

Профилактика семейного насилия

В связи с пандемией COVID-19 в изоляции оказались по меньшей мере 3 млрд. человек на планете. Из них более 1,5 млрд. оказались в условиях жёсткого карантина (данные агентства Sky News). Это означает, что примерно половина всего населения Земли сейчас замкнута в семейном кругу. В условиях роста социального и экономического давления по данным ООН в некоторых странах уже наблюдается кратный рост обращений в связи с домашним насилием. В то же время сегодня как никогда семья может и должна стать источником поддержки для всех её членов.

В самом широком смысле семейное насилие – это умышленные действия одного или нескольких членов семьи, причиняющие физические и душевные страдания другим членам семьи. Это может быть любое поведение, «ущемляющее конституционные права и свободы личности, причиняющее вред его здоровью, мешающее личностному развитию или носящее угрозу жизни»¹. В одной семье может встречаться сразу несколько видов насилия. Если вас оскорбляют, унижают, с вашим мнением не считаются, им пренебрегают и целенаправленно игнорируют, а замечают только недостатки и так часто обвиняют, что хочется уйти из дома — это психологическое насилие. Если вас бьют, за любые проступки применяют силу, принуждают делать то, что вы делать не хотите — это физическое насилие. Если вам демонстрируют против вашей воли непристойные, пошлые образы или картины, если вас используют как предмет для утешения своих сексуальных потребностей, если вас принуждают против воли совершать действия сексуального или интимного характера — это сексуальное насилие. Если вашими средствами распоряжаются без ведома, лишают, даже элементарных материальных и бытовых нужд, препятствуют реализации ваших желаний и потребностей — это экономическое насилие.

Семейное насилие обусловлено как внешними факторами (такими, как стереотипы, попустительство, кризис морали, культ жестокости и т. п.), так и внутренними (копирование родительской модели, компенсация через агрессию собственных проблем, низкая культура поведения, химические зависимости и т. п.). Возникновению семейного насилия чаще способствуют следующие условия: общая напряженная обстановка в семье, претензии одного из супругов на лидерство (доминирование), отсутствие адекватных реакций на насилие от членов семьи. Отличительными чертами именно семейного насилия являются его повторяемость, эпизоды мнимого сожаления и раскаяния агрессора, созависимость (т. наз. токсичные отношения) и страх. По данным, полученным от самых разных психологов-практиков, работавших с жертвами семейного насилия, признаками семейного агрессора могут быть:

1. Стремление к контролю над другими членами семьи (часто — из благих побуждений)
2. Ревность (часто преподносится как признак особо страстной любви)
3. Обвинение в своих проблемах других
4. Тщеславие, стремление к демонстративности
5. Вспыльчивость, как впрочем и любые другие резкие изменения настроения
6. Повышенная чувствительность, обидчивость (часто преподносится как ранимость)
7. Использование физической силы в прошлом, в т.ч. и как аргумента; угрозы расправы
8. Грубость по отношению к животным, детям (т. е. к тем, кто слабее, кто зависим)

1 Проект федерального закона № 1183390-6 «О профилактике семейно-бытового насилия»

9. Оскорбления; вербальная агрессия; неуважительное поведение и/или отзывы о «бывших»
10. Стремительно развивающиеся отношения; чрезмерная щедрость
11. Ригидные сексуальные роли; сексуальные игры с использованием силы

Семейное насилие рушит нравственность будущих поколений, препятствует личностному развитию членов семьи, нарушает социальное взаимодействие между людьми, дискредитирует сам институт брака и безопасность общества. Дети, выросшие в среде тирании и дисгармонии, имеют отвращение к семейным ценностям, повзрослев, они не хотят создавать свои собственные семьи, а если создают, то повторяют поведение своих родителей, с недоверием относятся к любым попыткам изменить их отношения к браку. Безусловно, каждый должен быть готов с ним бороться.

Если вы имеете дело с человеком, который пытается самоутвердиться, унижая других людей и делая их жизнь невыносимой, осознайте то, что ваш мучитель на самом деле слаб. Всё, что он делает, он делает только из-за страха потерять как вас, так и контроль над ситуацией. Он тоже боится. Перестаньте думать, что насилие – это Ваша проблема, это проблема агрессора. Помните, что ответственность за домашнее насилие всегда лежит на агрессоре.

Разберитесь, что вас заставляет долгое время жить с подобным человеком. Что вы потеряете и что приобретете, если уйдете от него? Можете ли вы ещё где-то получить то хорошее, что привлекало вас в агрессоре?

Подумайте, куда вам можно уйти, чтобы не общаться с агрессором и не быть в его досягаемости. Не устраивая сцен, спокойно сделайте это. Скажите об этом только самым надежным людям, поскольку бывает так, что кто-то из ложного чувства отзывчивости и из желания помочь сохранить семью, тот, кому Вы открылись, может сказать об этом агрессору, после чего Вы можете подвергнуться ещё более жестокой вспышке насилия.

Отнеситесь серьёзно к любым угрозам, которые высказывает агрессор, и сообщите о них полиции, если угрозы относятся к Вам, Вашим детям или родственникам. Если вы безмолвно переносите унижения, то только провоцируете агрессора на дальнейшие проявления насилия и укрепляете в нем чувство вседозволенности.

Слёзы, крики и прочая демонстрация ваших страданий не приведет ни к чему хорошему, а только разозлит агрессора и приведёт к еще более ярким вспышкам насилия.

Будьте решительны и не поворачивайте назад.

Литература.

1. Видеообращение Генерального секретаря ООН Антониу Гутерриша от 05.04.2020 - <https://twitter.com/antonioguterres/status/1246973397759819776>
2. Козырева В.В., Савинков С.Н. Профилактика семейного насилия: рекомендации психолога»: Бук; Казань; 2018
3. Насилие в семье: Особенности психологической реабилитации. Учебное пособие / Под ред. Н. М. Платоновой и Ю. П. Платонова. — СПб., 2004
4. П
р
о
е
к
т