НАСИЛЬСТВУ
НЕМАЄ
ВИПРАВДАННЯ

Зупинимо насильство разом

Огляд літератури

Публічна
Бібліотека
імені
Лесі Українки

2021

Домашнє насильство – це проблема не окремої родини, а всього суспільства.

Насильство щодо жінок і домашнє насильство становлять серйозне порушення прав людини, вкорінене в нерівності між чоловіками та жінками й гендерній дискримінації.

Проблема насильства щодо жінок актуальна для всіх країн і суспільств без винятку. Домашнє насильство позначається на жінках і чоловіках, хлопцях і дівчатах.

Зазвичай люди, які зазнають домашнього насильства, не розуміють, що зіткнулись із ним. У суспільстві існує думка, що насильством слід вважати лише фізичні вияви агресії. Але усі види насильства небезпечні, тому що будь-який з них може привести до розладів психічного здоров'я і до смерті. Експерти говорять про психологічне насильство, яке може проявлятись у тому, що людина принижує вас, маніпулює вами, зневажає та ігнорує ваші бажання, думки, почуття.

Будь-якому насильству немає виправдання, тому головний меседж – **НЕ МОВЧИ!**

Пропонуємо ознайомитись з оглядом книг на дану тему.

Берн, Е. Ігри, у які грають люди: світовий бестселер із психології стосунків / Ерік Берн ; [пер. з англ. К. Меньшикової]. – 5-те вид. – Харків : Клуб сімейного дозвілля, 2021. – 255 с.

Доктор Ерік Берн розкриває таємні прийоми, які керують нашим життям. Усі ми, не усвідомлюючи цього, постійно граємо в ігри – подружні та сексуальні, серйозні ігри з керівниками та суперницькі ігри з друзями, в ігри, що визначають статус та сімейні сутички. Ерік Берн детально описує понад 120 ігор, у які ми граємо самі та у які нас залучають навколишні. А також дає поради для тих, хто хоче навчитись протистояти прийомам ігор, у які вас намагаються втягнути. Він допомагає проаналізувати нюанси поведінки, позбавитись стереотипів у спілкуванні й дає розуміння сутності людських вчинків. Книжка, що вийшла майже 40 років тому, і досі є популярною та актуальною!

Герасименко, Г. В. Гендерна рівність та відповідь на домашнє насильство в приватному секторі в Україні: заклик до дій : [дослідження] / Г. В. Герасименко. – Київ : СТ-Друк, 2019. – 65 с.

Дослідження «Гендерна рівність та відповідь на домашнє насильство в приватному секторі: заклик до дій» було проведено з метою виявлення найбільш актуальних гендерних проблем, із якими можуть стикатися працівники та працівниці приватного сектору України, а також пошуку можливих відповідей компаній на ці виклики. В дослідженні розглядаються питання рівного ставлення до жінок і чоловіків, які працюють у компаніях в Україні, у тому числі стосовно можливостей поєднання професійних і батьківських обов'язків, а також наслідки домашнього насильства для професійного життя постраждалих.

Герман, Д. Психологічна травма та шлях до видужання: наслідки насильства – від знущань у сім'ї до політичного терору / Джудіт Герман ; з англ. пер. О. Лизак, О. Наконечна, О. Шлапак. – Львів : Вид-во Старого Лева, 2021. – 413, [3] с.

Ця книга – плід двох десятиліть досліджень та клінічної роботи з жертвами сексуального насильства і насильства в сім'ї, а також з ветеранами бойових дій та жертвами політичного терору. В ній ідеться про відновлення зв'язків між публічним та приватним просторами, між індивідом та громадою, між чоловіками та жінками. Книга стане незамінною для психологів, психотерапевтів, лікарів і тих, хто, зазнавши насильства, шукає шлях до видужання.

Грей, Д. За межами Марса та Венери. Магія стосунків у бурхливому сьогоденні / Джон Грей ; [пер. з англ. Т. Микитюк]. – Харків : Клуб сімейного дозвілля, 2017. – 352 с.

Ідею про те, що всі негаразди між чоловіками та жінками відбуваються через їх походження з різних планет розвиває у своїй книзі "За межами Марса та Венери. Магія стосунків" Джон Грей. Зрозуміти, де є різниця між звичайними непорозуміннями через відмінності у світоглядах та жорстким тиском і аб'юзом іноді непросто, але ця книга допоможе розставити крапки над "і".

Гувер, К. Покинь, якщо кохаєш... : [роман] / Коллін Гувер ; [пер. з англ. І. Гнатковської]. – Харків : Vivat, 2018. – 351 с.

Яскравий і дещо мелодраматичний сюжет роману виявляється вдалою ширмою, за якою поміщено міркування про актуальні суспільно-психологічні проблеми, одна з яких – насильство в сім'ї. Головна героїня Лілі, прототипом якої частково постає сама авторка, втрачає тата й знову поринає в спогади про непросте дитинство. Будинок її батьків, шанованих і пристойних громадян, ніколи не був затишним сімейним гніздечком, адже Лілі з мамою жили в постійному напруженні через агресивний характер тата. Нарешті дівчина готова ступити на власний шлях і збудувати свою родину. Однак їй не вдасться знайти спокій, поки вона не здолає всіх тіней минулого й не наважиться розірвати зачароване коло, сплетене з правди, страху, прощення, нерішучості й любові.

Касьян, Т. Про що мовчать. [Ми звикли засуджувати людей, не намагаючись поринути у суть?] / Таня Касьян ; пер. з рос. Ю. Бондаренко. – Київ : BOOKCHEF ; [Форс Україна], 2019. – 240 с.

Ця книга про жінок, чиї історії для більшості оповиті стереотипними уявленнями. Що відчуває жінка, яка розуміє, що її назавжди паралізувало? Чого найбільше боїться безпритульна? Чому тільки після сімнадцяти років перебування у монастирі черниця наважується піти з нього? Як живе жінка після зґвалтування у віці шести років? 13 історій, які назавжди змінять ваше сприйняття дійсності. Багато зізнань, сліз, розмов із психологом... У ваших руках книга, переповнена емоціями та бажанням викорінити стигму з нашого суспільства.

Деліс, Д. Пастка пристрасті: як її уникнути та здобути щастя в коханні / Дін Деліс, Кассандра Філліпс ; [пер. з англ. А. Цвіри]. – Харків : Vivat, 2020. – 348, [3] с. – (Серія «Саморозвиток»).

На жаль, є стосунки, де один із партнерів вдається до психологічного насилля. Книги в таких випадках дозволять поглянути на ситуацію інакше та усвідомити, що треба змінити. «Пастка пристрасті» Діна Деліса та Кассандри Філліпс розкаже про установки та моделі поведінки, які заважають будувати гармонійні відносини на рівних, змушують вестися на маніпуляції чи вдаватися до них.

Маккена, Ш. За закрытой дверью : роман / Шеннон Маккена ; [пер. с англ. А. О. Сизова]. – Москва : АСТ ; Транзиткнига, 2006. – 350 с.

Ідеальне життя. Яке воно? Поїздки до Таїланду, найкращі готелі та ресторани, вишуканий одяг та розкішний будинок. Власноруч намальовані картини та пошитий одяг, і, можливо, брак часу та потреби мати особистий телефон. Все видається нормальним? Тоді готуйтесь розчаруватись – ідеальна картинка на те й ідеальна, що під шарами найбарвистіших та найрізноманітніших фарб – сіре й страшнувате полотно. У психопатів не закохуються. ХА! А ти доведи, що психопат не ти... Книга не є єдиним представником у цьому «жанрі», варто згадати «Дівчина у потягу» і «Дружина між нами», а також «Вільне падіння», щоб зрозуміти нахил цього письма.

Книгу варто читати тим жінкам, яким видається щось не таким НОРМАЛЬНИМ, як це мало б бути, щоб вони не боялись змінити своє життя, адже все у наших руках.

Мак-Кензі, Д. Як звільнитись від токсичних стосунків і не стати жертвою / Джексон Мак-Кензі ; [пер. з англ. А. Климовської]. – Харків : Віват, 2019. – 254, [1] с.

Ця книжка дарує надію на зцілення від токсичних стосунків. Автор, спираючись на власний досвід, пропонує систему методів, які допоможуть розпізнати руйнівні відносини не лише в особистому житті, а й у професійній сфері та відкритися до нового кохання і щастя. Запропоновані поради допоможуть подолати невпевненість, запобігти депресії, віднайти рівновагу. Замисліться над своїми стосунками та переконайтеся, що не стали жертвою маніпуляцій.

Лабковський, М. О. Хочу й буду: прийняти себе, полюбити життя і стати щасливим / Михайло Лабковський ; пер. Тамара Клюкіна. – Київ : BookChef, 2020. – 317, [2] с.

Автор цілком упевнений, що людина може і має право бути щасливою та робити лише те, чого хоче. Його книжка про те, як зрозуміти себе, досягти гармонії та навчитися отримувати задоволення від життя. Автор досліджує причини, що стають на заваді психічно здоровому способові життя: звідки в нас усвідомлені й неусвідомлені тривоги, страхи, чому ми не вміємо дослухатися до себе й налагоджувати стосунки з іншими людьми… У рекомендаціях автор не ховається за обтічними формулюваннями, а чітко вказує причину проблем. І найголовніше – він знає, як цю проблему вирішити без заглиблення в дитячі психотравми й пильного розгляду вашого минулого. Якщо людина має знання і бажання, то змінить себе і своє життя на ліпше; це цілком реально.

Норвуд, Р. Жінки, які кохають до нестями / Робін Норвуд ; [пер. з англ. Г. Топіліної]. – Харків : Vivat, 2017. – 319 с. – (Бестселер the New York Times).

У центрі графічної новели – подружня пара: він – бізнесмен, вона – вчителька. За зачиненими дверима їхньої родини щовечора розігрується драма, де є місце маніпуляціям і майже всім видам насильства – від фізичного та сексуального до психологічного та економічного. Цю жорстокість і нервовість, урешті-решт, відчуває на собі читач – як свідок, якому треба щось із цим досвідом зробити.

Шилак, Є. Розквашене яблуко / Єжи Шилак, Йоанна Карпович ; [пер. з пол. О. Сливинський]. – Київ : Вид-во коміксів, 2019. – 56, [1] с.

Прикладом книги про домашнє насилля, де психологія переплітається із художньою творчістю є графічний роман Єжи Шилака "Розквашене яблуко". Сімейне життя вчительки та бізнесмена схоже на фільм жахів, де у ролі монстрів виступає психологічне, сексуальне та фінансове насилля. Автор має надію, що після прочитання кожен, хто потерпає від подібного знайде сили зробити крок до нового життя.

Огляд підготували: Денисова С. О., Копитко Ж. П., Своровський А. Р.
Редактор: Плужнікова Н. С., Луняка Д.

Відділ електронних ресурсів та довідково-бібліографічного обслуговування:
вул. Тургенєвська, 83-85
тел.: (044) 486-01-46, (044) 486-00-35
e-mail: 4bibliograf4@gmail.com
© Публічна бібліотека імені Лесі Українки для дорослих м. Києва, 2021