

Насилие в семье

Чтобы прожить вместе всю жизнь и при этом ухитриться друг другу до смерти не надоест, необходим талант, и немалый.
Р. Стивенсон

Статистика ежегодно и неумолимо отсчитывает сухой процент тех, для кого дом перестал быть крепостью, а границы семьи превратились в тюремную ограду. Но и этот процент нельзя считать окончательным, потому что, как показывают исследования, о насилии внутри семьи предпочитают не говорить, оставляя эту тайну за семью печатями.

По умолчанию мы считаем, что это личное дело каждой семьи, предпочитая оставаться в стороне и не вмешиваться, но и тут статистика хладнокровно щёлкает цифрами – десятки тысяч женщин погибают от рук своих мужчин. И неизвестно, сколько из них могли бы сохранить жизнь, если бы окружающие люди не смотрели сквозь пальцы.

Классической иллюстрацией домашних издевательств является несчастная забитая жена и муж-тиран. Он творит, что хочет, она боится слово поперёк сказать, терпя побои, сексуальное насилие, и радуясь кратким перемириям, во время которых муж заглаживает свою вину подарками и мольбами о прощении. И продолжаться такая ситуация может годами, постепенно вовлекая в замкнутый круг всех родных и близких, в первую очередь, детей.

Самые незащитные жертвы – дети. Физическое насилие воспринимается ими, как заслуженное наказание, потому что для малыша поступки родителей изначально верны. Ребёнок боится рассказать кому-либо, считая, что тогда родители станут любить его меньше. Но очень часто насилие над ребёнком маскируется под вывеской строгого воспитания или гиперопеки. И если в первом случае маленькому человеку в ультимативном порядке диктуются правила поведения и возможные шаги, что заметно окружающим, то во втором случае всепоглощающая забота родителей загоняет ребёнка в не менее жёсткие рамки, но внешне ситуация выглядит социально-одобряемой.

Но во всех ситуациях ущемляется право юной личности на свободу выбора, человеческое достоинство. Как правило, ребёнка своей вещью считают люди опять же психологически слабые, которые не в состоянии самоутвердиться в общении с равными себе. Такой тактикой поведения родители привязывают своё чадо к себе, делая его зависимым, лишая возможности самостоятельно принимать решения и выживать в окружающем мире без своих покровителей.

«Семья – это та первичная среда, где человек должен учиться творить добро, – сказал В. Сухомлинский. – В семейной жизни, храня свое достоинство, надо уметь уступать друг другу.» Именно поэтому не стоит закрывать глаза на происходящее насилие, ведь вырастая в таком окружении, дети впоследствии ведут себя точно также, считая подобное поведение нормой вещей. Не стоит оставаться в стороне, поддержка

психолога и специальных органов могут сохранить немало жизней, если разорвать этот замкнутый круг домашнего насилия.

Домашнее насилие – это абсолютно неприемлемое поведение. И если жена в этом убеждена, то она найдет способ защитить себя и не допустить такого с собой обращения. Психотерапевты не дают советов вообще и о том, как не допустить насилия над собой в частности. Отправная точка в этом деле – это убеждение об абсолютно недопустимом подобном поведении. Будет мысль, будет и защита.

В научной литературе есть описание «синдрома избиваемых жен». Это женщины созависимые, периодически страдающие депрессиями, в раздражении и сами прибегающие к агрессии. Они выживают в трудных условиях. Предложите им программу лечения от созависимости, и они откажутся. Страдать для них легче в привычном семейном кругу, чем что-то менять.

Почему жертвы так долго терпят? Надо углубиться в психологию жертвы. В этом положении есть не только страдания, но и психологические выгоды. Берт Хелингер говорил «Страдать легче, чем решать».

На положении тирана могут оказаться и женщины. Я недавно прочитала научную статью о том, как связано домашнее насилие и зависимость от Интернета. В Южной Корее изучали домашнее насилие в 903 семьях. В качестве насилия учитывали как словесное, так и физическое – легкое и серьезное. Отдельно учли насилие отца к матери, матери к отцу и насилие родителей по отношению к детям.

Распространенность этого явления высокая. Так, отец к матери проявлял насилие в 38,9%, к отцу - в 30,6% семей (напоминаю репрезентативность выборки - семьи 903 подростков!). Отец бил детей в 53,0%, мать била детей в 48,8% изученных семей. Это слепок с современного восточного общества. Вывод этой статьи очень интересный.

Чем больше насилия в семье, тем выше частота интернет-зависимости подростка. Причем, наблюдать насилие и испытывать его на себе по своим отрицательным последствиям одно и то же. Авторы так и пишут «Насилие в семье играет ключевую роль в интернет-зависимости подростков, равно как мальчиков, так и девочек». (Источник: Park S.K., Kim J.Y., Cho C.B. Prevalence of internet addiction and correlations with family factors among South Korean adolescents // *Adolescence*. – 2008. – 43, №172. – Р. 895-909). Как часто приходится часто слышать вопросы родителей в Наркологическом диспансере №9 «Ну почему мой мальчик пристрастился к интернету? Целыми днями оттуда не вылезает». Внутрисемейная среда играет решающую роль и надо не мальчика водить по врачам, а помогать родителям наладить свои отношения. Если бы только родители хотели!

В семьях насилия много. Дело не исчерпывается избиваниями. Различают, кроме физического, еще словесное, эмоциональное, интеллектуальное, сексуальное насилие. Насильственное кормление маленького ребенка манной кашей – это тоже насилие. И не является сгущением красок мысль о пагубных последствиях насилия, которое может привести, как и к деградации личности и к социальному падению.

Ребенок плохо себя ведет. Его нашлапали. Родители скажут: «Мы его учили». На самом деле по отношению к ребенку было осуществлено физическое насилие. Много ли тех, кого в детстве пальцем никто не тронул? А уж тех, на кого в детстве ни разу не накричали, совсем не найдется. Не дома, так в садике и школе кричали, пугали угрозами страшными.

Нормальная ситуация развития российского ребенка сопровождается таким эмоциональным насилием чуть ли не каждый день. Между тем стресс, который переживает ребенок в ситуации эмоционального насилия, ничем не отличается от стресса, который бывает в ситуации физического и сексуального насилия. Среди студентов проводился опрос: какое самое неприятное школьное воспоминание. Оказалось, что у большинства самое неприятное воспоминание - это крик учителя. Интересно, что не важно, кричал ли учитель на тебя или на твоего одноклассника. Одинаково травматично быть жертвой или свидетелем насилия. Любое систематическое насилие приводит к тому, что у жертвы и у свидетеля развиваются посттравматические стрессовые расстройства. В обыденной жизни наиболее заметными признаками постстрессового расстройства являются т.н. симптомы повышенной возбудимости у ребенка: раздражительность, нарушения сна, непослушание, трудности концентрации внимания, взрывные реакции, непроизвольная физиологическая реакция на событие, символизирующее или напоминающее травму.

Например, если замахнуться рукой на битого ребенка, он может зажмуриться, отшатнуться, закрыться руками, испугаться, заплакать, несмотря на то, что столкнулся только с угрозой, не с реальным насилием. Небитый ребенок просто удивится. Симптомы повышенной возбудимости – это самые малые признаки посттравматического стрессового расстройства, которые могут вызываться бытовым насилием любого рода. Есть, однако, еще одно следствие опыта насилия, которое в каком-то смысле страшнее вышеперечисленных. Пережитое насилие приводит к формированию сниженной самооценки. Ребенок делает выводы о себе, о том, чего он стоит в этой жизни, по тому, как к нему относятся значимые взрослые. Если ребенка обижают, унижают, бьют, пугают криком, угрозами, сексуально используют и т.д., то ребенок уверяется в том, что ничего лучшего он и не стоит, что все это он заслужил, потому что он плохой. Часто это иррациональное убеждение формирует всю его дальнейшую жизнь. Надо сказать, что такая же логика есть и у взрослых жертв насилия. Они всегда спрашивают себя: «Почему это случилось со мной?». В случайных, иррациональных, жестоких и несправедливых событиях люди стараются найти логику и смысл: возмездие за грехи, собственное неправильное поведение, вроде провокации насилия, и некое ощущение своей общей мерзости, которая и есть причина произошедшего. У ребенка низкая самооценка приводит к тому, что он перестает искать доброе отношение к себе, стремиться к успеху.

Пережитый опыт насилия научит ребенка это насилие совершать, правда, теперь по отношению к более слабым и беззащитным. Многие взрослые насильники в детстве были жертвами насилия.

Насилие широко распространено в практике обыденной жизни. Оно настолько привычно, что мы и не считаем насилие насилием, это норма. Причины обычной жестокости находятся в культуре нашего общества. Рассмотрим ситуацию с эмоциональным насилием подробнее. Крик, как уже упоминалось, самый знакомый вид эмоционального насилия. Многих детей крик парализует. Часто возникает парадоксальная ситуация – ребенка хотят поторопить, сначала просто говорят «Быстрей, быстрей». Потом начинают кричать – и вот здесь происходит полное

разрушение той деятельности, которой ребенок занимался пусть и недостаточно быстро. Вообще говоря, многие родители и педагоги знают, что крик не приводит к требуемому результату. Однако они продолжают кричать на детей. Зачем? Человек не совершает бессмысленных поступков. Если продолжается крик, значит он издается для чего-то еще. Например, чтобы криком снять собственное напряжение и тревогу. Получить разрядку, несмотря на то, что ребенку расслабление взрослого стоит эмоционального комфорта. «Мне плохо, а я еще буду заботиться о том, чтобы ребенку было хорошо?» – с возмущением спрашивал меня один папа. Высказывание, типичное для эмоционального насильника. Оно говорит о том, что насильник почти не отделяет себя от жертвы, воспринимает себя и ребенка в некотором смысле как одно целое. В семье, где эмоциональное насилие происходит часто, существует негласное правило. Формулируется оно примерно так:» Все члены нашей семьи должны чувствовать одно и то же одновременно».

Особенно это верно по отношению к отрицательным чувствам. Пришла мама с работы, где ее начальник оскорбил и расстроил, накричала на своих домашних. Все ее родные теперь расстроены и оскорблены. Все чувствуют одно и то же, это сближает, напоминает людям, что они не чужие друг другу. Непосредственная перекачка чувств. Мама немного своих расстройств отдала, и ей полегче стало. Часто про детей говорят: «Пока не доведет, не успокоится». Кажется, будто ребенок вызывает скандал, провоцирует взрослого человека. Накажешь такого ребенка, он поплачет, а потом быстро успокоится. Передал немного своего внутреннего беспокойства взрослому, стало легче. В тех случаях, когда человек не очень понимает, где кончается он сам, а где начинается другой человек, где его чувства, а где чувства другого человека, где его проблемы, а где проблемы другого человека, где его ответственность, а где ответственность другого человека – там легко возникает насилие эмоциональное. Насилие совершается человеком, у которого слабые, прерывистые границы его личности. Он легко и непринужденно «сливает» свои огорчения, ярость, обиду в другого человека, и если другой такой же «дырчатый и безграничный» то он легко все берет. Его обижают, и он обижается, он позволяет себя оскорблять, унижать, мучить, потому что ему трудно отделить себя от чувств и действий другого. Он эмоционально заражается, вовлекается. Вот и образовалась необходимая для осуществления насилия пара – насильник и его жертва.

В семьях, где существует эмоциональное насилие, всегда плохо простроены границы личностей. Вернее эти семьи состоят из людей со слабыми личностными границами. Ребенок в этих случаях удачный партнер, потому что границы его личности слабы по возрасту. Редко встретишь малыша, на которого мама, например, кричит, а он спокойно и сочувственно смотрит на нее и говорит: « Я понимаю, что у тебя был трудный день, мамочка. Давай я лучше расскажу тебе как у нас в детском саду музыкальные занятия проходили». Вместо этого он или пугается, или обижается – словом заражается и вовлекается. Круг замкнулся.

В русском языке нет понятия, адекватного английскому privacy. Это что-то вроде частной жизни, личной суверенности. Нет понятия и, значит, нет потребности. Душа нараспашку – вот что ценится. Это замечательное понятие, аналогов которому нет в других культурах. В русской культуре выработались правила воспитания,

позволяющие сохранять личные границы незамкнутыми. «Будь как все», «Тебе что, больше всех надо?».

« Не противопоставляй себя коллективу» – дети часто слышат эти сентенции. Хороший ребенок – это послушный ребенок. Идеально, когда ребенок слушается и подчиняется не спрашивая: «Почему так?». Взрослые не всегда могут объяснить почему так, и в качестве аргумента говорят: « Потому что я тебе велел». Или: «Потому что я лучше знаю, как для тебя хорошо». Последний аргумент поражает искренней убежденностью. Дети верят. Мама лучше знает, на маме, в таком случае, и ответственность за устройство чужой жизни. Пусть эта жизнь родного ребенка, все равно это не своя жизнь, а значит – чужая. Родителей обычно оскорбляют подобные рассуждения. Им кажется, что не брать на себя ответственность за жизнь ребенка, не управлять им, - значить как бы бросить этого ребенка на верную гибель. Объяснять свои требования – все равно что не доверять собственному родительскому авторитету, вроде прогибаться перед ребенком. Держать себя в руках, не показывать свои чувства в непосредственном виде – быть неискренним, отдаляться. Если взглянуть на дело с другой стороны, то получится, что беспрекословное послушание необходимо, чтобы осуществлять авторитарный контроль, а за ним, в свою очередь, скрывается неверие в здравый смысл и душевные силы ребенка, своего рода неуважение ребенка. Я соглашусь, что возможность держать себя в руках, требует несколько большей дистанции – имеешь дело все-таки не с собственной ногой или рукой, а с отдельным человеком.

За привычную близость, за роскошь недоделанной индивидуации, за незакрытые границы личности мы платим огромной распространенностью прежде всего эмоционального насилия в семьях, а часто и всякого другого. В каждом поколении воссоздается новая историческая общность людей, поголовно страдающих явлениями постравматического стресса, но не знающих этого.