

ОЛЬГА РАЗМАХОВА

АННА КРАЙ



ТАК БУДЕТ НЕ ВСЕГДА

ИЛЛЮСТРАЦИИ НИКИ ВОАВУА @nixelpixel

Скандал Рунета

Ольга Размахова

**Домашнее насилие.
Так будет не всегда**

«Издательство АСТ»

2019

УДК 616.89
ББК 56.14

Размахова О.

Домашнее насилие. Так будет не всегда / О. Размахова —
«Издательство АСТ», 2019 — (Скандал Рунета)

ISBN 978-5-17-115413-4

«Домашнее насилие. Так будет не всегда» – книжный проект Оли Размаховой и Анны Край, являющихся практикующими психологами, участницами различных социальных проектов. Из книги вы узнаете о том, как можно и нужно бороться против домашнего насилия, за законодательную защиту пострадавших и публичное освещение вопроса. К проекту привлечено большое количество людей, столкнувшихся с этой проблемой, экспертов, таких как Саша Митрошина, а также художница и феминистка Ника Водвуд (@pixelpixel). В формате PDF А4 сохранен издательский макет.

УДК 616.89

ББК 56.14

ISBN 978-5-17-115413-4

© Размахова О., 2019

© Издательство АСТ, 2019

Содержание

Предисловие	6
Введение	8
Конец ознакомительного фрагмента.	10

Ольга Размахова, Анна Край

Домашнее насилие. Так будет не всегда

*Посвящается Шустовой Галине Геральдовне,
Без которой не смогло бы быть сотен правильных путей и важных
разговоров,
Без которой не было бы моего пути в психологии,
Которая всегда знала, что «так будет не всегда».
Вечная память.*

Анна

© О. Размахова, А. Край, текст, 2020

© Н. Водвуд, иллюстрации, 2020

© Издательство «АСТ», 2020

Предисловие

Вы держите в руках книгу про самый больной вопрос для всех, кто старается победить насилие в семье в нашей стране. Меня зовут Алена Попова. Я – соавтор законопроекта о профилактике семейно-бытового насилия. Когда-то я и не знала, что жертвами насилия в нашей стране, по данным Росстата, являются 16 млн человек в год. Чтобы визуализировать эту цифру, можно просто представить себе город Москва и всех приезжающих сюда транзитом, как жертв насилия. Это ужасающая цифра.

Я была слепа, глуха и нема, когда считала, что домашнее насилие есть только в тех семьях, которые называют «маргинальными». Не люблю это странное слово по отношению к семьям. Дурное какое-то слово. Проще говорить: тяжелая жизненная ситуация. А 7 лет назад мою подругу в живот ногами избил ее гражданский муж. Она была беременна. Живет она не в Москве. У нее прекрасное высшее образование. На свою машину, квартиру, вообще достойную жизнь она заработала сама. Без чьей-либо помощи. А он тоже работал. Тяжелой жизненной ситуации-то никакой не было вообще. Просто насилие, как я теперь знаю и всем говорю, не зависит от пола, возраста, вероисповедания, материального достатка или матримониального статуса: насилие в насильнике. Чтобы это понять, мне пришлось: увидеть синее тело своей подруги (она жива, но та картина, которую я увидела, до сих пор у меня перед глазами), получить второе высшее образование (а я теперь – юрист по уголовному праву, только и именно потому, что нам нужен закон о защите от насилия всех людей в партнерских отношениях), но главное – мне потребовались знания, опыт и желание огромного числа экспертов, активисток, неравнодушных граждан помогать мне с этим. Многих людей, кто до меня, уже тогда, 20 лет, 10 лет занимался темой защиты от насилия в семье. За последние 10 лет закон о домашнем насилии в разных вариантах вносили 30 раз. Но никогда он не был вынесен на пленарное заседание Государственной Думы РФ.

Эта книга, которую Вы держите в руках, крайне важна, потому что в ней есть все ответы на кучу вопросов о насилии. Все те ответы, которые мы все по крупицам собирали долгие годы, авторки этой книги уложили в труд, который Вы сейчас читаете или держите в руках.

Маргарита Грачева, которой муж отрубил руки, вывезя ее в лес, истязая там несколько часов, воткнув топор в бедро, осталась жива. Она еще без протезов, а с культей (тоже жуткое название) вышла на диван-шоу на центральном ТВ, с улыбкой выпрямила спину и сказала: «Нам нужен закон о защите жертв домашнего насилия. И я для этого сделаю все».

Авторки и эксперты этой книги также делают все, чтобы был такой закон, а также чтобы мы все, вы все знали, что такое насилие, каким оно бывает, как его отличать, где искать помощи, а также, что Вы не одни.

Долгое время я ждала, когда будут появляться такие важные книги. Когда наконец-то книжные полки заговорят с людьми, пережившими насилие, с людьми, которые, может быть, сейчас находятся в насильственных партнерских отношениях, с людьми, которые были свидетелями насилия в детстве или во взрослом возрасте, на одном языке. На языке помощи и объяснения, что в насилии никогда не виновата жертва, а всегда виноват насильник.

Буквально два дня назад Маргарита Грачева отмечала годовщину свадьбы. Она снова вышла замуж, она так хотела. Она много и часто говорит о том, что если бы ей рассказали, что ей нужна помощь, то руки, ее руки, были бы целы, как и психика, как и все тело. Но еще она говорит, что когда люди вовремя начнут выходить из тяжелейших насильственных отношений, когда им будет доступна терапия, когда общество станет активнее говорить на языке культуры, искусства, активизма, политики, журналистики и книг, тогда все те, кто ощущал или ощущает страх, боль, чье подсознание помнит о насилии, даже те, кто не идентифицируют насилие как

насилие, смогут быть счастливы. Счастливы, потому что перестанут винить себя и перестанут думать, что они одни. Рита смогла. И многие, кто прочитает эту книгу, смогут.

С огромной личной благодарностью Вам, кто читает эти строки. И низкий поклон авторкам и всем тем, кто сделал реальностью появление этой книги.

Алена Попова,

юрист, соавтор законопроекта о профилактике семейно-бытового насилия

Введение

Прежде, чем вы начнете читать эту книгу, нам важно обозначить некоторые детали, которые могут вызвать у вас непонимание и встать между вами и информацией, которую нам важно до вас донести. Мы осознанно не осуществляли редактуру и не меняли речь тех, кто пишет в рамках книги. У нее не будет единого выдержанного стиля. Здесь будет транслироваться очень разный опыт: профессиональный и экспертный; свой собственный эмоциональный и жизненный; активистский. Таким образом, мы надеемся, что некоторые особенности речи не оттолкнут вас, а, напротив, замотивируют задуматься о том, через какую оптику можно смотреть на мир и разнообразие в нем.

Для нашей, в частности, речи будут характерны феминитивы (имена существительные женского рода), когда мы будем говорить конкретно о женщинах, и гендер гэпы, когда мы будем употреблять множественное число (подчеркивание, применяющееся в существительных, использующихся для обозначения людей, которое предназначено для того, чтобы напомнить, что, помимо мужского и женского, существует множество иных гендеров, о существовании которых мы часто забываем). Для нас важно повышать видимость разных людей, и мы хотим, чтобы наша речь не оставляла никого за ее пределами (подробнее о языке вы можете прочесть в ресурсах про инклюзивность в речи). В то же время мы осознаем, что наша речь не может быть идеальной, и мы надеемся на понимание тех, кто почувствует дискомфорт при чтении последующих страниц. Мы будем благодарны за вашу критику и открыты к развитию собственного языка в целях повышения его инклюзивности и этичности.

Эта книга не могла быть создана без участия неравнодушных людей, которые не только осознают актуальность вызовов, которые ставит перед нами проблема домашнего насилия, но и ежедневно ведут борьбу за право человека на безопасность, за экологичность отношений, за мир, в котором насилие будет значительно снижено.

Данная книга – не только наш проект, но проект большого количества наших коллегинь и коллег, наших подруг и друзей. Нам ценно создать возможность для объединения нашего опыта, и мы благодарны всем, кто стал частью проекта.

Данная книга – результат поддержки нескольких тысяч людей. Мы надеемся, что она станет плечом для тех, кто в настоящее время сталкивается с домашним насилием, информацией для тех, кто хочет лучше понять и осознать проблему, возможностью для тех, кто является актором насилия и хочет изменить свое поведение.

Данная книга – «спасибо», которое мы говорим как представитель_ницы психологического сообщества всем тем активист_кам, которые сегодня ведут борьбу за качественный закон о домашнем насилии, и тем, кто когда-то вкладывал так много сил в движение за права человека. Мы верим, что книга однозначно укажет на необходимость системных изменений в России и что нас однажды услышат.

Мы выражаем благодарность студент_кам Зимней Психологической Школы СПбГУ, которые стали частью нашего сквозного проекта и обучались работать с людьми, пережившими домашнее насилие. Мы знаем, что с каждым годом специалист_ок будет становиться все больше, а значит – качественной помощи. Мы благодарны вам за активность, внимательность и желание жить в мире без насилия, дискриминации и стигматизации. Нам важно указать людей, которые вдохновили нас расширить книгу до того объема, который вы можете сейчас наблюдать, а также оказались для нас поддержкой. Мы не знаем, что может быть важнее, чем видеть столь неравнодушных молодых людей, которые ответственно относятся к миру, в котором мы все живем. Спасибо, Агния Сергеюк, Ксения Высоцкая, Наталья Шишкина, Полина Иванова, Дмитрий Коробенков, Алина Смирнова, Наталья Павлюкевич, Алена Хомич, Максим Лихачев, Ксения Денисенко, Ольга Горшкова, Таисия Прилепская, Вероника Кабанова, Полина Алексе-

ева, Мария Сулова, Анна Некрасова, Кристина Пшонова, Полина Казакова, Екатерина Артамонова, Александра Чаусова, Вероника Попова, Екатерина Мотаева, Лина Логинова, Ирина Седенкова, Мария Александрова, Анна Чай.

Отдельная благодарность рок-группе «Операция Пластилин» за распространение материалов о книге и поддержку.

Ольга:

Два года назад я писала книгу о социальной тревоге и говорила о том влиянии стигматизации и дискриминации, которое может привести человека к очень острому психологическому состоянию, предельно снизить качество его или ее жизни. За эти два года я стала еще больше работать с людьми, которые страдают от внешних факторов: от культуры насилия, от стереотипов, от равнодушия и жестокости государства. Я вела группы поддержки для женщин и много говорила о домашнем или партнерском насилии.

За эти годы мы (представительницы феминистского движения) смогли значительно поднять видимость проблемы домашнего насилия. Сегодня о нем снимают фильмы персоны с большим социальным и медийным ресурсом. Сегодня на федеральных каналах обсуждают законопроекты. Сегодня все больше СМИ подробно освещают судебные процессы тех, кто пережил домашнее насилие. Этого не могло случиться, если бы огромное количество активист_ок, юрист_ок и блогер_ок ежедневно не вели борьбу за справедливость и безопасность.

Конец ознакомительного фрагмента.

Текст предоставлен ООО «Литрес».

Прочитайте эту книгу целиком, [купив полную легальную версию](#) на Литрес.

Безопасно оплатить книгу можно банковской картой Visa, MasterCard, Maestro, со счета мобильного телефона, с платежного терминала, в салоне МТС или Связной, через PayPal, WebMoney, Яндекс.Деньги, QIWI Кошелек, бонусными картами или другим удобным Вам способом.