

Мифология домашнего насилия

Как наши неосознанные установки, стереотипы и неинформированность усугубляют положение пострадавших, и как мы с вами можем помочь?

Вопреки расхожему мнению, проблема домашнего насилия только частично определяется индивидуально-психологическими причинами, такими как неумение решать конфликты, неумение контролировать собственную агрессию, психологические травмы в раннем детстве, насильственные паттерны от родителей, зависимость и созависимость, низкая самооценка, психические заболевания и другие. Во многом это явление настолько широко распространено благодаря социокультурным, социально-экономическим и политическим факторам. Так, проблема гендерного неравенства мифологизация и романтизация психологического и даже физического насилия, патриархальные традиции в обществе, отсутствие эффективной помощи пострадавшим и возможностей законных мер воздействия на агрессоров, низкий уровень жизни, нерешенный «квартирный вопрос» — создают ту благодатную почву, на которой разрастается и воспроизводится в семьях новых поколений домашнее насилие.

Мифы и заблуждения, которые существуют вокруг проблемы домашнего насилия, отражают наши пробелы в понимании сути этого явления, и часто становятся фактором, который сильно усугубляет положение пострадавших. Транслируя такие идеи, мы раним, обвиняем и лишаем поддержки того, кто в ней нуждается. А ведь часто мы преследуем ровно противоположные цели: хотим разобраться и помочь пострадавшим, остановить насилие.

Об этих мифах, и о том, в чем опасность каждого из них, мы и поговорим, чтобы вы могли стать тем, на ком их распространение остановится.

Миф первый

«Насилие в близких отношениях — личное дело каждой семьи»

Опасность такой идеи — в том, что если мы будем учитывать только индивидуальный контекст личностей пострадавшего и агрессора, мы не

упустим социальные, экономические и юридические причины. Так, если проблема только в том, что он — слишком несдержанный, а она — слишком терпеливая (не уходит от абьюзера), либо, наоборот, «постоянно его провоцирует», то не нужно решать вопросы с несовершенным законодательством, низким уровнем жизни, алкоголизацией, недостаточным образованием и гендерным неравенством в обществе.

Миф второй

«От домашнего насилия страдают только люди с «психологией жертвы»

Часто можно услышать о теории «треугольника Карпмана», при помощи которой могут даваться пояснения, что пострадавшая будто бы сама выбирает роль жертвы.

Теория Карпмана — это модель, которая была создана в рамках транзактного анализа, чтобы описать «одну из игр, в которую играют люди». В частности, согласно этой теории мы можем взаимодействовать в рамках следующих ролей треугольника: Жертва, Преследователь и Спасатель. У каждой из ролей есть скрытая выгода, осознав которую, человек может «выйти из треугольника», то есть перестать играть в игру и начать прямое взаимодействие.

При этом Стивен Карпман призывал не использовать его теорию в случаях реального насилия.

Нельзя отождествлять «роль жертвы» по Карпману с историей пострадавшей от насилия, потому что теория Карпмана описывает отношения и коммуникации людей, которые по факту равны в своих возможностях, где каждый может в любой момент менять роли, но при РЕАЛЬНОМ равенстве имеет тенденцию к поведению в одной из описываемых ролей.

Все, что связано с проявлением реального насилия, не предполагает равенства сил и динамичности в отношениях, в том числе смены ролей и позиций. В насилии есть иерархия, неравенство, дисбаланс власти: власть сосредоточена в руках одного человека, и он об этом очень хорошо знает. И использует эту власть в своих интересах.

Пока есть ситуация насилия, мы никак не можем помочь пострадавшей, используя эту теорию. Но можем навредить, внушив ей, что это она виновата в том, что столкнулась с домашним насилием, ее реальные трудности — плод фантазии, а она самостоятельно ограничивает себя выбранной «ролью», что не соответствует действительности.

Важно помнить, что любая концепция из области практической психологии прежде всего призвана помочь человеку расширить свое знание о самом себе — при помощи психолога или в рамках самоанализа. Если пострадавшая не запрашивала такой помощи — не стоит высказываться о ее личностных особенностях и/или поведении. Избивать, оскорблять, унижать — нельзя никого, вне зависимости от личности оппонента. Все это — ответственность агрессора.

Стивен Карпман говорит: «Преследователь должен идти в терапию только для себя самого. И не быть в терапии пары длительное время пока не возьмет на себя полную ответственность за насилие и свои реакции. Насилие всегда его ответственность, не ее. Женщина тоже может проявлять насилие, но он не должен реагировать путем физического насилия. Если женщина „нажимает его кнопки“, он может реагировать, но не проявлять насилие. Это противозаконно, и он должен быть отправлен в программу по работе с домашним насилием». Здесь ученый упоминает еще одно широко прижившееся заблуждение: «Семейная терапия (терапия пары) поможет в ситуации насилия». На самом деле сперва лучше автору насилия пойти на индивидуальную терапию, и после того, как он перестанет применять насилие в отношениях, пара может пойти к семейному психологу. Иначе пространство терапии будет очередной возможностью усилить контроль над чувствами более уязвимой стороны.

Более того, Стивен Карпман предлагает пойти в терапию всем, кто стремится обвинить в насилии пострадавшую и объяснить ее особенностями проявление насилия со стороны агрессора.

Если тема домашнего насилия вызывает у вас сильные чувства, если вы ощущаете страх или немотивированную агрессию к пострадавшим или другие яркие переживания, — возможно, эта тема отражена в вашем опыте. Часто пострадавшие не осознают свою жизненную ситуацию как таковую, а осознание связано с крайне непростыми открытиями.

Миф третий

«Агрессор может быть хорошим отцом, даже если бьет маму. Нужно сохранять семью ради детей. Детям нужен отец».

Если при других людях такой человек ведет себя по отношению к детям ровно — это не значит, что к ним не применяют насилие.

Согласно исследованиям ученых, 55% процентов таких детей также подвергаются физическому насилию, если таковое применялось в отношении их матери, а 40% — становятся жертвами сексуального насилия.

Источники:

Edleson Revisited: Reviewing Children's Witnessing of Domestic Violence 15 Years Later. July 2016 Journal of Family Violence 31(5):1-13 DOI: 10.1007/s10896-015-9786-7

Flood, M. and Fergus, L. (2008) An Assault on Our Future: The Impact of Violence on Young People and Their Relationships. White Ribbon Foundation, Sydney.

Можно не знать о том, что ребенок также подвергается насилию или не оценивать какие-то ситуации, как насилие и жестокость, в силу того, что какие-то вещи незаметно становятся для вас нормой.

Дети, ставшие свидетелями насилия в доме, испытывают много схожих переживаний с теми детьми, которые сами подверглись насилию. Нельзя недооценивать последствия «травмы свидетеля». Эти дети подвергаются риску развития тревожности и депрессия, а также трудностей в поведении, таких как драки, издевательства, ложь или снижение успехов в учебе. Они могут иметь трудности в отношениях с другими людьми. Дети-свидетели могут иметь неадекватное отношение к насилию как приемлемому способу решения конфликта и указывают на большую готовность сами применять насилие. У детей школьного возраста также может развиваться ряд психосоматических проблем со здоровьем. У них меньше шансов иметь много друзей или участвовать во внешней деятельности. Насилие в адрес одного из родителей может

негативно влиять и на чувство собственного достоинства самого ребенка и его уверенность в будущем. Дети-свидетели домашнего насилия младшего и среднего школьного возраста также чаще испытывают чувство вины и стыда из-за жестокого обращения и склонны винить в этом себя. В подростковом возрасте у таких детей можно наблюдать повышенный риск антисоциального поведения, злоупотребления ПАВ, ранней беременности.

Источник:

Журнал “Медицина и общество”. Witnessing Domestic Violence: The Effect on Children MELISSA M. STILES, M.D., University of Wisconsin-Madison Medical School, Madison, Wisconsin. *Am Fam Physician*. 2002 Dec 1;66(11):2052-2067 <https://www.aafp.org/afp/2002/1201/p2052.html>

Миф четвертый

«Мужчины не меньше женщин страдают до домашнего насилия»

Согласно информации из открытых данных МВД Республики Беларусь за 2017 год, ежедневно в органы внутренних дел поступало около 500 сообщений о фактах семейно-бытовых конфликтов, из которых 70 % составляли случаи домашнего насилия в отношении женщин и детей.

Женщины также более склонны, чем мужчины, использовать насилие к партнёру в целях самообороны. Известно, что большинство женщин, отбывающих уголовные сроки за убийство мужа или партнера, страдали от домашнего насилия в течение лет или десятилетий. В частности, показателен пример журналистского расследования российского издания «Новая газета», в ходе которого было проанализировано более четырех тысяч приговоров, вынесенных россиянкам с 2016 по 2018 год по статьям «убийство» (ст. 105 УК РФ) и «умышленное нанесение тяжких телесных повреждений, повлекшее смерть» (111 УК). Так журналисты выяснили, что большинство обвиняемых в убийстве женщин были жертвами домашнего насилия: 79% — по ст. 105 и 52% — по статье 111 УК.

Источник:

[Исследование «Новой газеты» и «Медиазоны» о зависимости убийств мужей и партнеров и домашнего насилия \(ссылка\)](#)

В этом контексте показателен случай сестер Хачатурян. 28 июля 2018 года сестры Кристина, Ангелина и Мария Хачатурян были задержаны по подозрению в убийстве, 14 июня 2019 года следствие предъявило им обвинение в убийстве, совершенном группой лиц по предварительному сговору или организованной группой (пункт Ж части 2 статьи 105 УК РФ). Есть множество оснований полагать, что сестры находились в безвыходной ситуации и годами страдали от домашнего насилия и принуждения к действиям сексуального характера со стороны отца. По мнению активистов и правозащитников, дело сестёр Хачатурян может стать прецедентом, который расширяет понятие «необходимая самооборона» в условиях продолжительного домашнего притеснения и угнетения личности.

Также в этой связи упоминают и насилие со стороны женщин в отношении детей. Стоит обратить внимание, что женщины, в подавляющем большинстве случаев, обеспечивают почти весь основной уход за детьми и испытывают в связи с этим гораздо больше стресса и депривации, чем отцы, которые часто не вовлечены в активное родительство.

Часто женщины применяют насилие к детям от отсутствия образования и знаний о том, как можно применять ненасильственные методы воспитания.

Известно, что чем выше уровень жизни в стране, тем меньше уровень насилия над детьми. К сожалению, на уровень насилия в адрес женщины со стороны мужчин эти факторы не влияют. Соотношение обнаружили только между проблемой гендерного неравенства и уровнем распространенности насилия в отношении женщин. В Декларации ООН определена основная причина распространенности физического насилия: «Насилие в отношении женщин является «проявлением исторически сложившегося неравного соотношения сил между мужчинами и женщинами», когда считается, что мужчина имеет право контролировать поведение женщины и в случае несоответствия ее поведения его ожиданиям и принятым нормам в обществе, он может ее избить. В странах, где проблемам гендерного равенства уделяют больше внимания, женщины лучше защищены и с точки зрения рисков домашнего насилия.

Миф пятый

«Биологически predeterminedено, что женщины слабые, а мужчины сильные. Мужчины не могут сдержать свою агрессию и сексуальное желание. Не нужно их провоцировать, если не хочешь пострадать»

Агрессия и сексуальное желание контролируется мужчинами в тех ситуациях, где для него есть опасность понести ответственность за свою несдержанность. Часто агрессоры выжидают, чтобы остаться наедине и выплеснуть свой гнев, выбирают место, куда ударить, чтобы не было видно синяков. Не так уж часто они бьют своих начальников, которые плохо с ними обращаются, или совершают изнасилование на глазах у людей. Также даже если речь не о насилии, а о взаимном эротическом интересе, мужчина, как и женщина, готов подождать возможности, так как социальные нормы нам обязывают делать это. Но некоторые полагают, что применять насилие к своей жене, партнерше или маме — можно, по факту, практически безнаказанно: ввиду слабых мест законодательства и правоприменения, а также отсутствия социальных последствий, так как женщине часто сложно доказать факты насилия, часто она рискует быть осужденной обществом за саму попытку это сделать.

Поддерживая миф о том, мужчина — это такой человек, который не способен себя сдерживать или остановиться, услышав слово «нет», мы обвиняем пострадавших, вносим свою лепту в их душевные страдания и даже повышаем вероятность того, что это произойдет с кем-то еще: оправдывая агрессоров, мы развязываем им руки.

Для примера возьмем ситуацию, когда девушка села в машину к незнакомому мужчине. Если у него есть недобрые намерения, то его, с большой долей вероятности, остановит от преступления неотвратимость уголовного наказания и социальных последствий. Миф о «несдержанности» мужчин препятствует наступлению таких последствий, и к тому же дает преступникам право думать, что за последствия его поступков должна отвечать женщина.

С домашним насилием примерно так же: мы часто слышим от наших клиенток, что они долгие годы были убеждены, что их поведение провоцирует мужа на насилие. Многие из них прошли долгие круги

поисков причины насилия в себе и попыток стать более тихой, более послушной, более внимательной, прежде чем осознали, что насилие становится все более жестким, как бы они ни старались «не злить» агрессора.

Миф шестой

«Женщина всегда может уйти от мужа-агрессора. Если не уходит — значит, ей нравится так жить»

Женщина продолжает оставаться в отношениях насилия по многим причинам. Часть из них психологические: привязанность к партнеру, низкая самооценка (сформированная жизнью в ситуации насилия и постоянной критикой), депрессия или ощущение беспомощности, надежды на то, что ситуация изменится к лучшему. Даже стереотипы о гендерных ролях могут руководить мотивами женщины.

Однако часто ее останавливают и экономические причины (негде жить, нет своего дохода, потеря в карьере за время декрета) и социальные причины (возможное осуждение людей, неприятный статус «неполной семьи», забота о благополучии детей).

Известно, что в момент, когда женщина объявляет о желании уйти, повышается риск убийства со стороны агрессора или ужесточение эпизодов насилия. Не исключено, что женщина, которую вы осуждаете за то, что она не уходит — боится за собственную жизнь.

Можно вспомнить случаи Маргариты Грачевой и Елены Шпак.

11 декабря 2017 года Дмитрий Грачев отрубил своей жене Маргарите Грачевой кисти обеих рук, после того, как она решила с ним развестись. Он спланировав эту расправу заранее до мелочей, отвез девушку в лес и полтора часа пытал ее. После отвез ее в больницу и сдался полиции. Перед расправой он уже вывозил Маргариту в лес, где угрожал ей ножом. После этого случая она обратилась в полицию, но столкнулась с равнодушием и не получила помощи. Маргарита Грачева осталась жива.

Елена Шпак была убита своим мужем 11 ноября 2020 года, от которого съехала на квартиру за несколько месяцев до того. Еще до убийства, в 20-х числах октября муж силой отрезал ей длинную косу.

После инцидента Елена обратилась в полицию, но в возбуждении уголовного дела ей отказали, позже полицейские уточнили, что заявлений об угрозах от нее не поступало. Между тем знакомые Елены говорят, что она много раз жаловалась на угрозы со стороны мужа. 11 ноября Сергей Шпак пришел на работу к Елене, в салон красоты, и выстрелил ей в лицо из травматической "Осы" и несколько раз ударил топором.

Даже если женщина еще не готова уйти из абьюзивных отношений по любой причин — это не значит, что она что насиле не причиняет ей страданий и нравится такая жизнь. Не стоит забывать, что часто общество предписывает женщине жертвовать собой во благо семьи, а потом винит ее в том, что она себя не защищает.

Миф седьмой

«Мужчины, подвергающие насилию членов семьи или партнерш, психически не здоровы»

Было бы спокойнее так думать, но это не так. Практика работы с такими случаями этого не подтверждает, как нет и подтверждающих этот миф исследований.

Большинство агрессоров не имеют психических расстройств.

Можно говорить о том, что у них есть психологические проблемы (травмы, внешне-обвинительная позиция, инфантильность и др.), но экспертиза в большинстве случаев не выявит у него диагноза, который нам объяснит такое поведение.

Здесь можно привести пример убийства Анастасии Ещенко известным историком Олегом Соколовым, с которым девушка находилась в близких отношениях. Олег Соколов застрелил Анастасию Ещенко, затем расчленил ее тело и попытался утопить останки девушки в реке Мойке, но был арестован. Психолого-психиатрическая экспертиза, проведения в ходе судебных разбирательств, подтвердила его вменяемость. Есть информация в СМИ о том, что Олег Соколов применял жестокость и в прошлом, к своей предыдущей девушке, Екатерине Пржигодской: она рассказала после убийства Анастасии о том, что историк в 2008 году привязывал ее к стулу, бил, душил и угрожал пытками утюгом, когда та заявила о намерении расстаться.

Миф восьмой

«Алкоголь и наркотики являются причиной насилия»

Среди тех, кто обращается на общенациональную горячую линию для пострадавших от домашнего насилия меньше половины (48%) страдают от агрессоров с зависимостью от алкоголя, которые применяют насилие в состоянии алкогольного опьянения. И даже тогда, когда агрессор применяет насилие в состоянии алкогольного опьянения — алкоголь не является причиной проблемы.

Как мы знаем, это отягчающий фактор для других преступлений из Уголовного кодекса, но вот в отношении общества можно часто увидеть снисхождение к мужчине, который совершил насилие над женщиной в состоянии алкогольного опьянения. А вот женщину-пострадавшую, скорее осудят и даже обвинят в случившемся, если она была пьяна. «А зачем она пила в незнакомой компании?»

Миф девятый

«Насилие прекратится после того как... мы поженимся/у нас родится ребенок/ я научусь готовить/у него закончится плохой период на работе»

Агрессор может изменить свое поведение, если получает квалифицированную помощь и готов брать на себя ответственность за свое поведение. После завершения специализированной программы случаи рецидивов составляют только от 5 до 15 процентов. Однако помощи и без признания своей ответственности, эпизоды проявления насилия всегда возвращаются. И если в конфликте есть изменение атмосферы в паре после завершения кризиса, то циклы домашнего насилия повторяются вновь и вновь, могут меняться только поводы и виды проявления жестокости.

Если вы осознаете себя автором насилия по отношению к партнеру или к детям — и хотели бы изменить свое поведение, можно получить соответствующую помощь, но первым шагом должно быть принятие ответственности за свои действия и поступки.

Важно!!! Информация — это та помощь, которую вы можете оказать.

Чем лучше мы осведомлены о реальных трудностях пострадавших от насилия в близких отношениях, тем легче нам помочь попавшим в этот капкан — уже хотя бы тем, что мы не будем ранить необдуманными фразами.