



СЛОВА, которые РАНЯТ

**ТРАВМЫ, ПОЛУЧЕННЫЕ ВСЛЕДСТВИЕ
ЭМОЦИОНАЛЬНОГО НАСИЛИЯ**

Автор: КАТЯ РЕЙНЕРТ | ЗАМЕСТИТЕЛЬ ДИРЕКТОРА ОТДЕЛА
ЗДОРОВЬЯ ГК

enditnow®
Adventists Say No to Violence

ДЕНЬ ПРОФИЛАКТИКИ НАСИЛИЯ 2018





*“Никакое гнилое слово
да не исходит из уст ваших,*

**а только доброе для назидания в вере, дабы оно
доставляло благодать слушающим».**

Ефесеям 4:29





enditnow®

ДЕНЬ ПРОФИЛАКТИКИ НАСИЛИЯ НАПОМИНАЕТ НАМ:

Виды насильственной смерти:

- Коллективная (например, бандитские группировки, войны)
- Самонаправленная (например, самоубийство)
- Межличностная (например, в результате домашнего насилия)

Смертность от межличностного насилия по всему миру: **1.3 миллиона каждый год**

Что составляет 2.5% от общей смертности.

Формы межличностного насилия:

- Физическое
- Сексуальное
- Психологическое
- Игнорирование

Межличностное насилие без смертельного исхода встречается **чаще, чем убийства.**

Точное количество переживших насилие и страдающих от его калечащих последствий неизвестно.



ДЕНЬ ПРОФИЛАКТИКИ НАСИЛИЯ НАПОМИНАЕТ НАМ:

Мы - **руки** и **ноги** Бога в этом мире.

Мы представляем Его **любовь** и **исцеляющую силу**.

Мы призваны относиться друг к другу с любовью и уважением.

“По тому узнают все, что вы Мои ученики, если будете иметь любовь между собою” (Иоанна 13:35).

Мы призваны **нести** исцеление и **оказывать** поддержку друг другу.

“Наконец будьте все единомысленны, сострадательны, братолюбивы, милосерды, дружелюбны, смиренномудры” (1 Петра 3:8)





НАСИЛИЕ КАСАЕТСЯ КАЖДОГО

Психологическое насилие – это тоже насилие, которое оставляет долгосрочные последствия. Шрамы физического насилия можно излечить, но шрамы эмоционального насилия не видны и их исцеление может занять даже больше времени. Эмоциональное насилие может губительно сказаться на нашем представлении о самих себе и привести к возникновению чувства стыда и низкой самооценке.



ВОПРОСЫ ДЛЯ РАЗМЫШЛЕНИЯ:

- Если бы это случилось с вами, вы бы распознали эмоциональное насилие?
- Как бы вы реагировали, если бы вас психологически унижали?
- Что говорит об этом Библия и Дух пророчества?





ПСИХОЛОГИЧЕСКАЯ АГРЕССИЯ

ПРЕДСТАВИТЕЛИ ОБОИХ ПОЛОВ ДЕМОНСТРИРУЮТ ВЫСОКИЙ УРОВЕНЬ ПСИХОЛОГИЧЕСКОЙ АГРЕССИИ.

- Представители обоих полов сообщают, что **страдают от насилия** в течение всей жизни.
- Процент **психологической агрессии** как по отношению к женщинам, так и мужчинам примерно одинаков:
 - Мужчины 48.8% (почти половина)
 - Женщины 48.4% (почти половина)

РАЗЛИЧИЕ В РАЗНОВИДНОСТИ ПСИХОЛОГИЧЕСКОЙ АГРЕССИИ.

- Супруги, которые страдают от **экспрессивной агрессии** со стороны партнера:
 - Мужчины 32% (3 из 10)
 - Женщины 40% (4 из 10)
- Супруги, которые страдают от **контроля на основе принуждения**:
 - Мужчины 42.5% (4 из 10)

Правда заключается в том, что и мужчины, и женщины часто прибегают к эмоциональным оскорблениям своего партнера.





ПСИХОЛОГИЧЕСКАЯ АГРЕССИЯ

СХОДСТВА

Как в отношении мужчин, так и женщин:

- Наиболее часто встречаемая форма экспрессивной агрессии – это **словесные оскорбления** типа уродливый, толстый, сумасшедший, глупый; также **унижение** и высмеивание.
- Требование **сообщать свое местонахождение** – самая распространенная форма контроля на основе подчинения.

РАЗЛИЧИЯ

- Женщины чаще жалуются на то, что вынуждены постоянно сообщать, где находятся.
- Мужчины чаще подвергаются оскорблениям; также они сообщают о том, что их партнера злит так сильно, что это кажется опасным.





ЭМОЦИОНАЛЬНОЕ НАСИЛИЕ В АДВЕНТИСТСКОМ ДЕТСТВЕ

- Среди взрослых адвентистов, принимавших участие в исследовании (10,283) и сообщивших об эмоциональном насилии со стороны родителя , когда им еще не было 18 лет:
 - 39% женщин
 - 35% мужчин
- Это насилие имело **негативные последствия** для их физического и психического здоровья независимо от **возраста, пола, дохода** или **образа жизни** (например, здорового питания или физических упражнений).



ОПРЕДЕЛЕНИЕ ЭМОЦИОНАЛЬНОГО НАСИЛИЯ

- Речь и/или поведение с целью:
 - **Контролировать**, унижать, наказывать или манипулировать.
 - **Оскорбить**, напугать, изолировать или управлять.
- Непрямые методы контроля:
 - **Лишение** любви, общения, денег.
 - Пассивно-агрессивное поведение представляет собой **скрытую враждебность**.
- Прямые методы проявления власти:
 - **Вам диктуют**, куда ходить, с кем общаться, за вами шпионят и преследуют.
 - **Вторжение** в вашу личность, пространство или посягательство на личную собственность – нарушение границ.



ЭМОЦИОНАЛЬНОЕ НАСИЛИЕ ВЫРАЖАЕТСЯ . . .

Человек, который подвергается эмоциональному насилию, часто чувствует себя

незначительным и ***невидимым***,

что может оставить еще более сильные шрамы, чем физическое насилие.

- Физическое насилие говорит: «Ты **не стоишь** того» (*незначительность*)
- Эмоциональное насилие говорит: “Ты даже **не существуешь**.” (*невидимость*)



ЧТО ТАКОЕ ЭМОЦИОНАЛЬНОЕ НАСИЛИЕ?

- ЭТО **НЕ:**

Обычный конфликт между двумя людьми. Люди должны иметь **свободу выражения собственного мнения.**

- **ЭТО:**

Преднамеренная динамика доминирования, используемая для получения власти и контроля над другим человеком.





ПРИЗНАКИ ЭМОЦИОНАЛЬНОГО НАСИЛИЯ

- **ФИЗИЧЕСКИЕ ПРИЗНАКИ У ЖЕРТВЫ:**

- Сжатые зубы
- Колотящееся сердце
- Ощущение, что обычный разговор превращается в атаку

- **ПОВЕДЕНЧЕСКИЕ ПРИЗНАКИ У ЖЕРТВЫ:**

- Постоянно извиняется за поведение супруга **(неуместные извинения)**
- Постоянно чувствует необходимость что-то изменить в себе, чтобы соответствовать требованиям партнера **(самообвинения)**





ЭМОЦИОНАЛЬНОЕ НАСИЛИЕ САМОАНАЛИЗ

ВЕДЕТ ЛИ СЕБЯ ТАК ВАШ СУПРУГ(А) ИЛИ КТО-ТО ДРУГОЙ В ВАШЕЙ ЖИЗНИ

- Постоянно требует от вас **подробного отчета** о том, где вы и чем занимаетесь; хочет, чтобы вы постоянно были на связи.
- **Требует пароли** к вашему телефону, электронной почте и соцсетям.
- **Очень ревнив** и постоянно обвиняет вас в измене.
- **Запрещает или не одобряет** ваши встречи с друзьями или родственниками.
- **Пытается** сделать так, чтобы вы **больше не ходили на работу** или учебу.
- **Злиться** так, что вам становится страшно.





- **Контролирует** все ваши **финансы** или то, как вы тратите деньги.
- **Запрещает** вам ходить к врачу.
- **Унижает** вас перед другими людьми.
- **Называет вас различными оскорбительными прозвищами** (например, «тупая», «омерзительная», «никчемная», «шлюха» или «толстуха»).
- **Угрожает, что причинит боль** людям, которые вам дороги, или животным.
- **Угрожает позвонить в полицию** или социальные службы и пожаловаться на вас.
- В состоянии обиды **угрожает, что навредит себе.**
- Говорит что-то вроде: **«Если ты не будешь моей, то будешь ничьей».**





КАК РЕАГИРОВАТЬ НА ЭМОЦИОНАЛЬНОЕ НАСИЛИЕ

1. **Изучите эмоционально оскорбительные тактики и научитесь давать отпор.**
2. **Установите здоровые границы.**
3. **Укрепляйте свою самооценку и самоуважение.**
“Любовью вечною Я возлюбил тебя и потому простер к тебе благоволение. Я снова устрою тебя”
(Иеремия 31:3).





КАК ОТВЕЧАТЬ НА ЭМОЦИОНАЛЬНОЕ НАСИЛИЕ

- 4. Немедленно обратитесь за помощью к профессиональному консультанту.**
- 5. Ищите утешения, исцеления и мудрости у Бога.**





ИЩИТЕ ИСЦЕЛЕНИЕ ОТ БОГА

“Я знаю ваши слезы, Я также плакал. Мне ведомы печали, которые настолько глубоки, что не могут быть доверены ни одному человеку. Не думайте, что вы одиноки и оставлены. Хотя ваша боль не трогает ни одно сердце на земле, взирайте на Меня и живите”.

Эллен Уайт «Желание веков», с. 483





СИНОДАЛЬНЫЙ ПЕРЕВОД

«Никакое *гнилое* слово да не исходит из уст
ваших,

а только **доброе** для **назидания** в вере,
дабы оно доставляло **благодать**
слушающим».

Ефесеям 4:29



**ПЕРЕВОД БИБЛИИ
ПОД РЕДАКЦИЕЙ КУЛАКОВА М. П. И П. П.**

*“Пусть не исходит из ваших уст никакое
гнилое слово, а только **доброе**, какое нужно
для назидания других, какое приносило бы
благословение слушающим.”*

Ефесеям 4:29





СОВРЕМЕННЫЙ РУССКИЙ ПЕРЕВОД, 2-Е ИЗДАНИЕ

«Пусть не будет у вас на языке ни одного
дурного слова, лишь слова, **полезные** для
назидания, **благотворные** для
слушателей».

Ефесеям 4:29





НОВЫЙ ЗАВЕТ: СОВРЕМЕННЫЙ ПЕРЕВОД:

«Пусть не исходит из уст ваших
сквернословие, а только то, что **помогает**
людям стать сильнее, чтобы те, кто
слышит вас, извлекли для себя **доброе**».

Ефесеянам 4:29





СИЛА СЛОВ

СЛОВА НАВАЛА РАНЯТ

- Описывается, как грубый и злой человек.
- Высказывает слова неуважения к Давиду. (Ты просто не существуешь).
- Очевидно, также плохо относится к слугам. Скорее всего, и к жене.
- Угрожает под воздействием алкоголя.

СЛОВА АВИГЕИ ИСЦЕЛЯЮТ

- Описывается, как мудрая женщина.
- С уважением приносит дары Давиду.
- Просит прощения, спокойна и добра со всеми.
- Под воздействием Святого Духа дает мудрый совет.





СИЛА СЛОВ АВИГЕИ

«Эти слова мог говорить только человек,
одаренный мудростью свыше. . .

Дух Сына Божьего наполнял ее душу, ее
речь, приправленная благодатью,
исполненная добротой и миром, источала
небесное благоухание. Чувства Давида
переменились, и он затрепетал при
мысли о последствиях своего
необдуманного решения».

Эллен Уайт «Патриархи и пророки», с. 667





СИЛА ЛАСКОВЫХ СЛОВ

«Во многих семьях никак не выражается привязанность людей друг к другу. Нет нужды в сентиментальности, но они нуждаются в проявлениях целомудренной, чистой, благородной любви и **нежности**.

Многие совершенно ожесточили свои сердца и в словах и поступках отражают сатанинские черты характера...





СИЛА НЕЖНЫХ СЛОВ

Нежная привязанность должна всегда поддерживаться между мужем и женой, родителями и детьми, братьями и сестрами. Избегайте необдуманных слов; не делайте даже намека на то, что кто-то не любит другого. Долг каждого члена семьи - быть приятным другим, говорить **доброжелательно**».

Эллен Уайт «Знамена времени», 4 ноября 1892 г.





СИЛА СЛОВ, СКАЗАННЫХ С УВАЖЕНИЕМ

«Ни муж, ни жена не должны пытаться оспаривать свое **главенство**. Господь утвердил принцип, которым необходимо руководствоваться в этом вопросе. Муж должен лелеять свою жену, как Христос лелеет Церковь. Жена должна **уважать** и любить своего мужа. Оба должны сохранять дух сердечности, решив никогда не огорчать и не ранить другого... **Не пытайтесь заставить другого** сделать все по-своему.





СИЛА СЛОВ, СКАЗАННЫХ С УВАЖЕНИЕМ

“Поступая так, вы не сможете сохранить любовь друг к другу. Проявление своеволия разрушает мир и счастье в семье. Пусть же ваша брачная жизнь не будет жизнью раздоров. Если вы будете поступать так, то оба будете несчастны. **Будьте добры в слове и кротки в деле, отказываясь от своих желаний.** Внимательно следите за своей речью, потому что она оказывает могущественное влияние к добру или ко злу. Не позволяйте **резким** словам исходить из ваших уст”

Эллен Уайт «Христианский дом», с. 106





СИЛА СЛОВ В ПОДЧИНЕНИИ И ОБЪЕДИНЕНИИ

“Мужчины и женщины могут достичь Божьего идеала в отношении себя, если они **примут Христа как своего помощника**. Что не может сделать человеческая мудрость, то **совершит Его благодать**, но лишь для тех, кто отдал себя Ему, полагаясь на Него с любовью. Его провидение может **соединить сердца узами** небесного происхождения. **Любовь** не будет просто обменом приятными и лестными словами.





СИЛА СЛОВ В ПОДЧИНЕНИИ И ОБЪЕДИНЕНИИ

Небесный ткацкий станок сплетает основу ткани и саму ткань более прекрасную, более прочную, чем могут соткать лучшие ткацкие станки на земле. **В результате** появляется не материальная ткань, а та, что **никогда не изнашивается и выдержит любое испытание.** Сердце будет **связано с сердцем золотыми узами прочной любви**”

Эллен Уайт «Служение исцеления», с. 362





СИЛА БОЖЬЕГО СЛОВА ДЛЯ ТЕБЯ

**“Я искупил тебя, назвал тебя по имени
твоему; ты **Мой**”**

Исаия 43:1





СИЛА БОЖЬЕГО СЛОВА ДЛЯ ТЕБЯ

“Ибо Ты устроил внутренности мои и соткал меня во чреве матери моей.
Слаблю Тебя, потому что **я дивно устроен**. Дивны дела Твои, и душа моя вполне сознает это”

Псалом 138:13, 14





СИЛА БОЖЬЕГО СЛОВА ДЛЯ ТЕБЯ

“Ибо мы — **Его творение**, созданы во Христе Иисусе на добрые дела, которые Бог **предназначил** нам исполнять.”

Ефесянам 2:10





СИЛА БОЖЬЕГО СЛОВА ДЛЯ ТЕБЯ

“Ибо только Я знаю намерения, какие имею о вас, говорит Господь, намерения во благо, а не на зло, чтобы дать вам будущность и надежду.”

Иеремия 29:11

