возникнуть из-за противоречий по поводу в какой угол лучше поставить новый диван. Первая стадия конфликта – возникновение проблемы – то, что волнует участников конфликта. Вторая фаза или «порочный круг».



- 1 - инициирующее событие (любое вербальное или невербальное действие одной из сторон);
- 2 - восприятие данного события как враждебного намерения вторым участником конфликта;
- 3 - защитный гнев второго участника как естественная реакция человека;
- 4 – агрессивная реакция против инициатора конфликта;
- 5 – переживание инициатором конфликта атаки, как нападения.

Нельзя ожидать от человека, с которым вы вступили в конфликт, рационального поведения, пока энергия гнева не высвободится. Поэтому партнеры будут проходить эти стадии до тех пор, пока каждый из них не освободится от негативных эмоций.

Третья фаза конфликта – конфронтация. Партнеры пытаются убедить друг друга, что именно его/ее мнение является наиболее правильным в этой ситуации.

И четвертая фаза – разрешение конфликта. Она начинается с того момента, когда партнеры готовы вести конструктивный диалог. Только на этой фазе они начинают слышать и слушать друг

друга. Самый эффективный способ выхода из конфликтной ситуации – это сотрудничество. Оно включает в себя элементы соперничества, уступки и компромисс или определенные договоренности. Сотрудничество между партнерами возможно только тогда, когда каждый из них готов изменить свои интересы таким образом, чтобы обеспечить их *существование* в рамках конкретной ситуации, которое и в дальнейшем будет способствовать ее благоприятному развитию.

Возникновение конфликтов в семейной жизни – это естественный процесс. Ведь все мы разные, со своими потребностями и интересами, которые очень индивидуальны. Тем более нам всем свойственно ожидать от других каких-то конкретных действий в той или иной ситуации.

В отличие от конфликта *насилие* имеет тенденцию происходить предсказуемым трехступенчатым циклом, а не разрозненными случайными инцидентами. Контексты, на фоне которых разворачивается домашний террор, могут широко варьироваться, но динамика всегда одна и та же.

Первая фаза – напряжение. Обидчик становится все более раздражительным, вспыльчивым, ему нужно контролировать других. Это напряжение обычно не обсуждается, все это происходит при отсутствии навыков общения, необходимых для человеческого, мирного разрешения конфликта. У испытывающих насилие развивается ощущение потребности "ходить на цыпочках", они применяют разные подходы, пытаясь избежать нарастания конфликта, испытывают покорность и бессилие.

В то же самое время оба партнера могут попытаться оправдать поведение обидчика, ища объяснение его срывам в стрессах из-за работы, денег и т. д.



Продолжительность по времени этой фазы роста напряжения широко варьируется для различных отношений. Для одних промежуток между фактическими случаями насилия могут быть дни и недели, а для других - годы. Однако с ростом напряжения способности страдающих от насилия к регулированию ситуации, к балансировке и конформизму могут становиться все менее эффективными. Именно на этой стадии испытывающие насилие наиболее часто пытаются найти поддержку и помощь, сначала у своих близких, а потом и со стороны.

Фаза вторая - инцидент острого насилия. Эта фаза отличается наиболее интенсивной разрядкой, основными разрушениями и крайними эмоциональными выплесками в их самой негативной форме, а также осознанием того, что эти ситуации не могут быть спрогнозированы или контролируемы. Припадки гнева настолько сильны и деструктивны, что обидчик уже не может отрицать их существование, а страдающая от насилия не может не признавать, что они оказывают на нее сильное влияние. С приближением такой ситуации чувство страха и депрессия у объекта насилия резко возрастают. Обычно острый момент насилия в форме агрессивного акта осуществляется только потому, что обидчик выбирает насильственный способ выяснения отношений.

Это самая короткая фаза, которая может продолжаться от двух до двадцати четырех часов. После этого обычно наступает некоторое отрезвление со стороны обидчика и отрицание им серьезности инцидента или же минимизация всего случившегося. Во время этой фазы может быть обращение в полицию, а также в травмопункт за медицинской помощью.



Третья фаза цикла - период относительного спокойствия и перемирия - «медовый месяц». Обидчик может рассыпаться в

извинениях (включая косвенные извинения, выгодные для себя оправдания, объяснения), торжественно заверять, что ничего подобного больше не повторится, говорить о любви, проявлять заботу, нежность по отношению к женщине. Он может засыпать подарками и обещаниями, что больше никогда не будет обижать. Он выглядит убедительно перед самим собой, пострадавшими и окружающими. Так как он внутренне отрицает свою ответственность за случившееся и обвиняет женщину в провоцировании его, он действительно верит, что это никогда не повторится. Эта вера убеждает окружающих, которые поражены его кажущейся искренностью. Но стоит заметить, что такое поведение может вовсе отсутствовать, или со временем уменьшаться, за тем последует внедрение насилия в отношения. В этом случае сразу возвращается стадия нарастание напряжения, за ней - оскорбление, избиение. Все повторяется опять.

Как правило, если муж (близкий человек) ударил женщину один раз, он не останавливается на этом. Дело не в женщине, а в том, как он привык себя вести и разрешать конфликты. Он использует любой повод для того, чтобы вести себя таким образом. Даже если он не найдет никакой причины, он сделает это.

Таким образом, в обыкновенном конфликте партнеры равны. В ситуации же насилия один человек устанавливает власть и контроль над другим и вынуждает его постоянно жить в страхе.

Для выстраивания гармоничных семейных взаимоотношений важно уметь осознавать свои чувства и эмоции, открыто говорить об этом своему партнеру и быть готовым отказаться от своих ожиданий и принимать других такими, какие они есть. Помните об этом!

Если читая эту статью, у вас возникли вопросы по поводу особенностей ваших семейных взаимоотношений, то вы всегда можете обратиться за помощью к специалистам Кризисной службы Центра.

ПЕРВЫЙ ШАГ ЗАВИСИТ ОТ ВАС!

Имея помощь, поддержку и нужную информацию, гораздо легче сделать решительный шаг и изменить свою жизнь.

ПРИГЛАШАЕМ ВАС

СТАТЬ ДОБРОВОЛЬЦАМИ

ДЛЯ РАБОТЫ НА ТЕЛЕФОНЕ ДОВЕРИЯ

в рамках проекта

«Организация работы двухканального Телефона доверия для оказания экстренной помощи людям, находящимся в трудной жизненной ситуации»

ЕСЛИ ВЫ:

активные и творческие

неравнодушны к бедам людей, живущих рядом

готовы вместе с нами помогать людям

хотите пройти учебную практику в нашей организации

хотите пройти обучение на специальных тренингах и семинарах

хотите получить опыт работы и приобрести дополнительные знания и умения

хотите получить возможность участия в российских и зарубежных стажировках

хотите увидеть мир и посмотреть, как решает проблемы молодежь в других городах и странах

**ПРИХОДИТЕ К НАМ!
МЫ ГОТОВЫ ВАС ОБУЧИТЬ!**

Более подробную информацию об участии в проекте Вы можете получить по тел. 73-25-22 или по [E-mail: wcentr@mail.ru](mailto:wcentr@mail.ru)

При реализации социального проекта используются средства областного бюджета, выделенные в виде субсидии Администрацией Псковской области.

Домашнее насилие – это преступление

В феврале начнется работа по проекту «Домашнее насилие – это преступление». Целью проекта является усовершенствование системы защиты прав людей, пострадавших от насилия в семье.

Проект реализуется при финансовой поддержке в рамках Программы «Малые проекты Посольства Королевства Нидерландов (Matra/KAP)».

В рамках реализации проекта запланировано решить следующие задачи:

1. организовать и провести цикл обучающих семинаров на территории Псковской области для сотрудников полиции и судей по особенностям работы и способам взаимодействия с людьми, пострадавшими от домашнего насилия;
2. обеспечить полицейских и судей методической литературой по проблеме насилия в семье;
3. подготовить наглядные материалы и оформить информационные уголки по проблеме насилия в местах работы участковых уполномоченных, инспекторов по делам несовершеннолетних и судей;
4. создать на сайте организации методический раздел для специалистов, оказывающих помощь пострадавшим от насилия в семье.



Наша реклама

У нас Вы сможете получить консультацию по следующим вопросам:

- ✓ Жилищное право
- ✓ Наследственное право
- ✓ Семейное право
- ✓ Защита прав потребителей
- ✓ Трудовое право
- ✓ Недвижимость
- ✓ Возмещение вреда, причиненного повреждением здоровья

У нас работают профессионалы своего дела, которые имеют большой опыт работы в сфере оказания юридических и правовых услуг и обязательно помогут в трудной ситуации.

Консультации проходят каждый четверг и вторник, по адресу: ул. Головки д.10. Запись по тел. 73-25-22, 75-45-74 по будням с 9:00 до 18:00.

Услуги юриста

- ✓ Приватизация

Наш юрисконсульт может представлять Ваши интересы:

- ✓ на стадии предварительного следствия;
- ✓ в суде первой инстанции;
- ✓ в суде кассационной инстанции;
- ✓ в суде надзорной инстанции;
- ✓ потерпевшего на любой стадии уголовного процесса;
- ✓ дела частного обвинения

Услуги психолога

Наши психологи готовы Вам помочь, если Вы:

Не можете понять, что с Вами

Чувствуете тревогу и страх

Испытываете давление в семье

Оказались в трудной жизненной ситуации

Консультации проходят каждый четверг и вторник, по адресу: ул. Головки д.10. Запись по тел. 73-25-22, 75-45-74 по будням с 9:00 до 18:00.

Телефон доверия

Домашнее насилие – это реальная угроза для Вашей жизни и Ваших детей. Не терпите. Позвоните на телефон доверия: **75-45-45** с 10:00 до 18:00 (по будням).

Обращение «Независимого социального женского центра»
к жителям города Пскова и Псковской области

«Независимый социальный женский центр» обращается к бизнесменам и всем жителям города Пскова и Псковской области с просьбой о помощи в рамках акции «Поможем ближнему».

Приглашаем Вас выступить благотворителями в сборе денежных средств, вещей, обуви, игрушек, письменных принадлежностей.

Ваш символический вклад будет направлен на нужды реабилитационного Центра, в помощь женщинам и детям, оказавшимся в кризисной ситуации.

Денежные пожертвования Вы можете направить на счет Центра с пометкой «Поможем ближнему»

Наши банковские реквизиты:

Расчетный счет: **40703810451010100072**

Отделение №8630 Сбербанка России г. Псков

БИК **045805602**

Кор.счет **30101810300000000602**

Псковская областная общественная организация «Независимый социальный женский Центр»

ИНН **6027036830**

КПП **602701001**

Пресс-служба НСЖЦ



ПСКОВИТЯНКА газета Псковской Областной Общественной Организации «Независимый Социальный Женский Центр» Дата выхода в свет и печать: 10 января 2013г.	Зарегистрировано в Северо-Западном регионе Управлении гос. комитета РФ по печати (г. Санкт- Петербург) свидетельство о регистрации п3858 от 19.07.1999	Гл. Редактор - Н.Васильева Редакционный Совет - Пресс-служба ПО ОО «НСЖЦ» Адрес редакции: 180004, г. Псков, ул. И.Головки, д. 10	при перепечатке ссылка обязательна Газета распространяется бесплатно	Отпечатано в типографии Логос Издательство, г. Псков, Октябрьский пр. д. 50, корп.1 оф.6 Заказ: 2 Тираж: 1000
---	---	---	---	---