

# Памятка для девушек «Как избежать сексуального насилия»

Историческая справка. Бытовой этикет России в XIX веке предписывал молодой даме ни под каким предлогом не оставаться наедине с молодым человеком. Беседа может проходить только в присутствии свидетеля. Если к даме пришел еще один гость, то нянька или приживалка могут оставить их, однако впоследствии мужчины должны уйти вместе. Суть этой рекомендации совпадает с важнейшим правилом безопасного поведения: предвидеть и избегать ситуации повышенного риска. Данные полицейской статистики говорят: около 70% потерпевших были знакомы с преступниками, причем 22% познакомились с ними в день совершения преступления. В большинстве случаев жертвы вели себя неосмотрительно. Например, распивали с потенциальным насильником спиртное, соглашались сесть в машину, без принуждения отправлялись в безлюдное место или в незнакомую квартиру. Следует знать, что девушки 14-17 лет вдвое чаще становятся жертвами своих знакомых, чем девушки в возрасте 18-23 лет.

## **Девушкам необходимо помнить простые советы, как избежать сексуального насилия.**

Остерегайтесь молодых людей, откровенно ищущих тесного контакта, которые стоят или садятся слишком близко к вам, не сводят глаз с ваших ног или груди, прикасаются к вам более навязчиво, чем вам бы хотелось, или против вашей воли. Осадите такого сразу же твердо и определенно.

Лучше не связывайтесь с парнями, подростками, ведущими уличный образ жизни. Они часто подталкивают друг друга к сексуальному насилию, чтобы доказать свою «мужественность».

Знайте, что в огромном количестве случаев одно только ваше согласие пойти в ресторан расценивается мужчинами как несомненный знак того, что вы понимаете, к чему идет дело, и не имеете ничего против. Последующее сопротивление, если оно происходит, воспринимается как ритуальная игра («чтобы девушке не было стыдно»).

Если вас приглашают в квартиру, например, под предлогом «познакомиться с мамой», а вы слышите там музыку и видите мужчин, вы должны просто вылететь за дверь. И не надо стесняться своей осторожности. Любое недоразумение нормальные люди поймут и простят.

Не надо бояться шума или скандала в ситуации сексуального принуждения, – несколько минут публичного смущения лучше риска изнасилования. В большую компанию безопасно идти лишь с надежными друзьями, не терять друг друга из виду и вместе уходить. Как правило, успешно избежать изнасилования можно одним из трех способов: убежать, отбиться или позвать на помощь. Иногда помогают пассивные методы сопротивления: уговоры, попытки разбудить совесть насильника, разжалобить или запугать (притворитесь сумасшедшей или истеричкой, потеряйте сознание, скажите, что у вас венерическое заболевание и т. п.).

Можно попробовать вызвать у насильника чувство брезгливости. Перекошенное уродливое лицо (симуляция нервного тика), искусственно вызванная рвота на себя и т. д. – такие методы спасли уже немало женщин при нападении на улице. Кстати, вопреки устоявшемуся мнению, в очень немногих случаях (лишь 7% изнасилований) нападение происходит именно на улице. Помните, что суперкороткая юбка, облегающая кофточка, яркая косметика и вызывающее поведение – самые верные способы вызвать к себе интерес преступника.