

Безопасность женщин

Эти рекомендации относятся к женщинам, которые часто являются объектом насилия. Гарантия безопасности - не доверять незнакомым мужчинам, ведущим себя вызывающе или слишком броско одетым. Решение, как отреагировать, зависит от индивидуальной оценки ситуации. Необходимо помнить, что защитная реакция дезориентирует мужчину и дает время спастись.

К самозащите нужно прибегать только тогда, когда можно рассчитывать на чью-либо помощь. Нападающего можно остановить, неожиданно бросив в него какой-нибудь предмет, находящийся под рукой: газету, спички, ключи. Если вас преследуют, поменяйте несколько раз маршрут, чтобы преступник сбился с пути. Не допускайте преследования до самого дома, особенно если живете одна или в безлюдном месте.

Всегда предупреждайте родственников или друзей о своем маршруте и просите их встречать вас в вечернее время, назначайте свидания только в многолюдных и хорошо освещенных местах.

По возможности надевайте не стесняющую движения одежду и обувь, не провоцируйте насильников вызывающей одеждой, зачесывайте длинные волосы наверх (чтобы их нельзя было намотать на руку), не надевайте на шею бусы, длинные шарфы и цепочки, не нагружайте себя сумками и свертками (носите небольшие сумки).

Чтобы обезопасить себя, никогда не называйте своей фамилии, отвечая по телефону, особенно если включаете автоответчик, лучше подтвердите правильность набора номера телефона.

Возвращаясь поздно ночью домой, не стойте долго перед входной дверью ища ключи, лучше иметь их под рукой.

Женщина, подвергшаяся нападению, пытается всеми силами защититься: это лишь усугубляет опасность, увеличивает удовольствие преступника из-за поведения жертвы. Решение должно быть выбрано по обстоятельствам: следует ли сопротивляться или вести себя спокойно, чтобы избежать более тяжелых физических повреждений.

Среди различных способов защиты могут пригодиться те, которые активно действуют на психологию мужчины, так как физически ему очень трудно сопротивляться, тем более, если вы к этому не подготовлены. Необходимо выиграть время, предложив "агрессору" съесть или выпить чего-нибудь, пойти в более подходящее для осуществления задуманного им место. Можно также сказать ему о плохом самочувствии, менструации, беременности, венерическом или другом заразном заболевании. Надо постараться вызвать сострадание или симпатию, помня, однако, что плач может вызвать обратную реакцию.

Если мужчина вооружен, используйте максимальную осторожность, не нервничайте его и не оскорбляйте, чтобы не подвергать риску свою жизнь. Принимать решение о каких-то защитных действиях следует только в том случае, если есть уверенность в успехе без помощи со стороны, ведь посторонние люди часто предпочитают не вмешиваться, если не чувствуют себя достаточно сильными.

Если место безлюдное и некуда убежать, старайтесь не кричать, такая реакция может еще больше обозлить преступника.

Сделайте вид, что вы выполняете его требования, и когда он расслабится, действуйте безжалостно, воткнув пальцы в его глаза или нос, ударив его в пах коленом, рукой или локтем.

Если вы пострадали, обратитесь к врачу, который зафиксирует повреждения, окажет необходимую помощь и выдаст справку, которую необходимо приложить к заявлению в милицию, где с максимальной точностью должны быть описаны действия и внешность "агрессора".

Заявление о нападении - обязательная, хотя и неприятная процедура. Сотрудничество с органами правопорядка необходимо, чтобы избавить других женщин от такого же риска.

Жертвы подобных преступлений нуждаются в особой психологической помощи. Людей, компетентных в оказании подобных услуг, можно найти в центрах психологической помощи или в женских консультациях.