

А.С. ЗУБРИЦКАЯ

**Особенности психологической
помощи женщинам, пострадавшим
от домашнего насилия**

Исследуются особенности психологической работы с людьми, пострадавшими от домашнего насилия. Ставится вопрос об ответственности за насилие и на основе практического опыта работы с пострадавшими воссоздается психологический портрет жертвы домашнего насилия. Делаются выводы о необходимости разработки методов работы с пострадавшими и предлагаются собственные методики.

Ключевые слова: насилие в семье, женщины – жертвы домашнего насилия, ответственность за насилие в семье, психологическая помощь.

The Advantages of Psychological Assistance for Women Who Are Victims of Domestic Violence. A.S. ZUBRITSKAYA

Features psychological work with people affected by domestic violence. Looks at the question of responsibility for violence on the basis of practical experience working with victims and recreating a psychological portrait of a domestic violence victim. Draws conclusions about the need to develop methods of working with victims and offers unique methods.

Key Terms: domestic violence, women – victims of domestic violence, responsibility for domestic violence, psychological assistance.

Насилие против женщин является одним из наиболее распространенных и скрытых нарушений прав человека. По данным официальной статистики, такое насилие совершается в каждой четвертой российской семье, и процесс криминализации семьи не только не ослабевает, а наоборот, с каждым годом усиливается, приобретая такие масштабы и глубину, которые угрожают безопасности общества и личности. Согласно статистике МВД 30–40 % всех тяжких преступлений совершается в семье, в 70 % их жертвами являются женщины и дети [3]. По словам советника по делам женщин при президенте РФ, в стране ежегодно от рук партнеров погибают 14 тыс. женщин (каждые 40 мин одна россиянка гибнет в результате домашнего насилия) [10]. Число случаев избиения женщин их партнерами составляет, по имеющимся данным, 36 тыс. в день. В 2003 г. активисты бельгийской правозащитной организации «Амнести Бельжик» открыли в центре Брюсселя

символическое кладбище в память «о тысячах женщин», которые ежегодно погибают в разных странах мира в результате побоев со стороны мужей и сожителей [5, с. 2].

Всеми признается тот факт, что насилие в семье приводит к ее разрушению, оказывает психотравмирующее воздействие на ее членов, способствует развитию личностных отклонений у детей, ухудшает состояние здоровья общества в целом. Поэтому оказание психологической помощи людям, пострадавшим от насилия в собственной семье, становится особенно важным.

В литературе чаще можно встретить достаточно хорошо описанные теоретические подходы и практические методы оказания помощи детям, пережившим жестокое обращение в семье [4, с. 11]. Однако в серьезной проработке и систематизации, на наш взгляд, нуждаются методы психологической помощи женщинам, пострадавшим от насилия в собственной семье. В настоящее время они описаны практически только в изданиях, посвященных работе кризисных центров, и содержат рекомендации по первичному консультированию и организации групп поддержки [7, с. 10]. Психотерапевтическая помощь данной категории клиентов практически не рассматривается, хотя чаще всего именно она может быть востребована.

Существуют определенные особенности психологической работы с людьми, пострадавшими от домашнего насилия.

Прежде всего психологам, которые намерены работать с жертвами насилия, очень важно осознавать свои представления и убеждения, касающиеся понимания причин насилия и связанных с ними проблем. Психолог обязан выявить собственное отношение к проблеме оправданности применения насилия.

Другой важной темой для проверки личных взглядов психолога является решение вопроса об ответственности за насилие. В современном обществе широко распространены взгляды о том, что жертвы в какой-то степени сами виновны в совершении над ними насилия. Часто общественность рассматривает домашнее насилие как сугубо личное или семейное дело, тяжесть подобных правонарушений занижают. При этом нередко и родственники, и власти обвиняют женщину в том, что она сама спровоцировала акт насилия, во всех формах его проявления. Во многих исследованиях выводы о потерпевших носят обвинительный, избличающий характер.

Убеждения и представления психолога, касающиеся насилия, его природы и порождающих причин, оказывают решающее воздействие на проведение психологической реабилитации жертв насилия. Психологу необходимо быть свободным от мифов и предубеждений, существующих в обществе, и оказывать не только эмпатическую (эмоциональную), но и моральную поддержку своим клиенткам. Позиция солидарности предполагает не просто заявление о невинности

жертвы, но и глубокое понимание несправедливости случившегося, принятие и признание тяжести пережитого насилия и помощь пострадавшей женщине в осознании нанесенного ущерба.

Вышеперечисленное свидетельствует о необходимости специальной подготовки как волонтеров, работающих на горячих линиях телефона доверия, так и профессиональных психологов по проблеме домашнего насилия.

Оказание психологической помощи жертвам насилия исходит из характера психогенного воздействия неблагоприятных факторов внешней среды на механизмы психологического реагирования, которые являются значимыми в формировании как поведенческих стереотипов, так и различного вида психологических нарушений и психосоматических расстройств, которые могут быть квалифицированы в психологических медицинских терминах [3].

Для эффективного оказания психологической помощи женщинам, пострадавшим от домашнего насилия, психолог должен хорошо понимать социально-психологические, личностные и поведенческие особенности таких клиентов.

Насилие в семье не имеет никаких культурных, экономических, социальных и территориальных границ. В проведенном нами в 2007 г. исследовании опрошено около 1000 чел., проживающих в г. Владивостоке. Выборка случайная, но по мере классификации результатов опроса и анализа мы выяснили, какие группы населения были задействованы: служащие – 306 респондентов (из них средний персонал – 176 чел., специалисты – врачи, инженеры, педагоги – 130), военно-служащие – 6, предприниматели и лица, занимающие руководящие должности, – 114, студенты – 230, пенсионеры – 124, инвалиды – 110, неработающие – 110 чел.

В число опрошенных входило 347 мужчин (до 18 лет – 45 чел., от 18 до 55 лет – 204, от 55 лет и старше – 98 чел.), 653 женщины (до 18 лет – 193 чел., от 18 до 55 лет – 338, от 55 лет и старше – 122 чел.).

Анализ данных телефонного опроса показал, что среди респондентов выборка женщин больше и они чаще подвергались домашнему насилию, чем мужчины, несмотря на возрастные различия.

Мы представляем статистику мужчин и женщин, подвергшихся домашнему насилию (общее количество опрошиваемых 711 чел.):

	До 18 лет	18–55 лет	Старше 55 лет
Мужчины	64	42	62
Женщины	176	269	98

По результатам проведенного нами исследования показатели социального статуса у женщин, подвергшихся домашнему насилию, оказались такими: неработающие – 31,9 %; служащие (средний и неквалифицированный персонал) – 27,3 %; работники сферы обслужи-

вания – 15,2 %; пенсионеры – 6,7 %; специалисты (врачи, инженеры, педагоги) – 6,2 %; учащиеся – 4,2 %; предприниматели и лица, занимающие руководящие должности, – 3,2 %; военнослужащие, сотрудники правоохранительных органов – 3,3 %; инвалиды – 2,1 %; научные работники – 1,7 %.

Женщины, пережившие насилие в семье, могут быть разделены на две категории:

- первая группа – столкнувшиеся с этим явлением в собственной семье и не знавшие его в семье родителей;
- вторая группа – выросшие в семьях, где имело место насилие родителей по отношению к друг другу или к детям.

Женщины любой группы могут либо уйти от обидчика после одного или нескольких актов насилия, либо стараться восстановить, поддерживать семейные отношения. С достаточной долей вероятности можно предположить, что путь ухода от насилия скорее выберут женщины первой группы. Однако здесь много препятствующих обстоятельств, среди которых можно выделить несколько самых важных.

Первый фактор – социальный. Он определяет полоролевое поведение и установки человека. Само общество может навязывать сохранение статуса «замужняя женщина», поскольку престиж замужней женщины в общественном мнении выше, чем женщины, состоящей в разводе с мужем. В связи с данными стандартами женщина вынуждена чаще «не быть, а казаться» [9, с. 34]. На основе нашего исследования нам удалось выявить несколько установок, которые удерживают женщин в ситуации домашнего насилия:

- мысль о том, что развод – это признак поражения;
- убеждение в необходимости сохранения семьи «ради детей»;
- вера в возможность изменения ситуации в семье «к лучшему»;
- жалость к насильнику, вера в то, что без нее он «совсем пропадет», и т. д.

Второй фактор – экономический. Он ограничивает независимость одного из членов семьи. В силу гендерной дискриминации на рынке труда зарплата женщины, как правило, ниже зарплаты мужчины, число рабочих мест для нее ограничено либо полностью, либо частично, а наличие детей усугубляет проблемы трудоустройства и работы.

Третий фактор – жилищный. В ситуациях домашнего насилия возникают юридические трудности по выселению обидчика из квартиры, а приобретение новой квартиры людям, страдающим от домашнего насилия, практически невозможно из-за очень высокой стоимости жилья.

Четвертый фактор – психологический. Женщины, долгое время находящиеся в ситуации домашнего насилия (особенно, если они испытывали насилие над собой еще и в родительской семье, будучи детьми, когда насилие выступало одним из факторов формирования личности), приобретают ряд специфических черт характера и личностных особенностей, которые делают их эмоционально зависимыми от обидчиков [2, с. 26]. Они чаще вовлекаются в стереотипно повторяющуюся «игру» с самим агрессором, в основе которой лежит так называемый драматический треугольник Стефана Карпмана, или «треугольник власти».

Развивая идеи Эрика Берна, С. Карпман в 1968 г. показал, что все многообразие ролей, лежащее в основе «игр, в которые играют люди», может быть сведено к трем основным – Спасателя, Преследователя и Жертвы. Треугольник, в который объединяются эти роли, символизирует их связь, постоянную смену [9, с. 31]. Для женщины характерна идентификация себя с позицией жертвы, ибо в данной роли легче не брать на себя ответственность за свои поступки и решения. Преследователь считает, что во всем виновата Жертва, о чем он и сообщает либо ей, либо Спасателю. Жертва испытывает страх быть брошенной, страх, что случится самое худшее, и т. д. В своих проблемах она винит Преследователя, который «заставляет» ее страдать и искать Спасателя. Если удастся найти такового, как показывает Карпман, то Жертва сама превращается в Преследователя своего мучителя.

Наличие Спасателя в виде сочувствующих лиц или каких-либо институтов и организаций, способных выслушать и поддержать Жертву, подтверждает ее особую ценность и правоту в собственных глазах. Преследователь же, как отмечает С. Карпман, получает удовлетворение от осознания виновности окружающих и своей правоты, а также своего могущества и превосходства при осуществлении контроля над жертвой. Он довольствуется властью над людьми (человеком). Спасатель же получает удовлетворение от того, что возвышается над Жертвой, помогая ей изменить свое актуальное состояние. Решить проблему можно, разорвав такие отношения, выйдя за пределы треугольника.

Погружаясь в любую из трех ролей, женщины, как показывают наши опросы, проведенные в течение 2007 г., подтверждают выводы Карпмана. В нашем исследовании участвовали 80 женщин, подвергающиеся/подвергавшиеся домашнему насилию, и 80 женщин, в опыте которых не было насильственных событий. Мы исходили из предположения о том, что женщины – жертвы домашнего насилия склонны испытывать чувство вины и одиночества, у них низкая самооценка, они подвержены интернальному локусу контроля, игнорируют реальность. При этом они никогда надолго не задерживаются в одной роли.

Для проверки гипотезы в нашем исследовании мы использовали следующие методики: методику УСК (уровень субъективного контроля); опросник Баса–Дарки (шкала вины); методику нахождения количественного выражения уровня самооценки; методику диагностики уровня субъективного ощущения одиночества.

В локусе контроля А. Бодалев и В. Столин видят одну из важных интегральных характеристик самосознания, связывающих чувство ответственности, готовность к активности и переживание «Я» [3]. В контексте настоящей работы мы представляем только результаты по методике УСК, которые указывают на то, что 74 % женщин – жертв домашнего насилия по шкале общей интернальности имеют экстернальный локус контроля, т. е. убеждены, что их успехи и неудачи зависят прежде всего от внешних обстоятельств; 3 % имеют интернальный локус контроля – убеждены, что происходящие события зависят прежде всего от их личностных качеств (компетентности, целеустремленности, уровня способностей и т. п.) и являются закономерным следствием их собственной деятельности; 23 % (в нашей выборке) имеют средний тип, т. е. способны определять уровень своей ответственности в каждом конкретном случае. Результаты тестирования женщин, не подвергавшихся домашнему насилию, следующие: 58,1 % имеют интернальный локус контроля, 37 % – средний тип, 4,9 % – экстернальный локус контроля.

По шкале интернальности в области неудач 81 % имеют интернальный локус контроля, т. е. развитое чувство субъективного контроля по отношению к отрицательным событиям и ситуациям, что проявляется в склонности обвинять себя в разнообразных неудачах, неприятностях, страданиях. Показатель по данной шкале у женщин, не подвергавшихся домашнему насилию, значительно ниже – 6,4 %.

По шкале интернальности в области межличностных отношений 81,2 % женщин имеют низкие показатели. Это указывает на то, что они не считают себя способными активно формировать собственный круг общения и склонны рассматривать сложившиеся отношения результатом действия своих партнеров или случая. В контрольной группе показатель равнялся 5,3 %.

Наше исследование позволило составить психологический портрет женщин, пострадавших от домашнего насилия, и выявить ряд важнейших качеств, влияющих на поддержание ситуации насилия.

1. Заниженная самооценка, недооценка своих возможностей. Насильник внушает и поддерживает в женщине убеждение в ее некомпетентности и ответственности за насилие, совершаемое над ней.

2. Зависимость. Женщина не испытывает желания уйти от агрессора и даже иногда, на наш взгляд, проявляет в этом смысле мазо-

хистские тенденции. Она часто определяет свою личность через отношения с другими – главным образом через отношения со своим партнером. У зависимости может быть и экономическая грань, что психолог не должен упускать из вида.

3. Дефицит коммуникативных навыков. Женщины, подвергающиеся домашнему насилию в личных отношениях, не владеют навыками продуктивных взаимоотношений. Отсюда неумение управлять своим гневом, непонимание своих потребностей и способов их удовлетворения, незнание, как разрешать конфликты. Эти женщины лишены четкого ощущения своих психологических, физических границ. Они либо слишком быстро начинают доверять людям, либо не доверяют вовсе.

4. Изоляция. Женщина-жертва очень часто находится в изоляции вследствие того, что муж осуществляет строгий контроль над ее социальными контактами. Находясь в изоляции от общества и не имея никакой новой информации об окружающем мире, женщина становится зависимой. После избиения она продолжает изолировать себя эмоционально и (или) физически, т. к. испытывает стыд и страх.

5. Беспомощность. К этому могут привести властность агрессора, его активный контроль и желание управлять жертвой, изоляция от окружающего мира. Чувство беспомощности оказывается зачастую настолько сильным, что женщина неспособна принимать решения, ухаживать за собой и строить свои планы на будущее. Все это, как правило, приводит к депрессии и суицидальному настроению. Женщина-жертва не надеется помочь себе, зато сохраняет надежду на то, что изменится партнер.

6. Активное использование психологических защитных механизмов (таких, как рационализация и отрицание). Женщине, перенесшей домашнее насилие даже в прошлом, психологически трудно, стыдно признать правду. В некоторых ситуациях механизм психологической защиты помогает жертве помочь пережить насилие. Однако впоследствии возникает желание преуменьшать или отрицать факты применения насилия. Факт отторжения насилия происходит бессознательно, но при этом сам процесс отторжения сопровождается разрушением психического и физического здоровья, а также слабой дифференциацией своих чувств и зачастую полным отсутствием рациональной рефлексии.

Нам пришлось столкнуться в ходе исследования с глубочайшей уверенностью женщин в собственной вине за насилие. Они склонны к самоунижению и самобичеванию, находят в своем поведении проступки, за которые их могут наказать и за которые в конечном итоге получают наказание. Женщины определяют их как некое аморальное деяние, которые они действительно совершили либо вообразили, что

совершили, как нарушение внутреннего стандарта или как предательство. Они вновь и вновь испытывают чувство вины за то, что не смогли «избежать» насилия над собой, за то, что вновь разрушают отношения с партнером.

Это чувство часто усугубляется всем поведением насильника, внушающим жертве чувство вины и стыда как во время, так и после свершения акта насилия над ней. Возникает и преследует женщину данное чувство на протяжении длительного времени и часто выражается в самоизоляции от окружающих.

Но надо отметить, что переживаемые жертвой чувства обиды, унижения и страха в ситуации постоянно повторяющегося насилия мы считаем компенсаторным механизмом самооправдания, который позволяет жертве не брать на себя ответственность за собственные поступки и перекладывать решение проблем насилия на ее мучителя.

7. Повышенная тревожность, наблюдаемая у многих жертв жестокого обращения в семье. Согласно J. Brieger, тревожность у жертв жестокого обращения проявляется следующим образом:

- гиперреактивность по отношению предполагаемой опасности;
- повышенная потребность в контроле;
- неверная интерпретация объективно нейтральных или позитивных межличностных стимулов как угрожающих или опасных;
- соматическая симптоматика [9, с. 13].

Насилие – явление, пугающее по своей природе, и поэтому не удивительно, что жертвы домашнего насилия склонны испытывать чувства тревоги и страха даже по прошествии длительного времени после его прекращения. Насилие как действие представляет реальную физическую угрозу, вызывает естественный страх за свою жизнь [1, с. 32].

Как помочь женщинам преодолеть кризисное состояние? Кто сможет поддержать (проинформировать) их при выходе из невротического треугольника насилия? В нашей практической работе мы рекомендуем три пути оказания психологической помощи женщинам, пострадавшим от домашнего насилия:

- «горячие линии» – экстренная психологическая помощь, «телефон доверия»;
- очные консультации с психологом;
- групповая работа с психологом в группе поддержки.

Опыт нашей работы показывает, что почти 80 % женщин, которым оказали психологическую помощь в ситуации домашнего насилия, предпочитают получать ее по телефону доверия. В связи с этим мы следуем строгим правилам работы, которые рекомендуем соблюдать всем психологам-консультантам. С одной стороны, следование

правилам значительно облегчает работу консультанта, с другой – позволяет достичь главного – установить двустороннюю связь и доверие, создать комфортную для абонента обстановку конфиденциальности и покоя. Для клиентки чрезвычайно важно осознавать собственную безопасность и отсутствие насильника. Это помогает ей собраться с мыслями и сосредоточиться на своем актуальном состоянии.

Задача консультанта – сосредоточив внимание на обращении клиентки, установить факты без какой-либо интерпретации. Основной прием в консультировании – слушание, а обратная связь может быть выражена техникой «минимального поощрения». Большое значение имеют паузы, способствующие интенсивному мыслительному процессу клиентки. Ряд психологов рекомендуют включать в ходе консультирования рефлексию [8, 9], т. е. прислушиваться к своему внутреннему состоянию, отслеживать свои чувства и мысли, научиться их принимать и управлять ими. Умение сдерживать собственные эмоции и чувства позволяет консультанту спокойно и взвешенно оценить ситуацию, в которой оказалась жертва насилия, предложить ей информационную помощь и помочь принять решение самой, тем самым обретя уверенность и силу. Эти консультационные приемы получили название «кризисная интервенция» [6].

Главная цель кризисной интервенции – помочь женщине эффективно справиться с травмой насилия. Для этого в процессе консультирования ставятся три задачи, разрешаемые с помощью психотерапевта:

- 1) адекватное и ясное представление о происшедшем;
- 2) управление своими чувствами и реакциями, преодоление аффекта;
- 3) формирование поведенческих моделей, позволяющих справиться с последствиями травмы.

Виднейший американский психолог Гейл Абарбанел предложила следующую схему кризисной интервенции:

- представьтесь пострадавшей и объясните, как вы связаны с кризисной службой для женщин;
- разъясните свою роль и задачи. Расскажите о той помощи, которую вы можете оказать пострадавшей;
- признайте тяжесть происшедшего;
- побудите пострадавшую говорить с вами о случившемся. Будьте терпеливы, дайте ей время для ответа на ваши вопросы;
- помогите пострадавшей выразить чувства, возникшие в связи с насилием;
- объясните, что многие жертвы насилия испытывают подобные чувства и подвержены сходным реакциям;
- выясните представления женщины о травматическом влиянии насилия. Узнайте, что она думает о своих действиях перед и во

время насилия. Объясните, что многие из жертв имеют неверное представление о мере своей ответственности за случившееся: на самом деле пережившая насилие не может быть виновата в том, что она оказалась жертвой;

– резюмируйте высказанное и переходите к фазе разрешения проблем;

– помогите пострадавшей определить отдельные переживания и установить приоритеты, т. е. отметить то, что ее больше всего беспокоит и чем нужно заняться в первую очередь;

– вместе составьте план действий по разрешению важнейших проблем, вызванных насилием. Для каждой из тем обсуждения предложите альтернативные решения. Укрепите появившееся у женщины ощущение, что она контролирует ситуацию и свою жизнь, подчеркивая, что это она принимает решения и будет их реализовать так, как считает нужным.

– оцените способность пострадавшей справиться с последствиями насилия. Узнайте, кто из ее близких или друзей может оказать ей поддержку;

– подготовьте жертву насилия к возможным реакциям на травму.

Описанная схема собеседования используется и как вступительная фаза для краткосрочной психотерапии [6, с. 24].

Литература

1. Берковиц Л. Агрессия: причины, последствия и контроль / Л. Берковиц. – М.: ОЛМА-ПРЕСС, 1999.
2. Бэрон Р. Агрессия / Р. Бэрон, Д. Ричардсон. – СПб.: Питер, 1998.
3. Васильева А. Корни насилия / А. Васильева // Женщина плюс. 2000. № 1. С. 98–113.
4. Гуггенбюль А. Зловещее очарование насилия / А. Гуггенбюль. – М.: Когито-Центр, 2006.
5. Женщина в переходный период // Проект MONEE (Центральная и Восточная Европа, СНГ, страны Балтики). Региональный мониторинговый доклад № 6 / под ред. Гашпрал Файтома, 2007.
6. Предотвращение домашнего насилия и торговли людьми: учебник для проведения тренингов. – Киев: Winrok International, 2001.
7. Профилактика насилия в семье и обществе: сб. метод. материалов сети кризисных центров Сибири и Дальнего Востока. – Иркутск: Иркутский кризисный центр для женщин, 2003.
8. Свентецка Г. Движение помощи по телефону / Г. Свентецка // Вестн. РАТЭПП. 2002. № 1. – Режим доступа: <http://www.ratepp.by.ru/librare/librare.htm> [Дата обращения 10.04.2008 г.].

9. Соловейчик М.Я. Спасательство / М.Я. Соловейчик // Мастерство психологического консультирования: сб. ст. / под ред. А.А. Бадхен, А.М. Родиной, СПб.: Европейский дом, 2002.
10. Статистические данные Главного информационного центра МВД России за 1997–2006 гг. – Режим доступа: <http://sartraccs.sgar.ru> [Дата обращения 11.04.2008 г.].