

A man in a green long-sleeved shirt and blue jeans is shown from the back, looking towards the right. Above him are two signs: a green arrow-shaped sign pointing right with the word 'Семья' (Family) in white, and a dark wooden sign pointing left with the text 'и домашнее насилие' (and domestic violence) in white. The background is a solid green color.

Семья

**и домашнее
насилие**

**Практика
консультирования
мужчин – субъектов
домашнего насилия**

Учебное пособие

СЕМЬЯ И ДОМАШНЕЕ НАСИЛИЕ

Практика консультирования
мужчин — субъектов
домашнего насилия



АВТОНОМНАЯ
НЕКОММЕРЧЕСКАЯ ОРГАНИЗАЦИЯ
ПО ОКАЗАНИЮ СОЦИАЛЬНЫХ УСЛУГ
«МУЖЧИНЫ XXI ВЕКА»



САНКТ-ПЕТЕРБУРГСКАЯ РЕГИОНАЛЬНАЯ
ОБЩЕСТВЕННАЯ ОРГАНИЗАЦИЯ
«ИНСТИТУТ НЕДИСКРИМИНАЦИОННЫХ
ГЕНДЕРНЫХ ОТНОШЕНИЙ.
КРИЗИСНЫЙ ЦЕНТР ДЛЯ ЖЕНЩИН»



САНКТ-ПЕТЕРБУРГСКИЙ
ГОСУДАРСТВЕННЫЙ ИНСТИТУТ
ПСИХОЛОГИИ И СОЦИАЛЬНОЙ РАБОТЫ

2013

УДК 364.4
ББК 60.561.7
С30

Рецензенты:

Келасьева В. Н., доктор философских наук, профессор, заведующий кафедрой теории и практики социальной работы СПбГУ.

Маралов В. Г., доктор психологических наук, профессор, директор института педагогики и психологии Череповецкого государственного университета.

Семенова Л. Э., доктор психологических наук, доцент, профессор кафедры возрастной и педагогической психологии Нижегородского государственного педагогического университета имени Козьмы Минина.

Авторский коллектив:

Воронцова О. Г. п. 1.1 (в соавторстве), п. 1.3 (в соавторстве); *Тоголкин А. А.* Введение; *Дмитриева В. Ю.* Приложение 1; *Змановская Е. В.* Приложения 3, 4; *Иоффе Е. В.* п. 1.1 (в соавторстве), п. 1.2 (в соавторстве); *Исьёмин А. Е.* пп. 2.3, 2.4 (в соавторстве); *Колтаков А. И.* пп. 2.1, 2.2; *Кулькова Е. Я.* п. 1.2 (в соавторстве), Глоссарий; *Липницкая О. Г.* п. 1.3 (в соавторстве), Дополнения 3, 4 к п. 1.5, Приложения 5, 6; *Оберг Х.* Предисловие, п. 2.4 (в соавторстве), Дополнение 1 к п. 2.4. (в соавторстве), Дополнение 2 к п. 2.4.; *Ходырева Н. В.* пп. 1.4, 1.5, 2.6.

С30 Семья и домашнее насилие. Практика консультирования мужчин — субъектов домашнего насилия: Учебное пособие / Под ред. Н. М. Платоновой. — СПб.: СПбГИПСР, 2013. — 210 с.

ISBN 978-5-98238-044-9

Издание адресовано специалистам помогающих профессий в качестве руководства по консультированию лиц, склонных к различным формам домашнего насилия. Пособие может быть полезно студентам и магистрантам психологических и социальных факультетов, а кроме того, представлять интерес для широкого круга лиц, заинтересованных в решении данной проблемы.

Работа выполнена в рамках практического проекта «Мужчины России», реализуемого совместно АНО «Мужчины XXI века» и СПб РОО «ИНГО. Кризисный центр для женщин», а также фундаментальной программы научных исследований СПбГИПСР «Психолого-социальные проблемы мегаполиса».

ISBN 978-5-98238 -044-9

© АНО «Мужчины XXI века», 2013

© СПб РОО «Институт недискриминационных гендерных отношений. Кризисный центр для женщин», 2013

СОДЕРЖАНИЕ

ВВЕДЕНИЕ	4
РАЗДЕЛ 1. ФЕНОМЕН ДОМАШНЕГО НАСИЛИЯ	15
1.1. Домашнее насилие как социальная и психологическая проблема.....	15
1.2. Теоретические аспекты домашнего насилия.....	22
1.3. Признаки насилия над женщиной	36
1.4. Концептуальные изменения в работе с партнерским насилием	45
1.5. Экологический подход в работе с мужчинами, совершающими насилие в отношении интимного партнера и своих близких.....	52
Дополнение 1 Что же такое домашнее насилие?.....	60
Дополнение 2 Мифология домашнего насилия	63
Дополнение 3 Диагностируемые признаки насилия над женщинами	71
Дополнение 4 Семь причин мужского насилия	73
Дополнение 5 Неужели все мужчины — потенциальные обидчики?.....	79
РАЗДЕЛ 2. ПРОФИЛАКТИКА ДОМАШНЕГО НАСИЛИЯ: ОТЕЧЕСТВЕННЫЙ	85
И ЗАРУБЕЖНЫЙ ОПЫТ	85
2.1. Возможности социальных центров по профилактике домашнего насилия: отечественный и зарубежный опыт	85
Дополнение	90
Методические рекомендации по оптимизации работы центров по привлечению потенциальных клиентов	90
2.2. Мотивация клиентов на обращение за психологической помощью в программы вторичной профилактики (опыт АНО «Мужчины XXI века»).....	93
2.3. Психологическая работа с мужчинами-клиентами, склонными к домашнему насилию	97
2.4. НОКСА как модель психологического консультирования мужчин,	

склонных к домашнему насилию.....	103
Дополнение 1 Из истории становления модели НОКСА	129
Дополнение 2 Модель НОКСА: хронологический или тематический порядок?	131
2.5. Норвежская интегративная модель терапии с мужчинами, склонными к насилию [108]	134
Дополнение Оценки интегративной модели терапии с мужчинами, склонными к насилию	147
2.6. Оценка эффективности программ для обидчиков.....	150
ПРИЛОЖЕНИЯ.....	154
Приложение 1 Методы психологической саморегуляции	154
Приложение 2 Прогрессирующая релаксация по Э. Джекобсону	168
Приложение 3 Насилие как форма девиантного поведения	172
Приложение 4 Антисоциальная (социопатическая) личность как личность, склонная к насилию	184
Приложение 5 Эффективные стратегии построения близких отношений.....	190
Приложение 6 Конструктивное поведение в конфликтной ситуации ...	195
ГЛОССАРИЙ.....	200
СПИСОК ЛИТЕРАТУРЫ.....	206
АВТОРСКИЙ КОЛЛЕКТИВ.....	214

ВВЕДЕНИЕ

В нашей стране с определенной периодичностью делаются попытки остановить поток насилия в семье, прервать порочный круг скандальных отношений, предложить изменить поведение мужчинам, которые думают, что с помощью насилия можно удержать семейное счастье, что только контроль позволяет регулировать семейные отношения.

Гоголкин Александр Алексеевич,
руководитель АНО «Мужчины XXI века»,
г. Санкт-Петербург

Процесс социального выстраивания отношений в семье и обществе на разных этапах его становления и развития имел разнообразные виды и формы, начиная с каннибализма и заканчивая обществом равных прав и равных возможностей. Эти отношения можно рассмотреть через призму гендерных отношений, которые четко показывают формы, методы и механизмы взаимодействия людей разных полов.

Вот как определял в свое время Домострой регулирование поведения в семье: «Но если жена, или сын, или дочь слова и приказания не слушают, не боятся, не делают того, что муж, отец или мать повелевают, то их плетью постегать, смотря по вине; а бить их наедине, не при людях наказать. За какую-либо вину не бить по уху, по лицу, под сердце кулаком, пинком, не колоть посохом, ничем железным и деревянным не ударять. Тот, кто в сердцах так бьет, может большой вред причинить: слепоту, глухоту, повреждение руки или ноги. Должно бить плетью и разумно, и больно, и страшно, и здорово. Когда вина велика, когда послушание или небрежение было значительное, снять рубашку и плеткою вежливенько побить, за руки держа, да побив, чтобы гнева не было, сказать ласковое слово. Да чтобы люди этого не видели и не слышали» [14].

Сегодня это выглядит наивно и грубо, а ведь когда-то было наставлением; прошло несколько столетий, наступил XXI век —

современное общество изменилось, изменились и отношения в семье. Государство в своем стремлении к конкурентоспособности и безопасности становится все более «мужским», в то время как социальная ответственность в процессе повсеместного ослабления социального сектора носит все более «женский» характер.

В то же время можно констатировать, что демократические, либеральные изменения в экономике и политике более отчетливо показывают неравенство полов и выявляют новые проявления социального неравенства, что заставляет общество и государство по-новому смотреть на гендерные отношения и формировать их в русле современных реалий.

Гендерный анализ дает возможность визуализировать последствия глобализма и инвестиционной политики мировых финансовых институтов. Основная цель этого подхода — показать действительное положение мужчин и женщин в тех местах, где осваиваются инвестиции, ибо наличие гендерного неравенства может создавать предпосылки для насилия в семье, домашнего насилия. И чем выше уровень гендерного неравенства, тем выше вероятность частоты проявления насилия.

«Бытовое насилие, — считают в Совете Европы, — должно рассматриваться как преступление, его жертвы должны быть защищены, а виновники повсюду в Европе привлечены к ответственности».

На сегодняшний день в 89 государствах (в том числе и в некоторых бывших республиках СССР) действуют законы, направленные непосредственно на борьбу с насилием в семье, а в 90 государствах имеются те или иные нормы закона, направленные против сексуальных домогательств.

В нашей стране с определенной периодичностью делаются попытки остановить поток насилия в семье, прервать порочный круг скандальных отношений, предложить изменить поведение мужчинам, которые думают, что с помощью насилия можно удержать семейное счастье, что только контроль позволяет регулировать семейные отношения.

Согласно данным Независимого благотворительного центра помощи пережившим сексуальное насилие «Сестры», в 2008 году им позвонили 3534 женщины. Всего по стране за это же время было зарегистрировано 6208 случаев изнасилования. «Практика показывает, что для получения реальной картины цифру эту нужно умножить, как минимум, на 10, то есть в стране за год совершается насилие в отношении 60–80 тысяч женщин», — отметила Марина Пискакова-Паркер.

Ежегодно в России от рук партнеров погибают 14 тысяч женщин; для сравнения: за 10 лет афганской войны наша страна потеряла 12 ты-

сяч человек. ГУВД по Санкт-Петербургу и ЛО опубликовала в 2011 году на своем сайте информацию исследования, показывающего степень осознания горожанами этой проблемы: 49,6 % жителей города считают, что данная проблема — это проблемы всего общества; 21,8 % — несовершенство законодательства; 14,3 % — носит частный характер, являясь внутренним делом семьи; 14,3 % — происходит из традиционных представлений о семейных отношениях. Однако есть женщины, которые считают ситуацию, когда муж распускает руки, естественной и нормальной. «Бьет — значит любит» — эта установка в отдельных регионах страны вбивается в головы наших женщин с самого детства.

Кто и как сможет разрубить этот гордиев узел? Государство в лице чиновников, социальные службы и организации или сами жертвы насилия объединят свои усилия?..

Только ленивый сегодня не ругает чиновников, говоря о них как о бюрократах и консерваторах. Я один из них. У меня есть дни приема, когда каждый желающий житель муниципального округа № 7 Санкт-Петербурга может лично высказать, что его волнует и беспокоит.

В один из зимних дней пришла женщина, опрятно одетая, в черных очках, представилась Ириной. С порога стала рассказывать о своей семье (видно, накипело), где, кроме мужа, два сына-погодки, вроде все хорошо. Одна проблема: муж побивает, не всегда, но бывает, а ведь любит.

— *И я его люблю, но уже надоело, что делать — ума не приложу. Вроде надо смириться: квартира, дача, машина — все есть, но как-то не по-человечески, что не так — он начинает докапываться.*

— *Ругает?*

— *Ругает?! Если бы только... И это на виду у детей длится уже не один год (на глазах у женщины появились слезы).*

И у меня это не первая встреча; такие случаи повторяются на территории нашего муниципального образования довольно часто. Очевидно, эта проблема появилась не сегодня и не вчера, просто время пришло ее решать.

С этой целью в 2007 году было организовано АНО «Мужчины XXI века», название констатирует наступление новых конструктивных, социально гармоничных отношений между мужчиной и женщиной. Деятельность нашей организации интегрирует опыт ряда стран по снижению риска возникновения семейного насилия. Представители Норвегии, Швеции, Дании приняли активное участие в совместной работе: передали свой опыт по реализации эффективной методики работы «с феноменом домашнего насилия».

В Санкт-Петербурге мы активно сотрудничаем с женскими кризисными организациями. Одна из старейших — Санкт-Петербургская

региональная общественная организация «Институт недискриминационных гендерных отношений. Кризисный центр для женщин», возглавляемая Наталией Валериевной Ходыревой, работает над проблемой домашнего насилия уже более 20 лет. Опыт именно этой организации показал, что недостаточно уделять внимание лишь жертве домашнего насилия, очень важно обратить внимание на противоположную сторону, на автора насилия. А это чаще всего мужчина, особенно если речь идет о тяжелых случаях физического воздействия. Предлагаемое методическое пособие обобщает опыт практической работы отечественных и зарубежных специалистов в области противодействия семейному или домашнему насилию как предмет комплексного междисциплинарного исследования. Оно создано совместным трудом специалистов названных женской и мужской общественных организаций при научном сопровождении Санкт-Петербургского государственного института психологии и социальной работы, сотрудники которого внесли большой вклад в адаптацию материалов наших авторов и предложили свои обзорные статьи. Научный редактор пособия — Платонова Наталья Михайловна, доктор педагогических наук, профессор, заведующая кафедрой теории и технологии социальной работы СПбГИПСР.

Ядром издания стали труды скандинавских коллег: Мариуса Рохила (фонд «Альтернатива насилию» (ATV), г. Осло, Норвегия) и Ханса Оберга (Консультация для мужчин по противодействию насилию, г. Уппсула, Швеция). Оригинальные труды Ханса, написанные специально для этого пособия, предлагаются в переводе Германа Иванова, классного специалиста и нашего замечательного партнера. В пособии использованы опубликованные ранее материалы еще одного старейшего в стране кризисного центра: национального центра по предотвращению насилия «Анна», руководитель — Марина Писклакова-Паркер.

Большое организационное участие в создании пособия приняли наши друзья и коллеги из шведской мужской общественной организации «Мужчины за гендерное равенство» (MFJ) Видар Веттерфальк и Клас Хюлландер, а также Линей Хальварсон из «Шведской национальной ассоциации кризисных центров для женщин и девушек» (SKR).

В Санкт-Петербурге учебно-методической базой развития гендерологии стал Санкт-Петербургский социально-экономический институт, которым руководит кандидат философских наук, доцент Калинина Елена Ивановна. Она внесла весомый вклад в развитие гендерной теории и практики в России. Институт помог становлению нашей организации и поддерживает нашу текущую деятельность. Главное внимание в пособии, как видно из названия, помимо рассмотрения домашнего насилия как социальной и психологической проблемы, а также

теоретических аспектов по теме, уделяется особенностям консультативного процесса мужчин — субъектов домашнего насилия, который рассматривается поэтапно, с рядом методических указаний и комментариев.

Психологическое сопровождение при посттравматическом расстройстве и глубоком личностном переживании семейной драмы требует серьезной профессиональной подготовки. Компетентность консультанта рассматривается как важнейшее условие эффективности оказания психологической помощи авторам и жертвам насилия.

Для предотвращения семейного насилия требуется кропотливая просветительская работа среди населения, направленная на повышение общего уровня психологической культуры, формирование социальных установок неприемлемости насильственных форм поведения.

Пособие адресовано специалистам социальных учреждений, практическим работникам социальной сферы, студентам социальных факультетов, а также широкому кругу лиц, интересующихся данной проблемой.

К основной части пособия предлагается ряд приложений, содержащих материалы, которые могут пригодиться практикам на различных этапах процесса консультирования. Содержание этих приложений обусловлено реальными запросами клиентов центра «Альтернатива насилия» АНО «Мужчины XXI века», функционирующего в Санкт-Петербурге.

Большое спасибо всем, кто участвовал в создании пособия. Мы надеемся, что этот совместный труд принесет пользу.

ПРЕДИСЛОВИЕ

В сентябре 2006 года меня пригласили поучаствовать в проекте, осуществлявшемся в Санкт-Петербурге. Тогда я даже представить себе не мог, какое значение эта работа будет иметь как для борьбы с насилием на родине, в Швеции, так и для меня лично.

Ханс Оберг — руководитель консультации для мужчин по противодействию насилию в Уппсале (Швеция) до 2011 года.

На тот момент мы с коллегами провели первую общешведскую конференцию по работе с мужским семейным насилием. Она прошла в Уппсале, где я стал руководителем консультации для мужчин, совершивших насилие. Мужчины приходили к нам как по своей воле, так и по решению суда о прохождении психотерапии, мы занимались с ними в группах и индивидуально. Кроме того, мы начали многообещающую работу с группами отцов, акцент в которой делался на том насилии, которое они осуществляли по отношению к мамам своих детей.

Деятельность эта оказалась успешной, привлекла к себе внимание и пробудила надежду. Наша концепция, состоявшая из фокусировки на насилии, доступности и малобюджетности, была столь четкой и понятной, что мужчины потянулись к нам по собственной инициативе. Кроме того, социальная служба, здравоохранение и полиция также регулярно направляли к нам потенциальных клиентов. Представители других регионов страны, желавшие начать аналогичную работу у себя, выходили на контакт с нами для консультации и супервизии. Наш центр — Консультация для мужчин по противодействию насилию в Уппсале (MVU), как он стал называться, со своим коллективом сотрудников стал своего рода путеводной звездой в продолжившейся работе с насилием в Швеции и одним из ее двигателей.

Однако при всем этом по-прежнему отсутствовала стройная система обучения новых сотрудников. Ни в Уппсале, ни в других городах Швеции не было курсов или учебно-методических материалов, которые могли бы дать новым, молодым психологам, психотерапевтам, социологам и другим профессиональным группам знания и навыки, необходимые для того, чтобы встретиться с насилием у его источника — мужчинами, применяющими это насилие, и работать с ним в этом

поле. И вот такого рода задача — обучение специалистов — обрела актуальность в Санкт-Петербурге.

Таким образом, у меня и моих коллег из Уппсалы появилась возможность начать обучение психологов, социальных педагогов, врачей, студентов, сотрудников кризисных центров для женщин и других заинтересованных лиц в России. За прошедшие шесть лет для меня лично это вылилось в десяток курсов, семинаров и тому подобных обучающих мероприятий в Санкт-Петербурге, а также в других городах России и Белоруссии. За эти годы примерно столько же различных групп специалистов, студентов и других профессиональных групп, участвующих в работе по обеспечению прав женщин на свободу от насилия в России, совершили учебно-ознакомительные поездки в Уппсалу и Стокгольм.

Решусь утверждать, что именно благодаря этому длительному учебному процессу в России и сотрудничеству с российскими коллегами моя собственная концепция работы с насилием развивалась и крепла. Со временем мы начали проводить обучение и в Швеции, а учебные материалы, которые подготавливались для российских потребностей, одновременно использовались и в работе со шведскими специалистами. Благодаря проведенному обучению в России и Уппсале ныне существует основа для разработки методического руководства, подобного данному, для шведских условий.

Фрагменты стратегии по работе с гендерно-обусловленным мужским насилием существовали и ранее, но обучение специалистов позволило прояснить и углубить ее неотъемлемые составляющие. Я хотел бы описать эту стратегию в виде четырех пунктов, составляющих определенную историческую последовательность и одновременно задающих хронологический порядок, необходимый для успеха работы с насилием.

1. Мужское насилие в отношении женщин существует

Необходимой отправной точкой является признание существования структурного насилия, совершаемого преимущественно мужчинами в отношении преимущественно женщин и тем самым — детей.

Руководитель норвежского фонда «Альтернатива насилию» (ATV) Мариус Рокил ввел в обиход формулировку: «вездесущее отрицание мужского насилия в отношении женщин» [108]. Она указывает на то, что всегда имелись и по-прежнему имеются достаточные мощные силы, которые отрицают, преуменьшают и багателизируют мужское насилие. Это может простекать как из чистого невежества, так и из нежелания признать неприятные цифры и факты, являющиеся из материалов одного за другим научных исследований. Так, например,

Всемирная организация здравоохранения [118] выпустила глобальный обзор, касающийся распространенности и масштабов насилия. В этом материале освещается прежде всего ситуация с физическим и сексуальным насилием, которому подвергаются женщины; в выборке представлены как города, так и сельские населенные пункты по всему миру.

Считается, что начало современной активной работе с мужским насилием положили женские движения и мощные протестные движения конца 1960-х годов. В то время серьезной задачей женских кризисных центров стало начать сбор данных, свидетельствующих о систематическом насилии, которому со всей очевидностью подвергались большие группы женщин, и довериться этим данным. В дальнейшем — в 70-е, 80-е и 90-е годы XX века — проводились широкомасштабные исследования превалентности (касавшиеся объемов и распространенности) подверженности женщин насилию.

На подверженность насилию детей более серьезное внимание обратили только в 1980-е и 1990-е годы. После этого каждый отчет о результатах научных исследований способствовал необходимому росту массива знаний. В последние годы, кроме того, такие исследования позволили определить ранее неизвестные или игнорируемые группы проблем: подверженность мужчин насилию со стороны женщин, насилие в рамках однополых (как женских, так и мужских) отношений, трафикинг, подверженность детей сексуальным домогательствам со стороны как отцов, так и матерей и других опекунов, насилие в среде инвалидов или пожилых, ситуация подростков как свидетелей, жертв и вершителей насилия, а также иные формы насилия и его последствия.

Невозможно изменить то, чего нет. Поэтому и сотрудники консультаций, способные и желающие работать с теми, кто подвергается насилию, и политики, принимающие решения в сфере финансов, должны для начала целиком и полностью признать наличие мужского насилия в отношении женщин как неоспоримый факт. Кроме того, они должны быть готовы в ходе своей работы продолжать доказывать его существование и формы выражения, а также серьезные последствия.

2. Мужское насилие необходимо остановить

Первыми к этому призывали женские движения. Однако на деле прошло около десяти лет, прежде чем их призывы были услышаны политиками, и политические партии изъявили готовность активно заняться этим вопросом. Само собой разумеется, в разных странах и на разных уровнях власти были достигнуты разные степени политического единства в столь деликатной сфере, но на сегодня не

присоединиться к пекинскому воззванию ООН 1995 года о серьезном подходе к проблеме насилия в отношении женщин было бы равносильно политическому самоубийству.

Существовало и существует множество стимулов, заставляющих говорить о необходимости остановить мужское насилие. Прежде всего, это судьба подвергающейся насилию женщины, молящейся о том, чтобы остаться в живых. Такой женщине приходилось взывать громко и неустанно, чтобы быть услышанной. То же относится и к детям, которые имеют право требовать безопасности и заботы, а значит, обеспечения им благоприятных условий для жизни и развития.

Правоохранительные органы неоднократно выступали с инициативой реформирования законодательства, его адаптации к новым знаниям о структурном насилии и — особенно — о подвергающихся ему группах. Полиции придавались дополнительные ресурсы, меры наказания ужесточались и формировались таким образом, чтобы всячески способствовать прекращению мужского насилия. Поэтому на всех уровнях работа с насилием должна характеризоваться упорством, неравнодушием, энтузиазмом и единством во мнении, что мужское насилие необходимо остановить [89].

3. Мужское насилие можно остановить

Это было чем-то совершенно новым. Наша консультация по противодействию насилию в Уппсале узнала об этом в начале 2000-х годов в форме очевидно невероятной и обнадеживающей вести: мужское насилие и вправду можно остановить! У нас это получилось в работе как с индивидуальными клиентами, так и в группах. Мужское насилие в отношении женщин уже не было чем-то постоянным, неизменно отягощающим поколение за поколением, чем-то таким, что должно быть присуще молодым отцам и новой генерации мужчин.

Само по себе все это не было новостью. В США, Канаде и Великобритании еще в 1970–80-х годах проводились эксперименты — прежде всего в группах, находившихся в закрытых учреждениях, причем результаты и методы исследований тщательно фиксировались и публиковались [81; 82]. Эти интервенции зачастую основывались на руководствах, инструкциях и носили характер обучения психологической самопомощи. В Скандинавии развитие получило психотерапевтическое направление, а фонд «Альтернатива насилию» в Осло с 1987 года определяет направленность работы с мужчинами, склонными к насилию, во всех странах Северной Европы.

В Швеции в 1990-е годы стали появляться разного рода кризисные центры для мужчин, еще раз подтвердив тем самым, что у мужчин есть возможность обратиться за помощью и ее получить! Консультация для

мужчин по противодействию насилию в Уппсале послужила новому всплеску этой работы в Швеции.

И вот когда я в сентябре 2006 года приехал в Санкт-Петербург, весть, которую мы с коллегами несли, была чуть ли не революционной: с насилием можно работать, его можно остановить. В ней было что-то новое и внушающее надежду, она имела успех среди психологов, социальных работников и других специалистов, которые раньше могли лишь наблюдать тяжелые последствия насилия. С точки зрения психологического развития фокусировка на насилии означала явную смену парадигмы: с поисков причин насилия акцент смещался на выяснение смысла насилия. Та функция, которую насилие выполняло для применяющего ее индивида, во многом стала ключом к успешной работе. (Эти соображения отражены Пером Исдалом в книге «Смысл насилия», первое издание которой вышло в Осло в 2000 г.)

Встреча с насилием в различных контекстах и профессиональная работа с ним раньше нередко несла на себе отпечаток уныния и отчаяния, чтобы не сказать — возмущения и агрессивности. «Раньше насильника не приглашали в кабинет терапии» (Рокил). Но отныне профессиональная психологическая работа, сфокусированная на насилии, пронизана радостью и оптимизмом, уважительным отношением к человеку, прибегающему к насилию, и духом конструктивного сотрудничества.

4. Вот как можно остановить насилие

По прохождении всех этих фаз (и не ранее!), на которых внимание обращается на то, что:

- насилие существует;
- его необходимо остановить;
- его можно остановить,

развитие приводит нас к необходимости руководства по осуществлению этой работы.

Несправедливо было бы оставить молодых психологов и социальных работников без инструментов, орудий для выполнения такой работы. Раньше они находились в замешательстве перед этой задачей. Поэтому сейчас самое время появиться методическому руководству.

В ходе проведения курсов обучения и в России, и в Швеции мы неоднократно доказывали, что с помощью образования можно стать достаточно компетентным, чтобы выполнять эту работу. Вкратце речь идет о том, чтобы стимулировать человека, склонного к насилию, по своей инициативе выйти на контакт или согласиться на него, затем встретиться с ним в рамках заинтересованной и конструктивной работы над его насилием и далее путем целенаправленной и упорной

психологической работы привести к альтернативе, к свободе от насилия. Каким бы умным ни был психолог, каким бы опытным ни был психоаналитик, каким бы компетентным ни был психиатр — ни один из них не сможет быть по-настоящему полезным для мужчины, склонного к насилию, не обладая специальными знаниями по терапии насилия.

Данная книга является первым руководством по этой интересной и необходимой работе. Удачи!

РАЗДЕЛ 1. ФЕНОМЕН ДОМАШНЕГО НАСИЛИЯ

1.1. Домашнее насилие как социальная и психологическая проблема

Насильственные действия членов семьи по отношению друг к другу имели место во всех обществах и во все времена, но не всегда они рассматривались в качестве социальной проблемы.

Гендерная экспертиза и законодательная политика (2004).
Серия «Гендерная коллекция»

Основополагающий документ ООН «О ликвидации всех форм дискриминации в отношении женщин» появился в 1979 г., однако и в начале второго тысячелетия проблема внутрисемейного насилия женщин волнует мировое сообщество. Статистика многих стран фиксирует положительную динамику этого страшного явления современности. Так, каждая четвертая женщина становится жертвой насилия в семье, при этом каждую неделю от рук своих теперешних или бывших партнеров погибают две женщины. Насилие в семье является одной из причин каждой четвертой суицидальной попытки, предпринимаемой женщинами.

По мнению ряда авторитетных ученых, современное общество характеризуется наличием гендерного конфликта, который проявляется в том числе и в виде домашнего насилия. Происходят значительные изменения и в самом институте семьи, и в отношениях между членами семьи.

Семья является областью междисциплинарных исследований, в которых выделяются различные ресурсы изучения проблем семейных отношений (философский, исторический, экономический, демографический, психологический, педагогический и другие аспекты).

Множество существующих в литературе определений понятия «семья» можно условно разделить на три группы.

В первой группе определений семья рассматривается как малая социальная группа, как важнейшая форма организации личного быта, основанная на супружеском союзе и родственных связях, т. е. отношениях между мужем и женой, родителями и детьми, братьями и сестрами и другими родственниками, живущими вместе и ведущими общее

хозяйство.

В социологическом энциклопедическом словаре под редакцией Г. В. Осипова семья представлена как «малая группа, основанная на браке или кровном родстве, члены которой связаны общностью быта, взаимной ответственностью и взаимопомощью. Через семью сменяются поколения людей, осуществляется продолжение рода».

Во второй группе определений акцент делается на понимании семьи как социального института. Здесь внимание сосредоточивается на взаимообусловленности семьи и общества. Семейей называется социальный институт, т. е. устойчивая форма взаимоотношений между людьми, в рамках которого осуществляется основная часть повседневной жизни людей: сексуальные отношения, деторождение и первичная социализация детей, значительная часть бытового ухода, образовательного и медицинского обслуживания, особенно по отношению к детям и лицам пожилого возраста.

Третья группа определений характеризует семью как целостное образование. Аристотель видел в семье основу государства, многогранную ячейку общества, общность, возникшую для удовлетворения повседневных потребностей человека: «Так как всякая семья составляет часть государства, а все люди являются частями семьи, и так как добродетели отдельных частей должны соответствовать добродетелям целого, то необходимо и воспитание детей и женщин поставить в соответствующее отношение к государственному строю; и если это не безразлично для государства, стремящегося к достойному устройению, то надо иметь также достойных детей и достойных женщин» [4].

Обобщая эти три группы определений, можно заключить, что семья является одновременно фундаментальным общественным институтом и социальной группой, которые участвуют в формировании человеческого капитала; это необходимый фактор, движущая сила общественного развития.

Состояние российской семьи в настоящий момент – причина и следствие целого ряда негативных социальных процессов, среди которых рост преступлений, совершенных на бытовой почве, расширение форм девиантного поведения. Официальная статистика свидетельствует о возрастающем уровне агрессии в семейных отношениях, что негативно влияет на ее безопасность и основы жизнедеятельности.

По данным независимых источников:

- насилие в той или иной форме наблюдается в каждой четвертой российской семье;

- почти 30 % общего числа умышленных убийств совершается в семье;
- 40 % жертв домашнего насилия не обращаются в правоохранительные органы из-за неверия в их возможность раскрыть преступление, наказать виновного или из-за своей зависимости от обидчика;
- из-за убийств в семье ежегодно погибает от 10 до 14 тысяч женщин. Согласно исследованиям, у российской женщины вероятность быть убитой своим мужем или партнером в 2,5 раза выше, чем у американки, и в 5 раз выше, чем у жительницы Западной Европы. В России примерно каждая третья женщина страдает от физического насилия со стороны мужа.

По данным социальных учреждений, 60–70% женщин, страдающих от насилия в семье, не обращаются за помощью в органы внутренних дел, потому что они не верят, что преступление будет раскрыто и виновного накажут, либо не желают давать показания против человека, с которым они связали свою жизнь (мужа, партнера). Кроме того, слишком часто женщина, находясь в сильной зависимости от обидчика (материальной, физической, жилищной, экономической, психологической), не предпринимает ничего для защиты своих прав. Но даже если жертва обратилась в полицию, уголовная и административная ответственность настигает обидчика далеко не всегда. Множество дел, возбужденных по факту избития жены мужем, прекращаются в связи с тем, что женщина забирает заявление — либо помирились, либо испугалась угроз с его стороны, либо пожалела обидчика. Кроме того, многие женщины обращают внимание на то, что полиция не реагирует на их заявления [10; 11].

Проблема насилия в семье долгое время была табуированной областью, и до настоящего времени существует сопротивление социума обращению к этой проблеме. В общественном сознании и СМИ проблема насилия представлена в очень усеченной и трансформированной форме «ужасов отдельного случая». Существует много мифов о проблеме домашнего (семейного) насилия, таких как: насилие имеет место только в социально неблагополучных семьях, существует определенный внешний вид и социальное положение подвергающихся насилию граждан, жертва сама провоцирует насилие, в семье не может существовать сексуального насилия и тому подобные заблуждения. Однако насилие можно отследить во всех социальных группах независимо от уровня дохода, образования, положения в обществе, классовых, расовых, культурных, религиозных, социоэкономических аспектах, т. е. распространенность различных видов и форм насилия в семье такова, что охватывает всю популяцию.

Уровень толерантности по отношению к домашнему насилию в

разных странах варьируется. В то же время домашнее насилие является одной из самых сложных, противоречивых, латентных и актуальных проблем современной цивилизации.

В США и Европе проблемой насилия мужчин над женщинами активно стали заниматься в 70-е годы, в России — в конце 80-х годов. Благодаря развитию в нашей стране кризисных центров были предприняты попытки мониторинга масштабов и анализа форм и причин насилия над женщинами. И тогда уже стало ясно, что в нашем обществе с высокой степенью агрессии в повседневном общении, когда бранные слова и грубость не считаются оскорблением, в общественном сознании понимание феномена насилия нередко сводится к физическому насилию и даже к его крайним формам, т. е. телесным повреждениям или смерти.

Длительное время семейное насилие рассматривалось исключительно с юридических и социологических точек зрения. Разрабатываемые на этой основе программы профилактики этого явления были ориентированы в основном на жертв насилия — женщин и детей (хотя в Швеции имеется прецедент — социальный приют для мужчин, ставших жертвой семейного насилия со стороны женщин). В то же время проблема семейного насилия является сложным и малоизученным социально-психологическим феноменом; значимость его исследования доказывается хотя бы тем, что специалисты кризисных служб в настоящее время остро нуждаются в научно обоснованных методах работы с семьями, в которых имеет место агрессивное поведение одного из супругов.

Результаты опросов показывают, что многие мужчины и женщины считают допустимым, что муж может бить жену. Например, И. Горшкова и И. Шурыгина в результате опроса 1076 женщин и 1058 мужчин более чем из 50 населенных пунктов семи регионов России определили, что доля тех, кто готов оправдать мужа, ударившего или побившего жену, при ответах на различные вопросы колеблется от 32 до 47 %. Половина опрошенных мужчин не исключает того, что они когда-либо ударят жену. Среди женщин тех, кто считает вероятным, что муж может их ударить, еще больше — 60 %. То есть большинство замужних женщин живут с человеком, про которого они думают, что он может их ударить или побить. Следовательно, риск подвергнуться избиению оказывается «естественной» составляющей обычной семейной жизни многих россиянок [12].

Наличие предубеждений и искажений в представлениях о корнях насилия мужчин над женщинами характерно не только для агрессоров и их жертв, но и тех, кто должен обеспечивать защиту и проводить профилактическую работу по предупреждению насилия. Особенно это касается форм реагирования на насилие против женщин и детей пра-

воохранительных органов, которые по-прежнему, рассматривая сигнал о «бытовом» насилии, предпочитают не вмешиваться в частную жизнь граждан. Поэтому латентность преступлений «на бытовой почве» остается столь же высокой, что и в 90-х годах прошлого века. Жертвы насилия не обращаются в правоохранительные органы из-за неверия в их готовность и возможность наказать виновного, а также из-за полной незащищенности [11] и, как правило, материальной и иной зависимости жертвы от истязателя. Таким образом, продолжает действовать синдром «молчания ягнят», когда о зверских преступлениях не заявляют в полицию ни пострадавшие, упрекая себя: «Сама виновата!» и не веря в возможность получения помощи и поддержки, ни свидетели-соседи, руководствуясь житейскими «мудростями»: «В каждой избушке — свои погремушки», «Бьет — значит любит», «Милые бранятся — только тешатся» и т. п.

Обращение за психологической поддержкой также не гарантирует адекватную помощь женщинам, оказавшимся в ситуации физического, а тем более психологического или экономического насилия со стороны партнера. Психолог может не знать механизмов насилия и специфики работы с жертвами. В таком случае его работа может способствовать формированию чувства вины и чувства собственной неполноценности у женщины, обратившейся за помощью. Поэтому прежде чем способствовать расширению круга социальных возможностей женщины и стремлению к изменениям, важно помочь обеспечить ее безопасность и укрепление ее психического и эмоционального благополучия. Специалисты, не учитывающие специфики оказания помощи жертвам домашнего насилия, могут причинить вред клиенткам.

В СМИ агрессия и насилие часто репрезентируются как неотъемлемая часть маскулинной мужской идентичности. В теле- и кинофильмах, в печатной продукции разного вида нередки случаи демонстрации культурного одобрения применения силы мужчинами, поскольку агрессивность понимается как «гендерно маркирующая» форма поведения.

В литературе распространена точка зрения, что насилие, проявляемое мужчинами в отношении женщин, следует рассматривать не как результат психических или личностных расстройств, а скорее как действия мужчины, слишком приспособленного к обществу. Насилие — акт не столько ненормативного поведения, сколько, наоборот, слишком конформного. Насилие можно рассматривать как проявление сверхмаскулинности: это выражение агрессии, силы, власти, грубости, доминирования, конкуренции. Побеждать, быть лучше, успешнее, завоевать — все это выражает мужественность для тех, кто усвоил поня-

тия о маскулинности, распространенные в культуре [42].

Вряд ли можно говорить о наличии развитой системы социальных институтов, способствующих *конструированию ненасильственной маскулинности*. Напротив, многие институты гендерной социализации поддерживают у мальчиков, юношей и мужчин проявление в поведении доминирования, подавления других, агрессивности. Эта тенденция характерна для большинства современных культур.

В любом типе культуры закрепляются и подчеркиваются проявления тех или иных различий в поведении между мужчинами и женщинами, а также различий, связанных с их ролью, обязанностями и ответственностью в обществе. В течение многих столетий в европейской социокультурной ориентации, как правило, преобладала патриархальная модель семейных отношений, где власть главы семьи над жизнью, поведением и имуществом домочадцев считалась сначала абсолютной, затем приоритетной. Право других членов семьи на защиту своей физической неприкосновенности и своего достоинства не признавалось. Потому насилие частично может быть трактовано как пережиток прошлого.

Для более четкого понимания феномена «домашнее насилие» рассмотрим подробнее ситуации домашнего насилия и конфликта. Домашнее насилие представляет собой повторяющиеся во времени инциденты (паттерны) множественных видов насилия (физического, сексуального, психологического и экономического). Наличие паттерна — важный индикатор отличия домашнего насилия от просто конфликтной ситуации в семье. Если конфликт имеет локальный изолированный характер, то насилие имеет системную основу и состоит из инцидентов, следующих друг за другом. Конфликт обычно имеет в своей основе некую конкретную проблему, которую можно разрешить. Конфликт всегда имеет две противоборствующие стороны, предмет конфликта, направленность на преодоление противоречий, возможность конструктивного разрешения ситуации. Для того чтобы семейный конфликт мог попасть в категорию домашнего насилия, необходимо, чтобы это повторилось хотя бы дважды (хотя, конечно, это не исчерпывает всех необходимых характеристик).

Второе принципиальное отличие домашнего насилия от других агрессивных актов заключается в особенностях отношений между объектом и субъектом насильственных действий. В отличие от преступления, совершенного на улице незнакомцем, домашнее насилие происходит в отношениях между близкими людьми, которые включают в себя супругов или близких партнеров, бывших супругов, родителей, детей, других родственников. Следовательно, особенность насилия в се-

мейном контексте — и для насильника, и для жертвы — состоит в необходимости продолжать общение, сохранять и поддерживать систему межличностных взаимоотношений. Эта необходимость накладывает очень большой отпечаток на всю специфику протекания и возможности разрешения ситуации семейного или домашнего насилия. Насильником в большинстве случаев является мужчина, т. е. домашнее насилие имеет гендерную специфику. Его цель — установить над женщиной контроль, почувствовать свою власть. Если это не удастся, то дело доходит до крайности — убийства. Важно отметить, что даже если насильственные действия направлены только против одного человека, то все остальные члены семьи все равно оказываются подвержены тому, что обозначается исследователями как «вторичная виктимизация» и заключается в переживании свидетелями насилия тех же психологических последствий, что испытывает жертва. Особенно тяжелые переживания испытывают дети, наблюдающие за тем, как отец издевается над матерью.

Женщина прибегает к насилию в основном после того, как сама продолжительное время неоднократно оказывалась в положении жертвы своего мужа или партнера. То есть женщины применяют насилие в отношении мужчин как средство самозащиты или в целях прекращения насилия мужчин в отношении их самих. Лишь немногие женщины систематически применяют насилие, чтобы властвовать над мужем (это происходит лишь в 3 % случаев). К тому же редкая женщина обладает необходимой для этого физической силой. Кроме того, женщины, в отличие от мужчин, лишены культурного одобрения применения силы. Количество семей, в которых муж жестоко обращается с женой, в 3,5 раза больше, чем семей, в которых жена жестоко обращается с мужем [38].

Меж тем современная культура зачастую рассматривает домашнее насилие только как психологическую проблему, игнорируя ее социокультурный базис и ее статус гендерной проблемы. Происходит определенная «патологизация» пострадавшей женщины, и решение проблемы сводится только к использованию терапии. На самом деле основа проблемы насилия коренится не только в поведении супружеской пары в целом или женщины в частности, но и в мужском поведении, подкрепленном своей системой общественных взглядов, норм, культурных ценностей.

Домашнее насилие может угрожать любой женщине, независимо от ее статуса, дохода, религиозной и национальной принадлежности, и без активных действий со стороны женщины насилие не прекратится.

Насилие — это семейная традиция, т. к. 90 % мальчиков, перенимая насильственный стиль поведения у своих отцов, впоследствии так же

обращаются со своими женами.

Затяжные и постоянно повторяющиеся семейные конфликты могут стать началом насильственных отношений, они предшествуют половине всех преступлений, связанных с бытовыми мотивами.

Большинство женщин, страдающих от насилия, оставляют эту тему закрытой и даже запретной, они не обращаются ни в правоохранительные органы, ни за медицинской помощью, ни за психологической поддержкой. Напротив, они сами пытаются решить свои проблемы, проявляя чрезмерную агрессию и желание отомстить: 75 % женщин, сидящих в тюрьме за убийство, убили своих насильников-мужей или партнеров.

1.2. Теоретические аспекты домашнего насилия

Насилие: 1) принуждение, понуждение, притеснение, давление, нажим, применение физической силы; 2) принудительное воздействие на кого-либо; 3) притеснение, беззаконие.

С. И. Ожегов. Словарь русского языка

Научные разработки по проблеме насилия в семье появились совсем недавно. Данной проблеме посвящены исследования таких зарубежных авторов, как Д. Адамс, Ли Эн Хофф, Леннеер — Аксельсон. В России проблема семейного насилия стала объектом научного изучения с 1996 года. Проблемы женщин — жертв семейного насилия освещены в работах О. А. Аксеновой, Л. Ю. Бондаренко, Г. А. Брандта, М. Котовской, С. В. Кочетковой, Г. Г. Силласте. Проблемам насилия над мужчинами посвящены публикации М. Костенко, О. Здравомысловой, Э. И. Слепяна и др. Исследования феномена насилия еще не имеют достаточного масштаба, поэтому их необходимо развивать в различных направлениях. Многие исследователи подчеркивают, что насилие следует отличать от природной агрессивности, воинственности, представленных в человеке в виде определенных инстинктов. Эти инстинкты, как и противоположные им инстинкты страха, могут изопренно использоваться в практике насилия. Тем не менее само насилие есть нечто иное и отличается от них тем, что оно заявляет себя как акт сознательной воли, ищет для себя оправдывающие основания.

От других форм принуждения насилие отличается тем, что оно доходит до пределов жестокости, характерных для природной борьбы за

существование. От собственно природной агрессивности оно отличается тем, что апеллирует к праву, справедливости, человеческим целям и ценностям. В этом смысле насилие можно охарактеризовать как право сильного или как возведение силы в закон человеческих отношений. Таким образом, *насилие* — это не только действие, посредством которого добиваются власти над человеком, порождая в нем чувство *напряженности и страха*, но и *контроль над поведением, мыслями и чувствами другого человека*.

В общепринятом значении «насилие в отношении женщин — это любой акт насилия, совершенный на основании полового признака, который причиняет или может причинить физический, половой или психологический ущерб либо страдание женщинам, включая угрозы совершения таких актов, принуждение или произвольное лишение свободы, будь то в общественной или личной жизни».

Домашнее насилие — (англ. *domestic violence*) термин, введенный для обозначения жестокого обращения в семейно-бытовой сфере. Явление известно также под названиями «бытовое насилие», «семейное насилие», «гендерное насилие». В общую категорию домашнего насилия входят: насилие над детьми, жестокое обращение с животными, насилие в однополых семьях, насилие на свиданиях, насилие между интимными партнерами, не состоящими в браке, насилие между друзьями и соседями, насилие в отношении престарелых людей и др.

К настоящему времени сформировалось несколько научных подходов, позволяющих понять причины и механизмы насилия:

- 1) социально-психологический подход (понимает насилие как результат социализации, обусловленной воспроизведением детьми деструктивной модели родительской семьи и негативного жизненного опыта в собственных семьях);
- 2) психотерапевтический подход (рассматривает насилие как следствие нарушения функционирования семьи как системы, спутанности ролей в семье, нерешенных проблем внутрисемейных отношений);
- 3) социокультурный подход (учитывает социально-экономическую ситуацию в обществе, анализирует стратегию мужчин по утверждению своего превосходства и зависимость женщины — экономическую и психологическую — и показывает, как они сказываются на внутрисемейных отношениях);
- 4) многофакторный подход в отечественной и зарубежной теории и практике социальной работы. Этот подход позволяет выделить

наиболее выраженные закономерности, характеризующие природу насилия:

- насильственные действия чаще всего совершаются по отношению к женщинам и детям;
- наиболее распространенными видами насилия являются психическое и физическое насилия;
- в роли насильников чаще оказываются родные и близкие люди;
- насилие имеет свойство повторяться, в некоторых семьях оно носит циклический характер и является вполне предсказуемым;
- жертвы насилия избегают правоохранительных органов и ищут помощи у друзей или в социальных учреждениях;
- образование и этническая принадлежность не влияют на частоту и характер насилия;
- среди насильников душевнобольных примерно 10–15 %, с психологическими расстройствами (например, депрессия) — около 60 %;
- насилие чаще применяется в семьях, где супруги сохраняют брак «ради детей» [60].

Для объяснения динамики развития насилия используют три известные модели:

- Цикл насилия (Ленор Уолкер).
- Процесс насилия (Ланденбергер).
- Власть и управление (Дулут).

1. Теория о циклическом характере домашнего насилия была представлена в 1970-е годы американской исследовательницей Ленор Уолкер и на сегодняшний день является общепринятой. Домашнее насилие — это повторяющийся с увеличением частоты цикл действий, включающий следующие стадии.

Первая фаза («фаза нарастания напряжения») характеризуется эскалацией напряжения, словесными оскорблениями и физическими столкновениями. Женщина стремится избежать серьезных конфликтов и прилагает усилия для успокоения и возможного удовлетворения партнера. По мере возрастания серьезности и интенсивности конфликтных ситуаций у женщины возрастает чувство беспомощности и страха. Данная фаза может длиться от нескольких недель до нескольких лет, пока напряжение не достигнет своего максимума. Наступает переломный момент, определяющий вторую фазу.

Вторая фаза («серьезный инцидент насилия») может длиться от двух до двадцати четырех часов и представляет насилие. Женщина не в состоянии повлиять на течение и исход данного насилия и все свои силы направляет на защиту себя и своих детей.

На *третьей фазе* («последствия») мужчина, как правило, проявляет раскаяние, любовь и намерение измениться. Подобное поведение мужчины порождает надежду у женщины на то, что насилие прекратится. Надежды тщетны — цикл всегда повторяется. С течением времени третья фаза практически не наступает, и женщина оказывается пойманной в ловушку между нарастанием напряжения и инцидентом насилия.

2. Ланденбергер изучал личностное восприятие опыта насилия, феномен самооценки в ситуации взаимоотношений насилия, а также влияние личностного восприятия на выбор женщин в обстановке взаимоотношений насилия. На основании проведенного интервью с женщинами выделились следующие фазы.

В течение всей *первой фазы*, когда отношения партнеров только формируются и в них присутствуют новизна и влюбленность, женщины, столкнувшись с ситуацией насилия, прилагают огромные усилия, чтобы наладить отношения с партнером и предотвратить будущее насилие. Их поведение и технологии взаимодействия с партнером отличаются логикой и изобретательностью, которые необходимы для успокоения партнера. С течением времени бессмысленность ее попыток в решении этих проблем становится для нее очевидной, и женщина начинает сомневаться в долговременности взаимоотношений.

На *фазе «терпения»* женщина терпит насилие из-за положительных сторон взаимоотношений с партнером, а также потому, что она считает себя частично ответственной за насилие. На этой фазе женщина предпринимает усилия, чтобы найти помощь, но она не раскрывает всех особенностей и обстоятельств проблемы, так как боится разрушить собственную безопасность.

На *фазе «разрыва»* женщина приходит к осознанию, что ее партнер — насильник, а она не заслуживает такого отношения. Переломный момент наступает тогда, когда женщина осознает опасность, которая ей грозит, и понимает собственную потребность убийства ее обидчика. Женщина начинает активно дистанцироваться от своего партнера. Решает проблему отдельного проживания и создания условий собственной безопасности. В течение этого периода она может уйти и несколько раз вернуться к взаимоотношениям, которые содержат насилие. Окончательный уход происходит через определенный промежуток времени, который необходим женщине для переоценки ценностей и успешного преодоления препятствий, которые не позволяли ей разорвать взаимоотношения насилия.

На *этапе «реабилитации»* женщина живет отдельно от лица, проявлявшего по отношению к ней насилие. Важной информацией для людей, которые оказывают помощь пострадавшим, является то, что, с

точки зрения женщины, насилие было одним из аспектов диапазона ее взаимоотношений, которые содержали и положительные стороны, важные для женщины. Конечно же, женщина хочет прекращения насилия, но при этом она желает сохранения положительных сторон взаимоотношений. Эти задачи часто несовместимы, но всегда требуется время, чтобы жертва поняла это.

3. В 1984 году на основе групповых интервью, проведенных с женщинами в рамках программы города Дулута (Миннесота) по борьбе с семейным насилием, была предпринята разработка структуры для описания поведения мужчин, проявляющих физическое и психологическое насилие по отношению к своим партнерам. Многие женщины критиковали теории, которые описывают насилие как цикличное событие. Далее женщины подвергли критике теории, которые объясняли насилие неспособностью мужчин справиться со стрессом. На основе опыта женщин, проживающих с партнерами, проявляющими насилие, была разработана теория Власти и управления. Данная теория описывает насилие как составную часть модели поведения, а не как серию независимых инцидентов.

В этой модели придается особое значение скоординированному ответу сообщества на домашнее насилие. А само домашнее насилие увязывается с широким набором форм поведения, что иллюстрируется «колесом Власти и Контроля». Это «колесо» является графическим описанием того, как проявляется физическое насилие, связанное с потребностью доминировать. «Спицы» «колеса» представляют собой тактики контролирующего поведения: минимизация, отрицание, обвинение, использование запугивания, эмоционального насилия, изоляции, детей, мужских привилегий, экономического насилия и угроз. Согласно этой модели, семейный насильник сохраняет контроль над своим партнером, непрерывно используя принуждение, запугивание и изоляцию, которые время от времени сопровождаются физическим насилием. При проведении обучающих занятий главное внимание уделяется развитию новых осознанных представлений о необходимости ненасильственного поведения, отсутствия угроз, уважения, поддержки и доверия, честности и ответственности, сексуального уважения, партнерства и справедливости. В зависимости от общей продолжительности программы на каждую тему отводится 2 или 3 занятия. На первом занятии, посвященном любой теме, демонстрируется видеофильм об одной из форм (одном из секторов колеса) контролирующего поведения. Последующее обсуждение касается действий «героя» фильма, предназначенных для контроля партнера, «плюсов», которые он от ситуации получал, убеждений, на которые он

опирался, чувств, которые он прятал при помощи такого поведения, и способов, при помощи которых насильник минимизировал, отрицал свои действия или обвинял в них жертву. В конце занятия участникам дается домашнее задание: найти такие же элементы в случаях проявления собственного контролирующего поведения. На последующих занятиях по этой же теме каждый участник описывает подобное свое поведение, пытается объяснить, почему его использует и к чему это приводит. Затем группа знакомится с альтернативными формами поведения, построенными на здоровых, равных отношениях. Проведение занятий с использованием этой модели требует от специалиста наличия значительного опыта групповой работы.

Различение разных источников жестокого обращения в семье позволяет выделить следующие модели описания насилия в семье, которые взаимодополняют друг друга, отражают различные этапы семейных отношений:

1) психопатические, центрированные на предрасположенностях к насилию родителей (алкоголь, наркотики, агрессивность, коммуникативная некомпетентность, суицидальные наклонности, депрессивность и т. п.) и детей (недоношенность, болезненность, физические и психические недостатки и т. п.);

2) социальные, объясняющие насилие внешними (социальными) факторами и условиями (бедность, низкий уровень дохода, безработица, низкий образовательный и культурный уровень и т. п.);

3) психосоциальные, стремящиеся интегрировать психологические и социальные факторы насилия. В данных моделях факторы насилия подразделяются на структурные, ситуативные и коммуникативные, причем именно последние являются ключевыми и определяющими проявлениями насилия в семье.

Факторы риска, при которых возрастает возможность применения любых форм насилия в семейных отношениях:

- бедность;
- наркомания и алкоголизм родителей;
- низкий уровень образования родителей;
- негативное отношение матери к беременности (нежеланный ребенок);
- случаи насилия над детьми в семейном анамнезе [22; 60].

По мнению многих специалистов, в современной России ведущим фактором домашнего насилия со стороны мужчин являются *трудности социальной жизни*, то есть жизненные обстоятельства (безработица, низкие заработки, низкостатусные виды деятельности), не позволяющие им утвердиться в своей традиционной мужской роли

социально приемлемым способом. Когда мужчина не соответствует одному из аспектов традиционной мужской роли (профессиональная успешность и т. д.), он демонстрирует преувеличенную мужественность в другой области, тем самым компенсируя свою несостоятельность.

В семьях в соответствии с традиционными культурными нормами мальчиков с раннего возраста учат уметь постоять за себя, используя силу. Мальчики усваивают, что совершенно нормально и естественно давать сдачи, если тебя обидели, а большинство девочек усваивает, что драться вообще недопустимо. Мальчиков учат не проявлять свои чувства, а девочек учат заботиться о близких, сопереживать людям и жалеть их. Большую роль в воспитании детей играет стиль взаимоотношений между родителями и общая семейная атмосфера. Мужчины, демонстрирующие насилие, в детстве часто были свидетелями насилия в семье. Деструктивный стиль воспитания в семье и опыт насилия, перенесенного в детстве, также в значительной мере способствует тому, что мужчины проявляют жестокость по отношению к своим близким.

Современная российская *армия* далеко не всегда является для юношей и молодых мужчин школой мужества. Армия — показательный пример института, систематически формирующего маскулинную идентичность, в которой насилие играет решающую роль. Социальной нормой становится утверждение доминантной маскулинности, что предполагает ведущую роль мужчины не только в общественной жизни, но и в семье.

Как показывает анализ статистики кризисных центров, к наиболее типичным причинам насилия, обусловленным личностью мужчины и историей его жизни, могут быть отнесены следующие причины:

- 1) родительский сценарий, в котором отец бил мать;
- 2) мужчина был часто избиваем отцом и матерью в детстве;
- 3) наличие традиционного взгляда на положение женщин и мужчин в семье (мужчина абсолютный и беспрекословный глава семьи);
- 4) уверенность мужчины в том, что женщина имеет потребность быть в роли жертвы и не имеет реальных возможностей разорвать с ним отношения;
- 5) высокий уровень тревожности и беспокойства по поводу своего доминирующего положения;
- 6) постоянное употребление алкоголя;
- 7) низкий уровень самосознания и самоконтроля;
- 8) неспособность принять ответственность за совершаемые действия;
- 9) наличие высокого уровня стресса, обусловленного экономическими и бытовыми причинами;

10) ярко выраженное желание причинения ущерба другому человеку;

11) психопатия и т. д.

Мужчины с гетеросексуальной ориентацией составляют большинство тех, кто совершает насилие и прибегает к другим способам недопустимого поведения, чтобы сохранить свой контроль и доминирование в личных отношениях. Мужчины, нападавшие на женщин, составляют большинство арестованных за насилие в семье, случаи которого достигают 25 % всех преступлений с применением насилия в Великобритании.

Для женщин причины, связанные с неблагоприятной жизненной ситуацией в родительской семье, также выступают как факторы риска. Кроме того, к ним можно отнести следующие особенности поведения и личности современных женщин:

- 1) высокий уровень психологической зависимости женщины от мужчины;
- 2) экономическая зависимость женщины от мужчины;
- 3) более высокий уровень образования женщины в семье;
- 4) наличие физических недостатков у женщины (особенно, если они появились в процессе совместной жизни);
- 5) низкая самооценка;
- 6) недостаточно или неумело проявляемая сексуальная активность и т. д.

Для супружеских отношений характерны следующие проявления, приводящие к насилию:

- 1) конфликтность и постоянные ссоры в семье;
- 2) вербальная агрессия во взаимоотношениях супругов;
- 3) борьба за власть и доминирование в семье;
- 4) низкий социально-экономический статус семьи;
- 5) ригидность во взаимодействиях и взаимоотношениях партнеров.

Хранительница мира — женщина, которая берет на себя безопасность окружающих и верит, что она может повлиять на поведение мужа или партнера, удерживая его от агрессии, замыкается в своем бессилии и смиряется со своей участью как с неизбежностью в супружеских отношениях.

Таким образом, насилие мужчин по отношению к женщинам является прямым следствием существующего неравенства в отношениях между полами, которое порождает убежденность мужчин в необходимости обеспечивать и поддерживать свою власть и контроль в семейных отношениях. С этой точки зрения мужское насилие можно рассматривать как усвоенное и преднамеренное поведение, а не как следствие

патологии, стресса, злоупотребления алкоголем или дисфункциональных взаимоотношений индивида.

Анализ теоретических аспектов насилия

Для объяснения феномена насилия мужчин по отношению к женщинам важное значение имеет анализ теоретических подходов этого явления в психологии. В соответствии с традиционными теоретическими концепциями различные виды семейного насилия рассматриваются как проявление врожденных или усвоенных в процессе социализации агрессивных влечений, паттернов.

В современной литературе, кроме *личностно-семейной модели* происхождения насилия в семье, описывается *социокультурная модель*, которая имеет несколько разновидностей [20].

Сторонники *гендерного подхода* уделяют особое внимание тому, что главная цель любого насилия — это обретение власти над другим, поэтому ориентированы на анализ факторов, укрепляющих системы доминирования/подчинения в гендерных отношениях.

Гендерный подход провозглашает идею равноправия мужчин и женщин в сфере формальных и неформальных отношений. Ни у мужчин, ни у женщин нет оснований подавлять и подчинять себе друг друга, поэтому никакие виды насилия в межполовых отношениях неприемлемы. Отношения между мужчинами и женщинами должны выстраиваться на основе равенства позиций, паритета, учета целей и интересов друг друга. Однако распространенные в общественном сознании стереотипы о том, что в отношениях между мужчинами и женщинами должен обязательно доминировать мужчина, что именно он должен принимать решения, касающиеся основных вопросов взаимодействия, выступают в роли барьеров, препятствующих перестройке межличностных отношений в соответствии с партнерской моделью отношений. Традиционные стереотипы мужественности побуждают мужчин проявлять в поведении такие качества, как: активность, напористость, целеустремленность, сила, выраженный волевой потенциал, уверенность в себе, умение добиваться своих целей, настоять на своем, для чего допускается проявление агрессивности и директивности.

Большинство исследований в вопросе о причинах бытового насилия мужчин в отношении женщин выделяют такой наиболее значимый фактор, как утверждение *доминантной маскулинности как социальной нормы* [6; 20; 42; 59]. Мужчины усваивают культурные предписания исполнять доминирующую роль как в общественной

жизни, так и в семье.

Радикальный феминизм сводит анализ насилия в отношении женщин к критике патриархата, понимаемого как господство мужчин над женщинами. Мужская власть является основной характеристикой общественных и межличностных отношений, в которых подавляются женщины. Насилие над женщинами — это следствие проявления мужского доминирования в обществе и семье, результат гендерного неравенства.

Социалистический феминизм утверждает, что подавление женщин функционально для капитализма, так как он поддерживается неоплачиваемым трудом женщин, которые также служат резервной рабочей силой, используемой только при необходимости. Сама семья, где муж выступает как единственный кормилец жены и детей, также способствует стабилизации капиталистического общества. Первоначально жена зависит от мужа только экономически, но вскоре это оборачивается эмоциональной зависимостью и пассивностью. Она боится потерять экономическую безопасность, поэтому он приобретает над ней полную власть. А мужчины боятся потерять работу и накопившееся напряжение (стресс и чувство депривированности) «выплескивают» на своих жен, пытаясь обрести чувство внутреннего равновесия. Таким образом, существующая при капитализме модель гендерных отношений порождает разные формы насилия мужчин над женщинами.

Биолого-эволюционный подход опирается на принцип естественного отбора эволюционной биологии и на принцип поведения, обусловленного поведенческими механизмами или инстинктами. Основная мысль представителей данного подхода заключается в том, что социальное поведение мужчин является результатом их природных биологических наклонностей, выработанных в результате эволюционного процесса [56]. Суть рассуждений представителей этого подхода сводится к формированию в процессе эволюции явления полового диморфизма, т. е. закрепления у особей мужского и женского пола различных признаков: физической агрессии, соревновательности, эмоциональной независимости и инструментального подхода к решению проблем — у мужчин, а у женщин — пассивности, склонности к сотрудничеству, эмоциональной зависимости и склонности к заботе. По мнению психологов-эволюционистов, «естественное» предназначение мужчин сводится к конкуренции за статус и защите ресурсов, которые обеспечивают им право на воспроизводство своего генотипа, поэтому наделила их большей агрессивностью.

Биологический детерминизм нашел отражение в теории *агрессивного инстинкта*, в которой сходятся взгляды на природу агрессии основателя психоаналитического направления в психологии Зигмунда

Фрейда и авторитетного исследователя агрессии этолога Конрада Лоренца. Несколько основных тезисов объединяют их определение агрессии. Агрессия — естественное внутреннее свойство человека. Человек обладает врожденной склонностью (влечением) к агрессивности. Агрессивная энергия периодически аккумулируется в человеке и нуждается в выходе или трансформации. З. Фрейд полагал, что агрессивное поведение может быть самоцелью. К. Лоренц подчеркивал, что агрессия предназначена для адаптивных целей, агрессивное побуждение может накапливаться или переноситься, смещаться на другие объекты. Общая схема, отражающая теоретические положения теории влечения, приблизительно такова: агрессивное влечение — запускающий стимул (Лоренц) — агрессивное поведение.

Сегодня любую из теорий влечения скорее можно отнести к устаревшему историческому багажу психологии, но не стоит недооценивать их влияние. Отношение к агрессии как к неизбежному злу человеческой природы очень широко закрепилось в общественном сознании, культуре современного человека. По поводу подростков, совершающих групповые асоциальные разбои и бесчинства, очень любят задавать вопрос: «А куда им девать свои агрессивные влечения? Спорт многим недоступен, вот и “маются дурью”...» [8. С. 155]. Мужчины, проявляющие жестокость по отношению к своим партнершам, часто отрицают свою ответственность («накопилось») и оправдываются, обвиняя женщин («довела»). В различных вариациях можно услышать от агрессоров, когда они рассказывают о своем жестоком поведении: «Она довела меня до края»; «Она выводит меня»; «Она знает, какой я»; «Если бы она не сделала х, я не сделал бы у»; «Она все продолжала (ныть)» [38].

В рамках *бихевиористского* подхода сформулирована *фрустрационная теория* (Н. Миллер, Д. Доллард, Л. Берковиц) о том, что любая неприятная стимуляция приведет к эмоциональной агрессии в той степени, в какой она порождает неприятные ощущения [62. С. 60]. При этом энергия агрессии не обязательно разряжается на своей первопричине. Страх наказания или осуждения за агрессию, направленную непосредственно на источник фрустрации¹ или других неприятных переживаний, может обусловить смещение агрессивного побуждения на какую-нибудь другую мишень. В результате вместо прямого ответа человек переносит свои враждебные чувства на более безобидные мишени. Именно о таком переносе идет речь в старом анекдоте о муже, который бранит жену, которая кричит на сына, который пинает собаку, которая кусает почтальона; а все это происходит потому, что на работе

¹ Фрустрация — блокирование целенаправленного поведения.

муж получил нагоняй от начальника.

Чтобы нивелировать свою ответственность в ситуации семейного насилия, мужчина обычно начинает рассказ о нападении на свою партнершу словами: «Ну, у меня тогда был такой тяжелый день на работе» или «У нас были проблемы с деньгами». Подобное декорирование жизни обидчика стрессом представляет собой попытку сделать его действия понятными, обусловленными внешними обстоятельствами. Мужчина представляется в виде герметичного сосуда, который взрывается, когда давление достигает определенного уровня: это как упрощенная, так и неверная картина. Следует ответить на вопрос, что именно в структуре отношений этого мужчины с партнершей позволяет ему проявлять жестокое поведение по отношению к ней в те моменты, когда он сам оказывается под давлением? Если присмотреться поближе, «причина» стресса / давления сводится к тому, что он воспринимает партнершу либо как причину насилия (обвинение партнерши), либо как человека, который должен доставлять ему удовольствие («он наделен правами») [36].

Теория социального научения (А. Бандура) рассматривает агрессию не с точки зрения фрустрационных условий и наказаний, а с точки зрения вознаграждающих ее последствий. Альберт Бандура считал, что мы обучаемся агрессии не только потому, что это бывает выгодно, но также перенимаем ее как модель поведения, наблюдая за другими людьми [31]. Согласно теории социального научения дети посредством наблюдения за другими людьми узнают, что агрессия иногда может приводить к получению вознаграждения. Вознаграждения могут поступать напрямую — например, когда отец покупает своему сыну мороженое после того, как тот принимает участие в драке. Бандура полагает, что вознаграждение может поступать и в косвенной форме. При просмотре кинофильмов и телепрограмм, в которых привлекательные и симпатичные персонажи бьют других ногами и кулаками, а также стреляют в тех, кто подвергает их состоянию стрессу, дети усваивают, что насилие является приемлемым способом разрешения конфликтов. Например, 14-летний Майкл Карнил застрелил восемь своих одноклассников в Падуке, штат Кентукки, после того, как накануне просмотрел фильм, в котором кинозвезда Леонардо Ди Каприо проделывал то же самое.

Бандура утверждает, что наблюдение детей за моделированным насилием может привести к научению на нескольких уровнях. Во-первых, наблюдатель может усвоить новые методы агрессии (независимо от того, получает агрессор вознаграждение или нет). Например, после просмотра фильма, где была сцена, в которой мужчину облили

бензином и сожгли, группа подростков проделала то же самое с женщиной, идущей домой из продуктового магазина. Во-вторых, наблюдатель может узнать, есть ли шансы получить вознаграждение за агрессивное поведение (если модель наказывают, ребенок узнает, что в данной ситуации не следует поступать агрессивно; если модель поощряют, то ребенок узнает, что тут агрессия имеет право на существование) [62. С. 69].

В последнее время специалистами осознана еще одна важная сторона семейного насилия, которая до недавнего времени оставалась «невидимой». Дело в том, что огромная часть актов насилия, включая избиения и изнасилования, происходит на глазах у детей. Исследования показывают, что в 90 % случаев насилия в семье дети находятся в той же комнате или в соседней. Более того, специалисты подчеркивают, что в семьях, подверженных проявлениям насилия, существует повышенная вероятность насилия над детьми [36].

Личностное развитие детей, которые растут в семьях с насилием, нарушается. По обобщенным данным исследователей, около 60 % таких детей в дальнейшем становятся или жертвами, или обидчиками. Поэтому важно, чтобы даже те дети, которые сами не являются жертвами насилия, но были свидетелями жестокого обращения в семье, также получали помощь и поддержку со стороны специалистов, работающих с семьей. Особое значение в работе с этими детьми будет иметь информационная, образовательная и воспитательная деятельность по изменению традиционных стереотипов, основанных на превосходстве одного пола над другим.

По результатам исследователей из США, 94 % мальчиков, которые только наблюдали жестокое обращение с близкими, но сами не подвергались физическому насилию, применяли насилие в своих собственных семьях. Дети, которые подвергались физическому насилию, не прибегали к такой модели поведения, считая ее неприемлемой [46. С. 500].

Специалисты, работающие с мужчинами, совершающими насилие в семье, отмечают, что агрессор может представлять корни своего насилия в своем детском опыте жертвы жестокости, а не в конструкции его теперешних отношений с партнершей. Это правда, что насилию в семье учатся и что одной из наиболее сильных своего рода тренировочных площадок была семья, в которой мужчина рос. Однако не все свидетели жестокости в отношении родителей и жертвы семейного насилия становятся агрессорами [36].

У некоторых мужчин, совершающих насилие в семье, в детстве был опыт переживания чрезмерной жестокости, которая часто повторялась и наносила серьезный ущерб их самооценке и способности

создавать близкие отношения в дальнейшей жизни. Нередко эти мужчины в течение длительного времени имели проблемы, связанные со злоупотреблением психоактивных веществ, и нарушали законодательство. Однако важно отметить, что они часто склонны минимизировать последствия своих действий, не способны проявлять сочувствие и сожаление; для адекватной помощи им необходим очень высокий уровень контроля над риском. К счастью, подобные случаи наблюдаются лишь у незначительного количества мужчин, совершающих насилие в семье. Подавляющее большинство нарушителей не входят в описанную выше подгруппу, однако они часто воспринимают себя как жертву и считают свое жестокое поведение ответной реакцией на свои «гонения» в прошлом. Их желание рассмотреть свой опыт, когда их «испортили» и поступили с ними несправедливо, является механизмом, который не позволяет осознать собственное жестокое поведение, тем самым они возлагают вину за него на других [42].

В заключение еще раз следует отметить, что будет ошибкой рассматривать домашнее насилие только как психологическую проблему, игнорируя ее социокультурный базис и ее статус гендерной проблемы, в результате чего происходит определенная «патологизация» пострадавшей женщины и решение проблемы сводится только к использованию терапии. На самом деле основа проблемы насилия коренится не в поведении супружеской пары в целом или женщины в частности, но в мужском поведении, подкрепленном всей системой общественных взглядов, норм, культурных ценностей [44].

1.3. Признаки насилия над женщиной

Домашние тираны и деспоты — принадлежность любых классов и сословий, они есть среди людей с разным уровнем образования и любой национальности.

Насилие и его влияние на здоровье [38]

Виды домашнего насилия

В специальной литературе выделяются следующие виды домашнего насилия:

- психологическое,
- экономическое,
- физическое,
- сексуальное.

Конкретный случай домашнего насилия может включать в себя все четыре вида, несколько или один из них. Данные виды также могут чередоваться во времени и переходить от одного к другому.

Наиболее распространенным видом внутрисемейного насилия над женщинами является *психологическое насилие* — насилие с применением словесных и психических средств, принижение достоинства женщины, оскорбления, пренебрежительное отношение, ведущее к утрате самоуважения, упреки, брань, в том числе нецензурная, грубость, запугивание.

Эмоционально-психологическое насилие заключается в умышленном периодическом или постоянном психическом воздействии одного члена семьи на другого с целью получения власти и контроля.

Оно может проявляться в форме:

- а) игнорирования психологических потребностей женщины:
 - потребностей в безопасности, принятии, саморазвитии и самореализации; изоляции — установлении жесткого контроля над сферой общения женщины, запрет на общение с друзьями, коллегами, родственниками, в некоторых случаях запрет на общение с детьми;
 - в форме постоянных угроз и унижения: уничтожение и разрушение личного пространства женщины, ее вещей; представление детям и другим людям искаженного портрета женщины;
 - ирония, насмешки в ее адрес;
 - желание поставить партнершу в неловкое положение и продемонстрировать другим людям ее недостатки;

б) в форме отвержения женщины, создания семейной коалиции против нее:

– нежелание мужа проявлять внимательное, заботливое отношение к ней (эмоциональная холодность).

Личность женщины намеренно обесценивается; она становится аутсайдером в семье. В форме принуждения женщина может быть свидетелем насилия над ее детьми. В данном случае она не только вынуждена наблюдать насилие, но не имеет права и реальной возможности защитить своих детей.

Очень важным аспектом проявления насилия является изоляция жертвы обидчиком. Это выражается в том, что он постепенно разрушает социальное окружение и контакты женщины, начиная с родительской семьи, как правило, путем постепенных манипуляций.

Повторяющееся насилие ведет к значительным психологическим страданиям, посттравматическому стрессу, депрессии, непроходящему чувству страха, а иногда и к более серьезным последствиям — к попыткам суицида. Психологическое насилие влечет за собой разрушение личности женщины, ее социальную дезадаптацию (неприспособленность).

Еще одним распространенным видом домашнего насилия над женщиной является *экономическое насилие*, которое проявляется:

- в отказе средств на содержание детей;
- в утаивании доходов; трате семейных денег, самостоятельном принятии большинства финансовых решений;
- в покупке товаров не учитываются потребности жены;
- в обязательном отчете о потраченных средствах и т. д.

Женщины вынуждены регулярно просить деньги у мужа, отчитываться за все или большую часть произведенных расходов. Они не имеют, в отличие от мужей, средств, которые могут потратить на себя. Часто экономическое насилие проявляется в форме запрета на продолжение обучения, возможности профессиональной карьеры. В случае проявления самостоятельности женщин могут появиться угрозы оставить ее без средств существования, отказ в денежной поддержке из-за «плохого поведения жены».

Экономическая зависимость делает женщину особенно уязвимой и повышает вероятность домашнего насилия. Жертвами экономического насилия также становятся женщины, чей доход значительно превышает доход мужа. Муж забирает зарплату жены и распоряжается всеми средствами. В таких случаях женщины зачастую испытывают чувство вины и жалости, при этом не осознавая,

что попали в ситуацию домашнего насилия. Данная форма насилия не попадает под определение правонарушения и очень опасна. Она создает предпосылки к безнаказанному совершению психического, физического и сексуального насилия, так как у женщины прослеживается зависимость от мужа.

До 95 % женщин, обратившихся в кризисные центры, страдают от *физического насилия*. Оно может быть прямым или косвенным.

Прямое воздействие на жертву с целью причинения физического вреда выражается в физических действиях:

- без нанесения телесных повреждений (побои, пинки, шлепки, толчки, пощечины, бросание объектов и т. п.);
- с нанесением телесных повреждений легкой, средней и тяжелой степеней.

Телесное наказание в семье, какими бы благими намерениями оно ни прикрывалось, тоже является одной из форм домашнего насилия. К физическому насилию причисляется уклонение от оказания первой медицинской помощи, депривация сна, лишение возможности отправления жизненно важных функций (например, отказ в душе и туалете), привлечение к использованию алкоголя и наркотиков против желания жертвы.

Нанесение физического вреда другим членам семьи и животным с целью психологического воздействия на жертву распознается как косвенная форма физического насилия.

К последствиям физического насилия необходимо отнести не только физические травмы, головные боли, бессонницу, но и формирование «синдрома избиваемой женщины» (где полем боя для женщины становится пространство вокруг семейного очага). В этом случае она чувствует себя слабой, беспомощной, контролируемой и считает, что не в силах нести ответственность за собственную жизнь. К личностным изменениям можно отнести депрессию, замкнутость, высокий уровень тревожности, снижение уровня самооценки, страх (партнера, темноты, мужчин, нестандартных ситуаций и т. д.).

Как правило, физическое насилие сочетается с сексуальным насилием над женщиной. *Сексуальное насилие* — это совершение сексуальных действий против воли партнера, а также принуждение партнера к неприемлемым для него приемам, способам сексуальных отношений. Изнасилование в браке — преступление, которое до сих пор не считается преступлением. Во многих странах мира брак рассматривается как наделение мужчины безусловным правом на сексуальные отношения с супругой и правом применения силы в случае ее отказа.

Сексуальное насилие в семье включает в себя:

- секс без обоюдного согласия, против желания, с применением физической силы, угроз, запугивания;
- насильственное совершение полового акта после побоев;
- секс как средство унижения и оскорбления;
- сексуальный шантаж;
- принуждение к половым отношениям в неприемлемой для женщины форме;
- принуждение к половым отношениям в присутствии других людей или с третьими лицами;
- причинение боли и вреда здоровью жертвы посредством действий сексуального характера.

Нормальное сексуальное поведение — это поведение, соответствующее возрастным и полоролевым онтогенетическим закономерностям данной популяции, осуществляемое в результате свободного выбора и не ограничивающее в свободном выборе партнера. В интимных отношениях важным является отношение к другому человеку как к самоценности, способность к децентрации, самоотдаче и любви как способу реализации этого отношения, потребность в позитивной свободе, способность к свободному волепроявлению, возможность самокорректирования будущего.

Для диагностики факта насилия в сексуальном взаимодействии партнеров были разработаны критерии нормальных партнерских отношений, включая:

- различие пола;
- зрелость;
- взаимное согласие;
- стремление к достижению обоюдного согласия;
- отсутствие ущерба здоровью;
- отсутствие ущерба другим людям.

Впоследствии было введено понятие индивидуальной нормы, в котором акцентировались биологические аспекты семейно-брачных отношений. В случае сексуального насилия партнер относится к другому как к средству, он не способен на любовь и самоотдачу, не верит в собственные возможности, не способен к свободному проявлению воли, его жизнедеятельность подчиняется внешним обстоятельствам, у него отсутствует внутренняя ответственность перед собой и другими людьми.

Сексуальное насилие очень часто присутствует в ситуации насилия в семье (30–46 % — по данным Американской медицинской ассоциации и 25 % — по данным российских кризисных центров) и обла-

дает повышенной латентностью. Причина здесь кроется в гендерных стереотипах: во многих других странах мира, в том числе и в России, мужчина в браке наделяется безусловным правом на сексуальные отношения с супругой и на применение силы в случае ее нежелания вступить в сексуальный контакт.

О сексуальном насилии в семье, как правило, заявляют женщины, которые имеют сравнительно небольшой срок супружеско-партнерских отношений, небольшое количество детей, не относятся к группам социального риска по безработице. Это женщины, которые осознают свои права на свое тело, что связано с сексуальным просвещением. Женщинам — представительницам более старшего возраста, как правило, проблема сексуального насилия в браке может вообще казаться несуществующей, как и возможность насилия в браке.

К последствиям сексуального насилия над женщинами относят физические и психологические последствия, которые могут носить характер как ближайших, так и отдаленных последствий.

Так, к физическим последствиям сексуального насилия относят:

- хронические боли в тазовой области без явных признаков заболевания;
- гинекологические отклонения;
- частые инфекции мочеполовой системы;
- расстройство сна, аппетита;
- физическое переутомление;
- невозможность справляться даже с минимальными физическими нагрузками.

Психологическими последствиями данного вида насилия могут быть такие проявления, как:

- психическое переутомление;
- длительное эмоциональное напряжение;
- злоупотребление алкоголем;
- неустойчивость настроения со вспышками злобно-тоскливого состояния, тревога;
- утрата интереса к жизни;
- ограничение и предельная формализация контактов с окружающими людьми;
- отвращение к себе.

Наиболее тяжелой реакцией на любое насилие является низкая самооценка, которая способствует сохранению и закреплению психологических нарушений, связанных с насилием. Личность с низкой самооценкой переживает чувство вины и стыда, у нее доминирует убежденность в собственной неполноценности и ущербности.

Женщины, подвергающиеся насилию в семье, приобретают *психологические механизмы защиты*. Они проявляются в том, что женщины часто отрицают или принижают степень насилия. В некоторых случаях преуменьшение или отрицание насилия может помочь жертве просто пережить насилие — блокируется, увеличивается порог боли. Часто она «защищает» насильника от тех, кто его осуждает, и пытается оправдать его поведение, найти причины (иногда это выглядит как «самоидентификация с агрессором» в терминологии психоанализа) — так легче пережить ситуацию, что ее близкий человек избивает и унижает ее.

Они верят во все мифы о насильственных отношениях, имеют традиционные представления о семье и о подчиненной роли женщины в семье и обществе, берут ответственность за происходящее в семье, за действия обидчика на себя, винят себя в том, что не могут удержать семью от распада, боятся общественного осуждения, что не справились с ролью «хранительницы очага», верят в «женское предназначение», верят в то, что сексуальные отношения могут стабилизировать отношения в целом.

Резкое ухудшение здоровья в результате домашнего насилия может сопровождаться потребностью женщины немедленно уйти от мужа. Однако она не может этого сделать по ряду причин, что усугубляет внутренний психологический дискомфорт. Наиболее типичные причины, не позволяющие женщинам, страдающим от насилия в семье, изменить свою жизненную ситуацию:

- 1) страх ухода (женщина, рискнувшая уйти, подвергается иногда смертельной опасности);
- 2) незнание собственных прав и возможностей;
- 3) наличие жилищной проблемы (отсутствие реальных законодательных мер, гарантирующих возможность расселения или обмена обшей с насильником квартиры);
- 4) экономические проблемы (невозможность создания одной того же материального уровня в семье, абсолютная экономическая зависимость женщины от мужа, отсутствие работы и т. д.).

К нерешительности приводят и многочисленные неверные социальные установки относительно семьи и брака, такие как:

- Развод — признак поражения женщины.
- Насилие присутствует во всех семьях (только все члены семьи стремятся его скрывать).
- Семья — это женское предназначение, и только женщина несет ответственность за то, что происходит в семье.
- «Без меня он пропадет».

- Необходимо жертвовать собой и все терпеть ради детей.
- Помощь найти невозможно — чужие проблемы никому не нужны и т. д.

Процедуры констатации факта домашнего насилия

Оценка сексуального принуждения и насилия должна быть проведена в процессе рутинных первоначальных посещений и обследований, при обсуждении контроля рождаемости и безопасного секса и по результатам гинекологических консультаций.

Специалисты должны учитывать вероятность домашнего насилия в тех случаях, когда объяснение женщины о причине телесных повреждений не выглядит правдоподобно, когда ее обращение за медицинской помощью было отсрочено или когда ее жалобы звучат неопределенно. Обычные виды телесных повреждений включают:

- ушибы, царапины, растяжения, разрывы, а также переломы;
- травмы головы, шеи, груди, живота и гениталий;
- многочисленные повреждения в различных местах (кроме тех случаев, когда пациентка попала в автомобильную или иную катастрофу);
- повторяющиеся или хронические травмы;
- синяки на разных стадиях заживания.

По данным исследований, женщина подвергается большему риску насилия, когда она беременна. Поскольку опасность существует для матери и для плода, оценка насилия должна стать частью предродового и послеродового ухода. Врачи должны осознавать также, что подростковая беременность может быть результатом насилия в сексе при встречах и может привести (или, возможно, уже привела) к отношениям с насилием. Характерными признаками насилия в этом случае являются:

- травмы, особенно в области груди, живота и гениталий, или необъяснимые боли;
- применение наркотических средств, плохое питание, депрессия, позднее или нерегулярное обращение в женскую родовую консультацию;
- «спонтанные» аборт, выкидыши, ранние роды;
- нежелательная беременность, короткие интервалы между беременностями и др.

По своему субъективно переживаемому человеком состоянию, физиологическим реакциям, поведенческим реакциям синдром из-

бываемой женщины близок к посттравматическому синдрому, возникающему у лиц, переживших острую психологическую травму. Под травмой понимают внезапную массивную и непреодолимую угрозу безопасности человека.

Женщины, подвергающиеся насилию, часто переживают такие состояния, как:

- страх перед партнером;
- чувство беспомощности;
- часто захватывающие человека дистрессовые воспоминания, мысли о пережитом;
- депрессивные состояния;
- чувство отдаления и отчуждения от других;
- недоверие к партнеру;
- потеря уважения к себе, низкая самооценка;
- чувство вины и самообвинения;
- притупление чувств (например, неспособность переживать сильные положительные чувства);
- ограничение перспектив (возможность изменить свое состояние, не видит путей нормализации ситуации);
- нарушения сна, различные психосоматические нарушения (гипертония, головные боли, боли в желудке, сердечные боли);
- раздражительность, эмоциональная неустойчивость, гневливость, плаксивость;
- суицидальные мысли и попытки.

Как следствие, могут возникать и изменения в социальном поведении и статусе: алкогольная или наркотическая зависимость; изменение психологического состояния или получение травм может привести к инвалидности, потере работы, бедности, проблемам с питанием, снижению материального положения. И как следствие — самоубийство.

Психиатрические симптомы домашнего насилия характеризуются наличием:

- чувства изоляции и неспособности справиться с ситуацией;
- попыток или жестов самоубийства;
- депрессии;
- приступов паники или других симптомов нервного возбуждения;
- злоупотребления алкоголем или наркотиками;
- посттравматических стрессовых реакций и/или нарушений.

Оценка насилия в семье, особенно сексуального насилия над детьми, должна быть включена как стандартная часть психиатрических опросов и оценок. Стресс по поводу насилия в семье может осложнить

нездоровые психически отклонения.

Рутинная оценка семейного насилия и истории насилия над детьми в семье пациентки важна как для мужчин, так и для женщин в программах реабилитации от алкогольной и наркотической зависимости. Около 75 % всех жен алкоголиков испытывали угрозы, а 45 % — нападения со стороны своих партнеров.

Пострадавшие от насилия женщины развивают определенную модель поведения как реакцию на стресс от происходящего насилия. Такие клиентки могут выглядеть испуганными, пристыженными, смущенными или уклончивыми. Пострадавшая женщина может полагать, что она заслужила насилие, поскольку это ей говорит обидчик, и она может принимать на себя ответственность за его жестокое обращение, чтобы сохранить какое-то чувство контроля над своей ситуацией.

К другим поведенческим характеристикам жертв насилия можно отнести следующие ситуации:

- партнер сопровождает пациентку на визит к врачу, настаивает на своем присутствии и отвечает на все вопросы, направленные к ней;
- пациентка неохотно говорит и не проявляет несогласия в присутствии партнера;
- интенсивная иррациональная ревность или властность, выраженная партнером или отмеченная пациенткой;
- отрицание или преуменьшение насилия партнером или пациенткой;
- гипертрофированное чувство личной ответственности за отношения, включая самообвинения по поводу жестокости партнера;
- равнодушие по отношению к серьезности телесных повреждений.

Стандартный опрос пациентов во время ежегодной диспансеризации может помочь в раскрытии случаев насилия. Жертвы могут иметь очевидные признаки насилия, такие как множественные ушибы и переломы, что облегчает задачу врача, когда он задает вопросы о причинении намеренных телесных повреждений. Менее очевидные факты, свидетельствующие о насилии, включая заболевания, связанные со стрессом, такие как: головные боли, боли в области кишечника, депрессия — требуют более сложной методики опроса для выяснения основной причины заболевания. Серьезность домашнего насилия и потенциальная смертность, связанная с этой проблемой, вынуждают врачей ставить быстрый диагноз и оказывать немедленную помощь.

1.4. Концептуальные изменения в работе с партнерским насилием

Несмотря на то что в мире проблема насилия в партнерских отношениях изучается более 40 лет, дискуссии по поводу распространенности данного феномена, концепций и ценностей, разделяемых исследователями и терапевтами, общественными организациями и институтами, продолжаются.

Насилие в отношении интимного партнера (НИП) определяются, как правило, как инциденты нападений (физических и вербальных), сексуального насилия, преследования и угроз, совершаемых партнером или бывшим партнером.

НИП большинство исследований рассматривает как насилие мужчин над их женщинами-партнерами, хотя есть небольшое количество исследований, которые упоминают мужчин, ставших жертвами насилия со стороны женщин. Результаты исследований зависят от контекста, терминологии и способов формулирования вопросов. Если целью исследования является насилие или преступление, то результат показывает, что женщины чаще становятся жертвами НИП со стороны мужчин. Исследования, которые используют терминологию конфликта, акцентируют внимание на том, что гендерные различия незначительны (чаще всего это исследования насилия в подростковой и студенческой среде).

Закономерно появляется вопрос о дифференцировании этих двух типов насилия. Насилие, которое направлено на женщин, чаще всего является систематическим, имеет серьезные последствия для здоровья, другие негативные воздействия на пострадавших. Неравный дисбаланс власти между мужчинами и женщинами в партнерских отношениях является сейчас одним из ведущих объяснений партнерского насилия и его высокой латентности. Кроме того, среди мужчин не найдено ни одной клинической группы, которая бы развивала ПТСР после насилия со стороны партнерш.

Насилие между молодыми людьми обоих полов является проявлением других условий и не может быть использовано в качестве аргумента в пользу равного применения насилия со стороны мужчин и женщин в близких отношениях, так как молодые люди не находятся между собой в зависимых отношениях (экономических, жилищных, родительских обязательств).

За эти годы в Европе и США были выделены следующие концепции и подходы в связи с пересмотром термина «домашнее насилие» партнерского насилия:

- ориентированные на пострадавших;
- ориентированные на различные формы семейной терапии;

- ориентированные на обидчиков;
 - основанные на анализе власти и экологическом подходе.
- Рассмотрим их последовательно в порядке исторического возникновения.

Под влиянием фрейдизма наиболее ранним направлением стала концепция с фокусированием на пострадавших. Большинство исследований по избиению женщин фокусировались на неадекватном поведении самих избитых женщин. Критика этого подхода феминистскими исследователями отражена в работах. Исходная формулировка по поводу избитых женщин «как мазохисток или патологичных» была в дальнейшем изменена. Тем не менее эта перспектива и другие обновленные версии этой же концепции, осуждающие жертв насилия в неадекватном поведении, продолжают влиять на исследования и обращения с женщинами. «Теории» о том, что некоторые женщины, испытывающие насилие, продолжают искать ситуации с насилием или насильственных партнеров, является новым вариантом устаревшей мазохистской теории. Объяснение акцента на «неадекватности» избитых женщин происходит из индивидуальной потребности верить в справедливый мир и в свою собственную неуязвимость в нем. Дело еще и в том, что приход избитых женщин в убежище или на терапию делает их более доступными для исследователей, как и само превалирующее представительство женщин как клиентов делает их более доступными для воздействия профессионалов. Личность и поведение женщин становятся тем, что легко измерить (возможно, изменить), и поэтому их поведение и личностные особенности легко рассматривать как проблематичные.

В дальнейшем было признано, что многие виды поведения, которые используются для описания личностных расстройств у женщин, являются чертами, появившимися в результате реактивных реакций на виктимизацию, и имеют тенденцию исчезать или уменьшаться, когда насилие уменьшается.

Изменения представлений о женщинах как пассивных жертвах произошли из-за усилий феминистского движения по организации кризисных центров и убежищ для женщин в конце 70-х и начале 80-х годов XX века. Убежища стали тем фактором вмешательства, который обеспечил пострадавших большим выбором, чем было раньше. Термин «жертва» ушел из дискурса и был заменен на *survivor* — «выжившая». На ранних этапах создания убежищ их сотрудники сопротивлялись тенденции психологов-консультантов паталогизировать избитых женщин. Однако когда финансирование убежищ стало происходить за счет государства, они стали представлять собой последний ресурс в терминах решения проблемы

насилия в семьях. Убежище может создать у женщин иллюзию решения проблем и позволить думать, что самое главное — это покинуть партнера. Например, полиция и прокурор ожидают, что женщины с детьми должны покинуть дом. Но с течением времени было осознано, что убежище не является и не может быть решением проблемы ПИН. Убежище обеспечивает только временное укрытие для небольшой части женщин.

В концепции с фокусированием на семью, помимо раздельного воздействия на пострадавшую и насильника, активно развивался системный подход к семейной психотерапии. Он использовался для понимания трудностей, вызванных не дисфункциями отдельного индивида, а результатом дисфункциональных интеракций среди членов группы, семьи, пары. Основанная на естественнонаучном представлении о поддержании гомеостаза в системах, системная семейная терапия базируется на комплексных факторах, которые влияют на насилие среди близких родственников. Эта теория предполагает, что оба партнера участвуют в насильственном поведении и эскалации конфликта, хотя не обязательно на равных. Циклические (а не линейные закономерности) позволяют объяснить интеракционные фазы, которые поддерживают насилие. Поэтому важно взаимодействовать с парой индивидуально или в группе с другими парами, чтобы помочь понять им собственный вклад во взаимодействие и научить навыкам изменений паттернов.

В процессе системной семейной терапии многие пары признают и осознают взаимное и эквивалентное обоюдное насилие. Такие программы для пар включают навыки взаимодействия, коммуникации, разрешения конфликтов, решения проблем, управления стрессом и контроль гнева. В основном семейная терапия результативна для тех, кто выражает желание остаться вместе, где насилие имеет легкий или средний уровень, где отсутствует риск опасности для жизни.

Критика семейной терапии касается представлений о том, что насилие рассматривается как результат интерактивного паттерна, что предполагает ответственность жертвы за насилие, которое над ней произвел насильник. Подобная позиция уменьшает ответственность насильника за свое поведение, а также способствует игнорированию криминального аспекта этого насилия и влияния травмы насилия на жертву. В результате в некоторых штатах было запрещено семейное консультирование, вместо которого проводится только работас насильниками. Для определения возможности проведения семейной терапии в случаях партнерского насилия на основании типологии насильников из них отбирают только безопасных.

Новая модель супружеской терапии начинается с этапа индивиду-

альной терапии (с разными целями для партнеров), которая заканчивается совместными сессиями для решения проблем отношений. Важно, что при этом мужчины-терапевты работают с мужчинами-обидчиками.

В концепции с фокусированием на насильника перенос центра внимания на насильника произошел только после создания системы профилактики убийств и увечий женщин в виде убежищ. Большинство исследователей в США и Европе пришло к мнению, что для систематического снижения рецидивов НИП необходимы программы по изменению поведения самих обидчиков. Многие судьи в США и Европе стали понимать, что штрафы и арест имеют ограниченный и непрямой эффект на насильника, который ведет себя непредсказуемо и нерационально. Вместо этого судьи и прокуроры стали направлять мужчин на программы для обидчиков до судебного процесса или в качестве дополнительного направления при тюремном заключении. Так, в 2007 году в США существовало уже 2 265 программ для насильников. К 2008 году 45 штатов разработали свои стандарты программ, которые отличались друг от друга продолжительностью, модальностью и акцентами.

Самый полный и современный обзор по проблеме домашнего насилия [72] посвящен исключительно субъекту домашнего насилия. В связи с этим все концепции и теории направлены на то, чтобы найти объяснения тому, почему обидчики бьют и преследуют своих интимных партнеров. Ориентация на насильника в рамках социального вмешательства способствует решению самой важной утилитарной задачи теории и исследований — как остановить насильника и обеспечить безопасность жертвы, а также как законодательство, полиция и система здравоохранения помогут в решении этой задачи.

Авторы обзора выделяют две основные группы теорий: теории насилия, сфокусированные на индивидах, и социологические теории насилия.

Теории насилия, сфокусированные на индивидах

В первой группе теорий последовательно обсуждаются: 1) роль и типология насильников; 2) связь насилия с индивидуальными нейробиологическими факторами; 3) личностные расстройства насильников, в том числе страхи, тревога и психические расстройства; 4) коммуникативные проблемы, проблемы контроля и низкая самооценка; 5) злоупотребления веществами; 6) незрелость личности.

Было проведено множество исследований обидчиков с целью

идентифицировать универсальный личностный профиль насильника. Несмотря на невозможность его однозначного определения, большинство исследователей отметило личностные расстройства и характеристики, которые характеризовали обидчиков. Большинство из них имели высокий уровень асоциальности, пограничности, нарциссизма, пассивной агрессивности, депрессии, антисоциальных тенденций. Так как насильники не представляли гетерогенную группу и нуждались в разных стратегиях вмешательства, то их разделили на следующие типы по различным классификационным основаниям:

- по серьезности наносимых повреждений и увечий: серьезные нарушения и легкие;
- по злоупотреблению веществами: употребляющие и не употребляющие;
- по типу личности: тираническая, психотическая, демонстративный спасатель, скрытый альтруист;
- по поведенческому типу: социопат, антисоциальный, типичный насильник;
- по месту насилия: генерализованный насильник и совершающий насилие только в семье;
- по степени эмоциональной волатильности и неустойчивости;
- по трем субтипам совершения насилия: только в семье, дисфоричный/пограничный, насильственный вообще (антисоциальный).

Мишель Джонсон предложил 4 типа насильника, исходя из феминистской теории патриархатного контроля:

- терроризм в интимных отношениях, при этом контроль может быть комбинированным;
- сопротивление насилию, когда оно происходит, чтобы сопротивляться терроризму в интимных отношениях. Таким образом, этот вид насилия является реакцией на происходящее насилие в интимных отношениях. Это не самооборона, это реакция на все глобальное насилие, которое происходило со стороны обидчика;
- ситуационное супружеское насилие. Без серьезных повреждений, под влиянием алкоголя;
- взаимные попытки контроля.

Наркотики и алкоголь рассматриваются как постоянный фактор риска в использовании насилия по отношению партнера женщины. В то же время есть данные о том, что насилие и избиения могут быть независимыми от употребления психоактивных веществ. Различные недостатки в системе навыков и представлений влияют на проявление насилия против женщин: это низкий уровень уверенности и более низкая самооценка, более негативные установки по отношению к другим и

более высокая потребность во власти.

Социологические теории насилия

Группа социологических теорий последовательно рассматривает роль семьи, социального контроля, межпоколенного научения роли насильника, социально-экономический статус насильника. Так, межпоколенное насилие объясняется внутриспоколенческой трансмиссией насилия, которая включает: модели, подкрепление, интернализацию, тренировку (пробу) возможностей, обучение функциональной ценности насилия. Родители обучают детей (в основном сыновей) тому, что насилие и агрессивное поведение есть приемлемый способ решения проблем с гневом и разрешением конфликта, что контроль и доминирование в семье — значимые преимущества. В связи с этим сложно объяснить, почему дети, выросшие в семье с насилием, сами потом не применяют насилие в своих семьях.

Фаган и Векслер (1987), используя экологический подход к насилию, считают, что социокультурные факторы и санкции еще более усиливают родительское воспитание. В этом плане первичная превенция должна быть ориентирована на разрушении цикла внутриспоколенческой трансмиссии.

Концепции, основанные на анализе власти и экологическом подходе, стали новыми направлениями в теории и практике противодействия партнерскому насилию. Они связаны с теорией неравного распределения власти между мужчинами и женщинами на макро- и микроуровнях.

Экологический подход основан на рассмотрении насилия во всем социальном контексте, т. е. принимаются во внимание экономические ограничения и весь юридический контекст, в котором это насилие происходит.

Анализ программ вмешательства и реабилитации насильников показывает, что большинство ПВ построены на феминистском понимании НИП, т. е. в программах акцент сделан на динамике власти и контроля между мужчинами и женщинами. Хотя индивидуальные психологические и психопатологические факторы могут влиять на поведение, тем не менее во многих штатах запрещено использовать программы, основанные на моделях лечения психических расстройств, психодинамическом подходе, понимании агрессии как болезни, созависимости, семейной системы или аддиктивной модели. Общий аргумент по ограничению использования подобных программ заключается в

том, что вышеназванные подходы способствуют минимизации ответственности обидчика и тем самым представляют потенциальную опасность для пострадавших. Если по ошибке жертва включена в программу, то это может еще более виктимизировать ее, особенно если она хочет прекратить отношения с насильником. Тип и длительность программы не так важны, как жесткий мониторинг за обидчиком со стороны судей и работников программ условного заключения.

Таким образом, изменение представлений о причинах и соответствующих вмешательствах в партнерское насилие происходило в несколько этапов:

- 1) от анализа на личностных характеристиках жертвы и обеспечения ее ресурсами для безопасности (система убежищ);
- 2) к акценту на анализе насильственных отношений и семейной (супружеской) терапии;
- 3) до акцента на изменения установок насильников и программ вмешательств по отношению к разным группам насильников.

Эти направления были проверены на адекватность и приемлемость, прежде всего теоретически и прагматически по нескольким причинам. Теоретические объяснения, которые концентрировались на личностных чертах пар (психопатологии индивида или на интеракционных паттернах в парах), оказались недостаточны для объяснений документированного распространения партнерского насилия (*intimate partner violence*). Ввиду ограниченности ресурсов невозможно обеспечить всех пострадавших убежищами, вылечить всем психологическую травму, наказать всех преступников и их реабилитировать. Данный подход не может изменить культурные установки и социальные структуры, лежащие в основе насилия, пока семья, построенная на мужском доминировании, и другие социальные институты, которые ставят женщин и детей в ситуацию риска, кардинально не изменят свои иерархические принципы функционирования и управления.

Политическая риторика и СМИ усиливают насилие и эпидемию преступности в обществе. Тем не менее до сих пор мало исследований, показывающих ПН как следствие эскалации насилия в обществе в целом. Есть некоторые теории, которые обосновывают, что в обществах, где физическая сила есть приемлемый метод разрешения различных конфликтов, а социальный контроль слаб или неадекватен, государство активно продвигает в качестве внешней политики милитаризм, то уровень насилия в семье, в интимных отношениях также высок.

Распространение ПН может быть связано с особым принятием решений и экономических обстоятельств, которые сформировали непартиципационную иерархическую систему с отсутствием доступа к коллективным ресурсам и исключающим коллективные достижения и ответственность. Поэтому первичная превенция связана со снижением властного неравенства и снижением насилия при решении конфликтов на всех уровнях и во всех контекстах общества, включая внутреннюю и внешнюю политику.

После долгих лет игнорирования проблемы насилия в семье в настоящее время большинство современных государств признало, что насилие мужчин над женщинами в партнерских отношениях является одной из самых важных проблем современного общества.

1.5. Экологический подход в работе с мужчинами, совершающими насилие в отношении интимного партнера и своих близких

Для изменения агрессивного поведения мужчин, совершающих насилие в отношении близких людей (партнеров, родителей и детей), необходимо определить основания для проведения и оценки конструктивных вмешательств. Таким основанием, по анализу литературных источников, является экологический подход, который делает акцент на взаимной причинной обусловленности личностных и средовых изменений. То есть этот подход исходит из того, что изменения на индивидуальном уровне могут привести к изменениям в социальной сфере, в то же время изменения социальной среды значительно влияют на изменения в поведении на индивидуальном уровне.

Большой вклад в формирование экологического подхода внес Грегори Бейтсон [7]. Бронфенбреннер предложил структурированную модель, в которой задействованы три основных фактора: поведение индивида, индивидуальные детерминанты, детерминанты окружающей среды. В данной модели Бронфенбреннер выделил микро-, мезо-, экзо- и макросистемы в качестве уровней окружающей среды, которая оказывает влияние на поведение индивида. К микросистеме относится уровень влияния, которое оказывается на индивида при взаимодействии в семье, референтной социальной группой, по месту профессиональной деятельности среди коллег. Мезосистема включает в себя все взаимодействия между подсистемами микросистем, в которых на-

ходится индивид. Эти подсистемы включают в себя взаимодействия между семьей индивида, образовательными учреждениями, кругом друзей, представителями религиозных конфессий. К экзосистеме относятся процессы влияния, исходящие от больших социальных структур и агентств, с которыми взаимодействует индивид. Это может быть общий уровень преступности в стране и уровень коррупции в правоохранительной и судебной системах. Макросистема включает в себя влияние социальных или культуральных норм, религиозных верований, особенностей ментальности, которые воздействуют как на микро-, так и на макро-системы [69; 70]. Все эти подсистемы изменяются с течением времени, т. е. находятся в хроносистеме.

Элементы экологического подхода и ранее использовались в психологии в работах Курта Левина, Скиннера, а позднее Баркера и Уикера [67; 99; 112; 117]. Отечественные психологи предложили структуру из следующих факторов в отношении психолого-социального сопровождения личностного развития:

1. Интраперсональные факторы — такие характеристики личности, как знания, установки, поведение, самооценка, навыки и т. д. Данные факторы включают в себя историю развития личности.

2. Интерперсональные процессы и первичные группы — формальные и неформальные социальные сети и системы социальной поддержки, включающие в себя семью, рабочий коллектив, ближайшее окружение.

3. Институциональные факторы — социальные институты с организационными характеристиками, формальные и неформальные правила и нормативы, принятые в данной деятельности.

4. Факторы на уровне сообщества — взаимоотношения между организациями, институтами и неформальными социальными сетями.

5. Факторы на уровне государственной политики — законы и законодательные акты, а также установки на уровне местного самоуправления, региональной политики и политики государства [11].

Авторы заключают, что знание данных факторов позволяет сформулировать комплекс вмешательств, направленных на индивидуальные и межличностные изменения, изменения на институциональном уровне, на уровне сообществ и на уровне государственной политики.

Таким образом, современный экологический подход представляет собой мультифакторную систему во взаимодействии. Она полезна для оценки и формирования вмешательства в систему ликвидации дискриминации, особенно такого его вида, как насилие над женщинами и детьми в семье. Имеется опыт успешного использования этого

подхода для работы по проблеме насилия над женщинами в работах Карлсона и Даттон. Данный подход был представлен автором на международной конференции «Роль мужчин в преодолении домашнего насилия» (2004) применительно к программам изменения поведения мужчин, совершающих насилие в семье.

Насилие как социальная проблема и, особенно, проблема насилия мужчин над женщинами требуют экологического подхода для понимания сложности данной проблемы и разнообразия уровней вмешательства (на уровне межличностной, организационной, общественной политики и политики сообществ), на которых она может решаться. Поэтому необходимо учитывать выявленные факторы, оценивать уровень предложенной интервенции и как они согласованы с вмешательствами, что осуществляется на других анализируемых уровнях экологической модели.

Описывая экологический подход по изменению поведения мужчин, применяющих насилие в отношении близких, и факторов, оказывающих влияние на данный процесс, мы применили модифицированную экологическую модель Бронфенбреннера с учетом работ других исследователей, в частности в отношении партнерского насилия [79], и 5-факторную психологическую модель.

Именно в этой многофакторной социальной системе совершается, поддерживается, трансформируется и усугубляется насилие против женщин и детей в семье. Таким же образом на всех этих уровнях насилие может снижаться. Психологам необходимо определиться, в какой из подсистем они находятся, и понимать свои возможности и ограничения при работе с насилием в отношении интимного партнера.

В центре экологической модели в данном случае находится мужчина как объект прямых и не прямых воздействий основных систем или экологических подсистем: микро- и мезосистемы, экосистемы, макросистемы и хроносистемы.

При вмешательстве на интраперсональном уровне (аналог микро-уровня) можно использовать следующие интервенционные стратегии: информирование через различные средства массовой информации о программах для мужчин и создание групп поддержки или групп самопомощи. О программе «Альтернатива насилию» можно помещать информацию в Интернете, в печатных популярных изданиях: «Мужское здоровье», спортивных газетах, в «Папином журнале», в информационных рассылках «Фитнес-клубов». Например, мужчина читает большую статью в газете «N» о насилии над женщинами или смотрит ток-шоу. Какие выводы он сделает из этой статьи или передачи, как он

оценит те действия, которые он регулярно совершает дома?

Более массовое и активное продвижение программы «Альтернатива насилию» можно делать, используя модель групп «Анонимные алкоголики» (например, «Анонимные насильники»), или сделать программу «Альтернатива насилию» дополнительной в группах «Анонимные алкоголики». Так как мужчины пока не часто обращаются к психологам (20 % клиентов психологов), редко психологизируют свое проблемное поведение в межличностных отношениях, то консультирование, в том числе и консультирование равный – равному в группах типа «АлАнон» могут способствовать массовому приходу мужчин в группы обсуждения своего агрессивного поведения. В то же время необходимо понимать, что целью вмешательства является не столько непосредственно индивид, сколько характеристики личности, такие как: знания, установки, навыки, стремление следовать поведенческим нормам мирного конструктивного разрешения конфликтов.

На интерперсональном уровне (аналог мезоуровня) межличностные взаимодействия с членами семьи, друзьями, соседями, знакомыми и коллегами могут стать важным источником влияния на поведение индивида и на его личностное развитие. Так, информация о программах для мужчин, применяющих насилие в семье, может быть предоставлена мужчине его родителями, родителями жены, другими родственниками и соседями, друзьями и коллегами. В настоящее время чаще всего жены и партнерши мотивируют мужчин обратиться к психологам, соцработникам для прохождения психокоррекционных программ, создавая внешнюю мотивацию в виде условия для сохранения семьи и/или общения с ребенком. Но подобные воздействия могут производиться только при обеспечении полной безопасности для жены (партнерши) и детей. При данном виде вмешательства основное внимание уделяется изменению индивида через социальное влияние (например, через скоординированное и однозначное давление со стороны членов своей группы), но не через изменение норм или самих групп, к которым индивид принадлежит. Поэтому все члены семьи и т. д. должны придерживаться общей установки на неприятие физических методов при дисциплинировании и решении конфликтов в семье. Важно проанализировать, как каждый элемент микросистемы вносит свой вклад в противодействие насилию в семье или, наоборот, его поддержание.

Учитывая дисбаланс власти между пострадавшими членами семьи и насильниками, угрозу здоровью и жизни со стороны насильников, институциональный уровень оказывает наиболее мощное влияние на индивида и на коррекцию его агрессивного поведения. Данный уровень является важнейшим проводником норм и ценно-

стей, в частности через социализацию в корпоративную культуру. На этом уровне начинают работать психологи с индивидуальными проблемами клиентов-мужчин, добровольно обратившимися в социальные службы по поводу своего насильственного поведения к близким. Такие государственные структуры, как полиция, мировые судьи, прокуратура, органы опеки, система наказаний, служба приставов и условного наказания, социальные центры и мужские кризисные центры, общественные организации и т. д., могут служить связующими структурами с большими политическими и экономическими институтами общества. Основные интервенционные стратегии, которые возможно использовать на данном уровне, включают в себя такие мероприятия, как: стимулирование добровольного или принудительного (по постановлению суда) прохождения программ, супервизию прошедших программу, мониторинг посещения программ, структурные изменения в организациях, где работают насильники, с целью продвижения в них конструктивных ненасильственных методов разрешения конфликтов и их медиацию с конкурентными структурами. Эта система через включение правоохранительной системы или системы уполномоченного по правам человека влияет на поведение отдельного человека. Если полиция, прокуратура, судьи, судмедэкспертиза, адвокаты вместе образуют систему, которая не осуждает мужчин-насильников, то она косвенно поддерживает дискриминацию и насилие против женщин.

Анализ российской ситуации показывает, что воздействия, которые существуют внутри мезосистемы, сейчас разнонаправлены. Так, полиция в России чаще всего игнорирует информацию о насилии в семье, а некоторые женские кризисные центры помогают женщинам добиваться возбуждения уголовных дел против насильников и защитить свои права.

Так как именно на этом уровне осуществляется первичный контакт насильника с социальными институтами, информация от полицейского может определить дальнейшее поведение мужчины. В настоящее время реакция правоохранительных структур не содержит обвинений насильнику и дискриминации против женщин. Поэтому важным фактором воздействия является поведение самого участкового полицейского: выпишет ли он охранный ордер для пострадавших или будет оправдывать поведение обидчика, выискивать причины «провоцирующего» поведения у женщин и детей. Анализ высказываний психотерапевтов-клиницистов, священников, учителей, социальных работников в отношении гендерного насилия показывает, что большинство из них обвиняет пострадавших женщин.

Если пострадавшие живут в такой экосистеме, то у них формируется особая реакция — они в эту систему избегают обращаться. И тогда можно часто слышать, что «женщина сама не хочет возбуждать дело против своего мужа или она часто забирает заявление об изнасиловании». Но можно интерпретировать ситуацию по-другому: система не соответствует эффективному контакту с жертвами насилия, не умеет работать с преступниками, совершающими насилие против своих близких, не умеет собирать доказательства преступлений между членами семьи и партнерами. Что может сформировать внутреннюю мотивацию у элементов этой системы на изменения, кроме внешних воздействий в виде критики со стороны общественных организаций? Поэтому феминистские организации выступают против медиации и замирения в мировых судах по случаям насилия в семье, призывая к криминализации насилия в семье, видя в нем нарушение прав человека на безопасность и здоровье.

Вмешательством на уровне государственной политики является использование регулирующей политики, принятие законов, нормативных актов и целевых программ по защите жизни и здоровья сообщества, обеспечению безопасности его членов. Органы государственной и региональной власти, а также органы местного самоуправления могут способствовать общественной осведомленности в вопросах прав женщин и детей, гендерного равенства, психологической культуры, здоровья и ненасилия, а также повышать образовательный уровень населения в области влияния на общественно-политический процесс (лоббирование интересов сообщества, организация коалиций, общественный контроль принятия политических решений, а также участие в процессе принятия решений на местном, региональном и государственном уровнях).

Макросистема — это калька с культурного, этнического и классового уровня, который определяет особенное содержание среди подобных систем. Макросистема оказывает не прямое, но важное воздействие. Эта система становится более очевидной, когда вы рассматриваете другую культуру. Например, американская система ответа на домашнее насилие представляется резко отличной от нашей. Американские прокуроры чаще всего будут обвинять насильников за их насилие над женами от имени всего города и штата, назначать им в виде наказания принудительную психокоррекционную программу, у женщин будут бесплатные адвокаты и даже убежища для их временно оставленных животных. Все это создано специальным законом против насилия в семье, и этот закон постоянно корректируется в сторону большей эффективности реагирования всей системы институций на гендерное насилие.

Эти правила организации внутри общества влияют на способ, которым индивиды взаимодействуют на всех уровнях экологической системы. Эффект макросистемных представлений особенно виден, когда мы изучаем контент в интернет-сообществах, где мужчины ищут географические места и страны, где «нет ювенальной юстиции и феминизма».

По Бронфенбреннеру, хроносистема — это личный исторический опыт. Каждый человек имеет свою персональную историю развития и взаимодействия внутри микросистемы. Некоторые подчиняются ей, некоторые конфронтируют агрессивно или конструктивно. Например, инициативы по созданию кризисных центров — это конструктивная конфронтация, в нее включены исторические predispositions по поводу современных социальных представлений о борьбе с дискриминацией женщин и с насилием. Хроносистема должна быть расширена до включения историй всех экологических подсистем, включая долгое развитие культурных представлений и действий относительно отношений между мужчинами и женщинами. С позиций хроносистемы можно посмотреть в динамике, как системы взаимодействуют в повседневности и в течение всего времени. Необходимо учитывать, что изменения должны осуществляться внутри хроносистемы на долгосрочной основе, чтобы они эффективно воздействовали на институциональном уровне, могли повлиять на всю систему в целом. Данное замечание распространяется на все уровни воздействия в рамках экологической модели без исключения. Осуществляя вмешательство на уровне сообщества, необходимо учитывать, что сообщество — это не только совокупность индивидов, разделяющих общие демографические или географические характеристики, но в первую очередь — это взаимоотношения между этими индивидами, а также взаимоотношения с другими организациями и институтами. Так, для создания внутренней мотивации у мужчин по обращению к психологам для прохождения программ потребовалось 20–30 лет согласованной работы всех систем в Норвегии.

Пренебрежение к вариативности, которая существует в пределах определенных географических областей, в ценностях, нормах, установках, культуре и ментальности может уменьшить приемлемость наших вмешательств в пределах определенных групп населения. Эта вариативность не случайна, а связана с определенными социальными сетями и субкультурами. Степень, в которой наши вмешательства находятся в противоречии или поддерживают нормы и ценности того или иного сообщества, является степенью, в которой мы можем ожидать, что определенные субгруппы в сообществе отвергнут или поддержат наши

модели вмешательства.

Используя экологический подход, можно определить, где мы находимся сейчас в работе с мужчинами, совершающими насилие. В настоящее время задействованы только отдельные структуры системы, представленные системой государственных социальных служб, уполномоченными участковыми по делам несовершеннолетних, малочисленными общественными кризисными центрами для женщин. Более того, даже внутри названных уровней не существует четкой и единой ценностной системы в осуществлении преобразовательной деятельности, не учитывается взаимовлияние данных уровней. Пока в российском обществе всю ответственность за изменение поведения мужчин традиционно перекладывают на микроуровень и, в частности, на самого слабого, безресурсного и к тому же травмированного индивида — партнершу мужчины, которая одновременно и является пострадавшей от партнерского насилия. Именно от нее сейчас ожидается основная активность по противодействию, защите, «психотерапевтированию», медиации «семейного конфликта». Такое решение проблемы партнерского насилия поддерживается как общественным мнением, СМИ, так и всеми уровнями мезосистемы (правоохранительными и судебными органами). Экологический подход помогает нам понять важную роль властных ресурсных агентств, сообществ и государственного вмешательства, особенно на законодательном уровне, который бы помог принять закон против насилия в семье, способствовать его реализации, обеспечить его финансово.

В предложенной модификации экологического подхода для программ психологической коррекции агрессивного поведения мужчин, применяющих насилие в отношении близкого партнера, снижение преступности может быть достигнуто благодаря конструктивному противодействию насилию, осуществляемому одновременно на всех экологических уровнях функционирования общества (на уровне индивида, на межличностном уровне, на институциональном уровне, на уровне сообществ и на уровне государственной политики). Наиболее важным уровнем влияния на агрессивных мужчин является уровень мезосистемы, т. е. влияние агентств и институций, осуществляющий мониторинг посещения клиентами психокоррекционных программ (на индивидуальном и групповом уровнях) в течение достаточно длительного времени (не меньше года). Четкая и согласованная позиция сообществ и государства поможет поддержать действия для изменения индивидуального поведения субъектов партнерского насилия.

Что же такое домашнее насилие?²

Семейное насилие — одна из серьезнейших социальных проблем для современной России. Примерно 30–40 % всех убийств и тяжких преступлений в России происходит в кругу семьи. Согласно исследованиям, у российской женщины вероятность быть убитой своим мужем или партнером в 2,5 раза выше, чем у американки и в пять раз выше, чем у жительницы Западной Европы. Эта проблема знакома многим. Так, например, по данным исследования, проводившегося в Барнауле в 2000 году, более 70 % опрошенных заявили о том, что знают одну или несколько ситуаций насилия в семьях знакомых. Такой высокий процент не удивителен: в России примерно каждая третья женщина страдает от физического насилия со стороны мужа.

В западных обществах существует уже достаточно большой опыт организации различных форм помощи женщинам, пострадавшим в результате насилия в семье. Так, например, первое убежище для избиваемых женщин было открыто в 1973 году в США группой активисток женского движения из штата Аризона. Только за первый год своего существования убежище оказало помощь тысяче женщинам. Постепенно подобные учреждения стали появляться и в других штатах. За период с 1973 по 1982 год в США открылись триста убежищ для женщин. В России первый специализированный телефон доверия для женщин, пострадавших от насилия в семье, появился только в 1993 году в Москве, и Марина Писклакова, одна из авторов этой статьи, была его создателем. Эта телефонная линия работает и по сей день. За все время своего существования более двенадцати тысяч женщин получили помощь и поддержку на этом телефоне.

Растущее в последнее время внимание органов государственной власти и средств массовой информации к трагедии насилия и оскорблений в семье сфокусировало взгляд общественности на этой проблеме и на серьезных последствиях ее замалчивания. Министерство труда и социальной защиты Российской Федерации — первая российская государственная структура, которая включила семейное насилие в наци-

² Выдержки из статьи М. П. Писклаковой и А. С. Синельникова «Домашнее насилие: теоретические аспекты проблемы» [45].

ональную повестку дня как серьезную социальную проблему.

Для того чтобы добиться высокой результативности в оказании помощи пострадавшим, медицинские работники должны знать внутренние механизмы семейного насилия и осознавать существование барьеров в виде общественных стереотипов, мешающих продуктивной профилактической работе с пациентами. Проблема здесь кроется в том, что, несмотря на частое использование термина «домашнее насилие» (или «семейное насилие»), многие медицинские работники имеют отдаленное понимание того, что оно включает в себя. Зачастую это непонимание приводит к тому, что происходит смешивание таких понятий, как конфликт, ссора, размолвка и насилие. Для того чтобы осуществлять эффективные медико-социальные профилактические мероприятия, надо полностью осознавать с чем имеешь дело.

Что же такое домашнее насилие? Одна из важных особенностей этого вида насилия состоит в том, что оно представляет собой *повторяющиеся* во времени инциденты (паттерн) множественных видов насилия (физического, сексуального, психологического и экономического). Здесь важно отметить разницу между семейным конфликтом и случаем насилия: если конфликт имеет локальный изолированный характер, то насилие имеет системную основу и состоит из следующих друг за другом инцидентов. Конфликт обычно имеет в своей основе некую конкретную проблему, которую можно разрешить. Домашнее насилие, наоборот, происходит с целью обретения полной власти и контроля над пострадавшей стороной. Обидчик может перечислять разные причины насильственного акта, но все они, на самом деле, не входят в число реальных причин насильственного акта. Основная сила, движущая обидчиком, — стремление установить полную власть над женой (партнершей). В «хронической» ситуации насилия в семье один человек контролирует или пытается контролировать поведение и чувства другого, в результате чего подвергшийся насилию человек может получить психологические, социальные, экономические, сексуальные или физические вред, ущерб или травму.

Учитывая это, мы можем сформулировать основное определение:

Домашнее насилие — это повторяющийся с увеличением частоты цикл физического, сексуального, словесного, эмоционального и экономического оскорбления с целью контроля, запугивания, внушения чувств страха.

Домашнее насилие отличается от других агрессивных актов тем, что происходит в отношениях между близкими людьми, которые включают в себя:

- супругов или близких партнеров;

- бывших супругов;
- родителей;
- детей;
- внуков;
- других родственников;
- родственников со стороны супругов;
- людей, которые живут вместе;
- людей, которые были помолвлены, или собираются (собирались) пожениться;
- инвалидов и их опекунов.

Следует особо отметить, что не только жертва агрессии страдает в ситуации насилия. От семейного террора страдают все. Говоря об опасности, которую представляет собой насилие в семье, и о масштабах его воздействия, необходимо учитывать, что если насильственные действия направлены даже только против одного человека, то все остальные члены семьи все равно оказываются подвержены тому, что обозначается исследователями как «вторичная виктимизация» и заключается в переживании свидетелями насилия тех же психологических последствий, что испытывает жертва.

Медицинским работникам следует знать, что существуют некоторые «особые приметы» домашнего насилия, характерные для всех групп населения. Например:

- если в отношениях присутствует один вид насилия, то очень высока вероятность того, что и другие его формы тоже будут развиваться;
- семейное насилие во всех его формах проявления включает элементы контроля и власти со стороны человека, совершающего насилие;
- психологические и социокультурные факторы, ведущие к совершению насилия и поддержанию цикла насилия, зачастую являются одинаковыми для различных форм семейного насилия;
- психологическая травма, являющаяся результатом насилия, и симптомы, переживаемые жертвами насилия, одинаковы для различных форм домашнего насилия.

Мифология домашнего насилия³

В общественном сознании всегда существует очень много стереотипов, касающихся проблемы домашнего насилия. Каждое общество имеет свои собственные клише, с помощью которых происходит принятие тех или иных явлений. Своеобразное кодирование смыслов, относящихся к определенной проблеме, происходит сквозь призму бытующих в обществе культурных норм и связанных с ними систем ценностей и приоритетов.

Медицинским работникам, имеющим дело с проблемой домашнего насилия, необходимо знать мифы, ее окружающие, уводящие в сторону от ее адекватного восприятия и оценки, затормаживающие процесс ее решения. Этим мифов очень много и сотрудницы(-ки) кризисных центров для женщин непосредственно сталкиваются с ними в своей практике. Мы выбрали только несколько наиболее распространенных в России мифов.

Миф 1: Женщины являются обидчиками в той же мере, что и мужчины.

Как показывают исследования, проведенные в разных странах мира, именно мужчины чаще всего бывают обидчиками. Так, статистические данные из США и Канады, составленные на основе опросов женщин и мужчин, сведений из судебных баз данных и из полицейских отчетов, демонстрируют, что женщины являются жертвами агрессии в 90–95 процентах случаев домашнего насилия. Анализ национальной статистики по правонарушениям в США показывает, что мужчины являются пострадавшей стороной лишь в четырех процентах преступлений, связанных с насилием в семье. Эти данные подтверждаются и другими исследованиями.

Так, например, исследования, проведенные в Шотландии, показали, что, по статистике правонарушений, связанных с преступлениями против своих близких, женщины являются пострадавшими в 94 процентах случаев, а обидчиками — лишь в трех процентах [75].

Другие данные также свидетельствуют о том, что 70 процентов

³ Выдержки из статьи М. П. Пискаловой и А. С. Синельникова «Домашнее насилие: теоретические аспекты проблемы», раздел «Общественные стереотипы» [45].

опрошенных в Филадельфии разведенных женщин признали, что страдали в браке от насилия со стороны мужа.

Существует и проблема, связанная с обвинением женщин в том, что и они совершают убийства своих мужей. Однако, как показывает мировой опыт, из общего числа убийств, совершенных в семье, женщины погибают от рук мужей в 90–95 процентах случаев. С другой стороны, женщины, как правило, совершают убийство после многолетних издевательств, которые они испытывают от рук мужей и партнеров. Так, Женская правозащитная группа, работающая в рамках Нижегородского общества прав человека, провела исследование в женской колонии УЗ-62/2, результаты которого демонстрируют, что практически все женщины, осужденные за убийство мужей, испытывали насилие от рук убитого: от избиений до угроз убийством.

Миф 2: Некоторые женщины провоцируют насилие и заслуживают его.

Это широко распространенное убеждение свидетельствует о том, что проблема избиения женщин — социальная: она коренится в гендерных стереотипах, которые с детства прививаются людям и которыми оперирует общество. Этот миф близок по смыслу с первым разобранным мифом. Провокация насилия означает, что если бы женщина вела себя по-другому, была бы более услужливой, хорошей матерью, женой и так далее, то ее не нужно было бы «наказывать». Достаточно изменить поведение — и женщину никто не тронет пальцем.

Реальность же такова, что от поведения женщины в ситуации домашнего насилия практически ничего не зависит. Большинство женщин рассказывают, что муж часто находит абсолютно противоположные по смыслу поводы, чтобы оскорбить или избить. «Однажды он, придя поздно ночью домой, включил на всю громкость телевизор, — рассказывала одна из наших клиенток. — И когда я попросила его сделать звук потише, он бросился на меня, выволок из кровати и, держа одной рукой меня за горло, другой стал вырывать волосы из моей головы. Я только плакала, не кричала, боялась, что услышат дети».

С другой стороны, разве кому-нибудь придет в голову обвинять в провокации совершенного против него преступления прохожего, избитого хулиганами, или ограбленного человека? В ситуации «головомойки», происходящей между начальником и подчиненным, если бы один из них избил другого, то идея о провокации тоже вряд ли пришла бы в голову.

Другая история при рассмотрении преступлений, совершаемых по отношению к женщине. Тут женщина уже изначально словно лишена

презумпции невиновности, степень подозрительности по отношению к ней гораздо выше, чем по отношению к преступнику. Здесь будто начинает работать иная логика и появляются вопросы, связанные не с преступлением (избиение, изнасилование и т. п.), а с поведением пострадавшей стороны.

К этому мифу также примыкает расхожее мнение о том, что жертва домашнего насилия — просто плохая жена. Она не может найти подходов к мужу, усмирить его, сделать ему приятно и т. п. Другая женщина, возможно, исправила бы его поведение и сделала так, чтобы у него просто не было причин для агрессии. Все эти рассуждения также фокусируют внимание на женщине как причине негативного поведения мужа и подразумевают, что именно поведение жертвы приводит к насилию. Однако данные исследований опровергают этот миф. Так, например, анализ истории жизни обидчиков, проведенный американской полицией, демонстрирует, что мужчины, являющиеся виновниками домашнего насилия, очень часто и в прошлых своих браках прибегали к насилию, а также участвовали в других действиях, связанных с агрессивным поведением (драки, хулиганство и т. п.). Эти данные еще раз показывают, что в ситуации насилия в семье от поведения женщины ничего не зависит. Она может угождать обидчику всеми способами, однако он все равно найдет повод для того, чтобы применить агрессию.

Реальность домашнего насилия такова, что в ситуации насилия есть только один виновный — человек, совершивший преступные действия. Он выбрал этот путь. Он сделал бы это вне зависимости от поведения пострадавшей женщины. Это его преступление. Обвинять жертву недопустимо.

Медицинским работникам следует обратить особое внимание на этот миф, так как он является наиболее распространенным. При проведении медико-социальной работы с пострадавшими следует помнить, что мы разбираем не ее поведение в той или иной ситуации, предшествующей насилию, но акт насилия и ответственность за этот акт того, кто его совершил.

Миф 3: Причиной насилия является алкоголизм.

Это довольно распространенный миф. Проблема алкоголизма действительно связана с проблемой насилия. Женщины часто говорят о том, что он агрессивен, когда пьян. Однако после более продолжительного разговора выясняется, например, что он может быть жестоким и в трезвом состоянии, то есть это не всегда зависит от алкоголя.

Принятие алкоголя снижает способность контролировать поведение, поэтому женщинам часто психологически легче объяснить поведение мужчины воздействием алкоголя. Но среди обидчиков есть

мужчины, ведущие «здоровый образ жизни», не признающие табак или алкоголь. Некоторые обидчики, пройдя лечение от алкоголизма, продолжали быть агрессивными и жестокими по отношению к близким. Алкоголизм или принятие алкогольных напитков не может служить оправданием насилия. Это, скорее, катализатор насилия или разрешение на него.

Давайте обратимся к результатам научных исследований. В 1975 и 1981 годах были проведены первые опыты по влиянию алкоголя на поведение. Четыре группы студентов получили напитки. У первых двух групп напитков состоял из водки и тоника, при этом им сказали, что они пьют только тоник. У двух других групп напитков был только из тоника, но им, в свою очередь, сказали, что это — водка и тоник. После распития провели тест на агрессивность и выяснилось, что наиболее агрессивными являются студенты из «только тоник»-группы. То есть только вера в то, что они приняли алкогольный напиток, придавала их поведению большую агрессивность. Данный опыт прекрасно продемонстрировал, что алкоголь, не являясь причиной насилия, дает санкцию на него.

Другое исследование было проведено среди мужчин, арестованных в США за насилие в семье. Пятьдесят процентов арестованных обидчиков заявили в полиции, что во время инцидента они были «выпивши». Однако проведенный немедленно после инцидента анализ крови на алкоголь показал, что всего менее чем 20 процентов мужчин были действительно пьяны.

Итак, домашняя агрессия — это социальное поведение, не являющееся следствием злоупотребления алкоголем или наркотиками.

Миф 4: Женщины, подвергающиеся насилию в семье, — мазохистки.

В основном считается, что избивают женщин, которые «хотят и заслуживают быть избитыми», поэтому они не уходят и терпят такое отношение. Этот миф подразумевает, что женщина получает сексуальное удовольствие от того, что избивается мужчиной, которого она любит.

Проблема мазохизма достаточно сложна, и мы не ставили своей целью ее освещение в данной статье. Однако обратим внимание на то, что именно к женщине применяют определение мазохизма, тогда как поведение мужчины, которое вполне можно было бы охарактеризовать как садистическое, не оценивается вообще.

Действительно, многие женщины не уходят от своих мучителей, остаются с ними. Однако при оценке этой пассивности женщин следует учитывать много дополнительных факторов, на рассмотрении которых мы остановимся чуть позже. Пока же отметим, что женщина

может оставаться с женщиной в результате целого ряда причин, таких как стыд, экономическая зависимость, отсутствие другого жилья, чувство ответственности перед детьми за «разрушение» семьи, любовь и т. п. Но мазохизм в число этих причин не входит.

Миф 5: Мужчины, подвергающие насилию членов семьи или партнерш, психически нездоровы.

Если бы такие мужчины могли рассматриваться как антисоциальные и психопатические личности, то в рамках индивидуальной психопатологии можно было бы дифференцировать обидчиков от нормальных мужчин. К сожалению, это не так просто. Эти мужчины часто ведут «нормальный» образ жизни, за исключением тех моментов, когда они не контролируют вспышки агрессивного поведения. Социальный статус таких мужчин может быть довольно высоким, они могут занимать руководящие посты, вести активную социальную жизнь, быть успешными в бизнесе.

Женщины часто рассказывают о том, что в одном человеке присутствуют как бы два характера: один может быть очень-очень хорошим, а другой просто ужасным. Он как великолепный артист плавно переходит от одного своего «Я» к другому, используя различные манипуляции для сохранения контроля и власти. В отличие от психопата он может испытывать чувство вины, стыда и раскаяния.

Миф 6: Мужчины, подвергающие насилию, ведут себя одинаково агрессивно в отношениях со всеми. Их легко можно распознать.

Действительно, мужчины, подвергающие насилию своих близких, имеют агрессивные тенденции в своем поведении. При этом, однако, они тщательно выбирают объект своей агрессии. Этот факт демонстрирует, что большинство из них способны контролировать свое поведение и понимают, где можно быть агрессивными, а где нет. Они могут прекратить быть агрессивными в присутствии свидетелей или не будут проявлять агрессивность на работе, в милиции, в суде. У них может быть имидж любящего отца и мужа среди соседей и среди коллег.

Миф 7: Домашние ссоры, рукоприкладства и потасовки характерны для необразованных и бедных людей. В семьях с более высоким уровнем достатка и образования такие происшествия случаются реже.

Насилие в семье не ограничивается определенными слоями и группами населения. Это случается во всех социальных группах, независимо от уровня образования и доходов. Так, например, статистические данные телефона доверия при московском кризисном центре «Анна» демонстрируют, что большинство обращающихся за помощью женщин имеет высшее образование.

Социальный статус обидчиков также довольно разнообразен, они могут иметь самые разные профессии, занимать ответственные посты, иметь высокие доходы, преуспевать в бизнесе. Женщины рассказывают, что эти мужчины способны принимать активное участие в общественной жизни, даже поддерживать других людей. У одной из женщин, обратившихся к нам, муж был депутатом Государственной думы, у другой — известный всей стране журналист, у третьей — успешный бизнесмен.

Миф 8: Детям нужен их отец, даже если он агрессивен, или «Я остаюсь только из-за детей».

Этот миф разрушается быстрее, чем другие, когда люди начинают задумываться над количеством детей, страдающих от насилия. Без сомнения, в идеале дети нуждаются в матери и в отце. Однако дети, живущие в условиях насилия в семье, сами могут просить мать убежать от отца, чтобы спастись от насилия. Многие дети предпочитают жить у бабушки и дедушки или даже в интернате, чтобы только избежать издевательств в семье.

Е. Смага из кризисного центра в г. Ижевске, например, пишет, что «у находящихся в атмосфере постоянных конфликтов детей вырабатывается низкая стрессоустойчивость, они более чем другие дети подвержены психосоматическим заболеваниям. В результате — частые пропуски школьных занятий, низкие успехи в учебе. Конечным итогом становится неверие в себя, в свои силы, невозможность достичь успехов в какой-либо деятельности. Часто за маской агрессивности у ребенка скрываются неуверенность в себе, недоверие к людям, постоянное ожидание неприятностей со стороны других. Негативное восприятие себя толкает его на неблагоприятные поступки. Подростки пытаются недостающее чувство любви и семейного тепла компенсировать с помощью суррогатов любви: алкоголизма и наркомании. Невыносимая атмосфера в семье толкает ребенка на побег из дома, бродяжничество, противоправные действия».

Существуют также исследования, указывающие на то, что мужчина, избивающий свою жену, зачастую агрессивен и по отношению к детям. Так, согласно одному из исследований, 70 процентов мужчин, избивающих своих жен, применяли насилие и по отношению к своим детям. Это подтверждается и результатами исследования, проведенного на базе кризисного центра «Анна».

Миф 9: Ссоры между мужьями и женами существовали всегда. «Милые бранятся — только тешатся». Это естественно и не может иметь серьезных последствий.

Ссоры и конфликты действительно могут присутствовать во многих отношениях. Отличительной чертой насилия является серьезность,

цикличность и интенсивность происходящего и его последствий.

Как мы уже отмечали в начале статьи, домашнее насилие не является ни ссорой, ни конфликтом. Здесь очень важно осознавать разницу между локальными ссорами и системным насилием. Конфликт в семье подразумевает равное положение супругов/партнеров, которые несогласны в чем-то и имеют право высказывать свое мнение. Конфликт существует изолированно от общего течения семейной жизни. Он, скорее, является исключением из нормы обычных отношений в рамках совместного проживания. В ситуации насилия, наоборот, это является системной характеристикой отношений. Здесь один человек стремится контролировать другого, используя свою физическую силу, экономические возможности, социальный статус и т. п. Домашнее насилие отличается от ссоры или конфликта методичностью и повторяемостью актов агрессии. Если конфликт в семье — это всегда изолированный эпизод, то насилие — это тщательно выстроенная система.

Миф 10: Пощечина никогда не ранит серьезно.

Насилие отличается цикличностью и постепенным усилением актов насилия. Это может начинаться просто с критики, переходя к унижениям, изоляции, потом пощечина, удар, регулярные избиения, а иногда смертельный исход.

Здесь следует также помнить о том, что люди обладают разной эмоциональной чувствительностью по отношению к совершаемому насилию.

Миф 11: Однажды обидчик — навсегда обидчик.

Действительно, исправить обидчика очень трудно. Однако если верна теория психологически приобретенного насильственного поведения, то обидчиков все-таки можно научить навыкам неагрессивного поведения. Хотя, конечно, это долгое и трудное дело. Во многих странах существуют психотерапевтические и образовательные программы для мужчин, подвергающих насилию своих близких. Цель таких групп — научить мужчин осознавать реальные причины своих поступков и их серьезность, а также говорить о своих чувствах, уметь договариваться, не быть агрессивными и понимать, что ни один человек не имеет права на контроль и власть по отношению к другому.

Как показывает опыт американских групп социальной реабилитации для обидчиков, в которых мужчины принимают участие по решению суда, эффективность перевоспитания обидчиков достаточно высока: только от 5 до 10 процентов мужчин, прошедших данные группы, имели рецидивы агрессивного поведения. Эти результаты еще раз демонстрируют, что насилие — это тот тип поведения, который не является «врожденной агрессивностью мужчин» и не обусловлен

генетически.

Миф 12: Однажды подвергнувшись насилию женщина — навсегда жертва.

Жертвой не рождаются, жертвой становятся. Именно так, перефразируя известное высказывание Симоны де Бовуар, можно ответить на этот миф. Этот миф связан и с мифом о том, что женщины сами провоцируют насилие, своим «виктимным» поведением делают возможным применение агрессии против них. Этот миф косвенно оправдывает обидчиков, перелагая значительную часть вины на жертв их агрессии.

Реальность же демонстрирует нам, что многие женщины, нашедшие в себе силы порвать с обидчиками, вполне счастливы в своем втором браке. Одна из наших коллег, например, пережив домашнее насилие в первом браке, теперь снова замужем, в ее семейной жизни больше нет насилия, и сейчас она сама, став директором кризисного центра, помогает пострадавшим от агрессии женщинам.

Миф 13: Бесплезно бороться с семейным насилием. Оно существовало везде и всегда. Это все равно что бороться с плохой погодой.

Действительно, обычай избивать жену так же стар, как и сам брак. В самые древние времена, свидетельства о которых дошли до нас, закон открыто поощрял и санкционировал обычай избивать жену. Точно так же и другие формы насилия над женщиной имеют длинную историю.

Однако не во всех обществах картина одинакова. Давайте сравним. В США, где система борьбы и профилактики домашнего насилия развита очень хорошо, в год погибает менее двух тысяч женщин. В России эта цифра в шесть-семь раз больше.

Сравнительный анализ разных обществ также показывает, что домашнее насилие не универсальное явление, что оно зависит во многом от той социокультурной атмосферы, которая толерантна к насилию или даже поощряет его применение.

Диагностируемые признаки насилия над женщинами

Возможные диагностируемые признаки насилия над женщинами:

- симптомы острого заболевания, телесные повреждения, хроническая болезнь;
- отслоения сетчатки, переломы надбровных дуг;
- лицевые травмы и переломы, особенно переломы челюсти;
- серьезные повреждения черепа, такие как переломы черепа, субдуральная, эпидуральная гематома, повреждения позвоночника. Обращения в связи с серьезными длительными последствиями неоднократных телесных повреждений (небольших сотрясений);
- «функциональные» желудочно-кишечные нарушения. Женщины с подобными жалобами значительно чаще, чем женщины, страдающие нарушениями органики желудка, подвергались насилию в детстве или в зрелом возрасте;
- хронические боли в районе таза. Существует много данных о женщинах, страдающих от хронических болей в районе таза, несмотря на то, что медицинское исследование не обнаружило никаких органических причин подобного расстройства. Гинекологи часто сталкиваются с такими случаями. 40–45 % всех женщин, пострадавших от насилия, принуждались к совершению половых актов. Гинекологи также часто сталкиваются со случаями анально-вагинальных разрывов, вагинальной боли или дисменореей. Насильники часто отказываются от использования презервативов, что повышает риск заболевания СПИДом, венерическими болезнями и воспалительными болезнями таза среди женщин;
- нежелательная беременность, низкий вес ребенка при родах, преждевременное отслоение плаценты, преждевременный разрыв мембран, преждевременные родовые схватки;
- курение и потребление наркотических средств;
- острые психиатрические расстройства, такие как попытки самоубийства;
- хронические состояния: беспокойство, головные боли, депрессия, симптомы посттравматического стресса, потребление наркотических средств.

Многие практикующие специалисты заметили, что хронические

заболевания, такие как астма, диабет, артрит, гипертония, болезни сердца, могут обостряться вследствие стресса из-за насилия или плохо переноситься женщинами, подвергающимися насилию. Несоблюдение режима может происходить также вследствие того, что нарушитель контролирует жертву и может не позволить ей посещения врача. К специфичным признакам фактов насилия можно отнести:

- хронические боли, психогенические боли или боли вследствие диффузной травмы без видимых проявлений;
- физические симптомы, связанные со стрессом, хронические посттравматические стрессовые нарушения, прочие нервные нарушения или депрессию:
 - расстройства сна и аппетита;
 - усталость, снижение концентрации, половые расстройства;
 - хронические головные боли;
 - жалобы на расстройства желудочно-кишечного тракта;
 - головокружения, сердцебиения, парестезию, одышку;
 - нетипичные грудные боли и др.;
- гинекологические отклонения, частые инфекции мочеполовой системы, диспареуния, боли в тазовой области;
- частое использование выписанных слабых транквилизаторов или обезболивающих препаратов;
- частые визиты с неопределенными жалобами или симптомами без признаков физического недомогания и т. д.

Семь причин мужского насилия⁴

Первая причина — патриархальная власть.

Действительно, общества с мужским доминированием построены не только на преобладании мужчин над женщинами, но и одних мужчин над другими. Насилие или угроза насилия среди мужчин — это механизм, который используется с детства для установления этого агрессивного порядка.

Индивидуальные проявления насилия у мужчин происходят в рамках их психических особенностей и условий. Мужское насилие против женщин осуществляется не в изоляции, оно тесно связано с насилием, направленным против других мужчин, и с направленностью насилия на субъект, то есть фактически с насилием, направленным против себя самого.

В результате насилие становится частью личности мужчины, и патриархальное общество поощряет проявление биологических инстинктов, которые в других условиях могли бы и не проявиться либо проявиться в более мягкой форме. Как следствие этого, мальчики и мужчины не только учатся выборочно применять насилие, но и трансформируют ряд эмоций в ярость, что иногда приобретает формы направленного внутрь насилия в качестве, например, самооскорблений или саморазрушающегося поведения.

В этой триаде мужского насилия каждая форма насилия помогает создать питательную среду для проявления других форм насилия: организации и требования патриархальных обществ или обществ с мужским доминированием. Способы, которыми она артикулируется в нашей идеологии и социальных структурах, дают ей право на существование в качестве метода ведения дел в бизнесе, существующего стандарта человеческих отношений. Говоря проще, группы людей создают самовоспроизводящиеся формы социальной организации и идеологии, которые объясняют, придают смысл, оправдывают и пополняют эти искусственно созданные реальности.

Насилие также встроено в эти идеологии и структуры по той простой причине, что оно дает огромные преимущества для определенных

⁴ По мотивам М. Кауфмана.

групп: в первую очередь и более всего насилие (или, по крайней мере, угроза насилия) помогает закрепить за мужчинами большое количество привилегий и форм власти.

Вторая причина — ощущение права на привилегии мужчин.

Мужчина, прибегающий к насилию, может не осознавать, что он руководствуется желанием поддерживать властные отношения. Его личные представления не являются в данном случае ключевыми. Скорее всего, как неоднократно показывал феминистский анализ, насилие является прежде всего указанием на ощущение ожидаемого права. Другими словами, как отмечено многими женщинами, к насилию ведет не только неравное распределение власти, но осознанное или часто неосознанное ощущение права на мужские привилегии.

Третья причина — попустительство общества.

Каким бы ни был комплекс социальных и психологических причин мужского насилия, оно не стало бы продолжаться, если бы не существовало явного или подразумеваемого попустительства в традициях, законодательстве и некоторых религиозных учениях.

Акты мужского насилия и агрессии (в этом случае, как правило, против других мужчин) прославляются в спорте и кино, в художественной литературе и армии. Насилие не только разрешается, оно приукрашивается и вознаграждается.

С самого начала существования патриархальных обществ насилие использовалось как ключ к решению споров и устранению разногласий среди отдельных личностей, затем групп людей и позднее между нациями. Необходимо помнить об этом попустительстве, особенно когда рассматриваете, что какой-то мужчина или какая-то женщина не стали звонить в правоохранительные органы, когда услышали, как избивают их соседа или ее ребенка. Это считается частным делом.

Четвертая причина — парадокс мужской власти.

Пути, которыми мужчины устанавливают свою социальную и личную власть, как это ни парадоксально, являются источником огромного страха, изоляции и боли для самих мужчин. Если власть конструируется как возможность доминирования и контроля, если возможность осуществлять властные действия требует создания персонального арсенала и пугающей отдаленности от других, если мир власти и привилегий мешает нам воспитывать собственных детей, тогда мы создаем мужчин, чей собственный опыт установления власти является ущербным.

Подобные вещи сами по себе не объясняют ни широко распространенную природу мужского насилия, ни связи между мужским насилием против женщин и многочисленными формами насилия мужчин в отно-

шении друг друга. Здесь мы должны обратиться к парадоксам мужской власти или тому, что называется противоречивым опытом власти.

Это именно так, поскольку идеалу маскулинности очень трудно соответствовать. Эта проблема характерна для патриархальных обществ, но она также верна в наши дни для культур, где жесткие гендерные границы уже ликвидированы. Будь то физическое совершенство или финансовое благополучие, или подавление целого ряда человеческих эмоций и потребностей, везде императив маскулинности (как определенное противопоставление простой определенности биологической принадлежности к мужскому полу) требует постоянного напряжения и труда, особенно со стороны молодых мужчин [53].

Личная неуверенность, сочетающаяся с неспособностью соответствовать стандартам маскулинности, или, говоря проще, угроза провала, достаточна для того, чтобы ввергнуть многих мужчин, особенно когда они молоды, в водоворот страха, изоляции, гнева, неудовлетворенности собой и агрессии. В таком эмоциональном состоянии насилие становится компенсаторным механизмом. Это способ восстановления маскулинного равновесия, предъявления себе и другим свидетельства мужественности.

Такое выражение насилия обычно предусматривает выбор в качестве объекта того, кто слабее или более уязвим. Это может быть ребенок или женщина, или какая-то социальная группа, как, например, гомосексуалисты, религиозные или этнические меньшинства, эмигранты, которые являются доступной целью сублимации на них чувств неуверенности и ярости отдельных мужчин [39].

Использованию насилия в качестве индивидуального компенсаторного механизма способствует широко распространенная поддержка насилия как способа решения споров и осуществления власти и контроля. Ее делают возможной власть и привилегии, которыми наслаждаются мужчины, воплощенные в убеждения, практику, социальные структуры и законы. Мужское насилие в его многочисленных проявлениях является, таким образом, результатом как мужской власти, ощущения права на привилегии, допущения определенных форм насилия, так и боязни не иметь власти.

Пятая причина — психическое оснащение мужественности.

Мужское насилие является также результатом структуры мужского характера, которая обычно основывается на эмоциональной дистанцированности от других субъектов. По мнению М. Кауфмана, психические структуры мужественности формируются окружением ребенка, которое часто характеризуется постоянным отсутствием отца или других взрослых мужчин или в лучшем случае эмоциональным безраз-

lichem со стороны мужчин. В этом случае маскулинность создается на уровне фантазии. Но даже в патриархальных культурах, где отцы более задействованы в воспитании детей, маскулинность определяется как отторжение матери и феминности, что, собственно, является отвержением таких качеств, как заботливость и нежность [20].

Как указывает ряд психоаналитиков, в частности З. Фрейд, А. Адлер, К. Г. Юнг, это создает жесткие барьеры для «Эго» или, метафорически выражаясь, способствует формированию защитной брони [61].

Результатом этого сложного процесса психологического развития является ослабленная способность к сопереживанию и неспособность понимать нужды и чувства других людей. Поэтому становятся возможными и акты насилия против другой личности. Как часто мы слышим, как мужчина говорит, что он не хотел причинить боль женщине, которую он ударил или даже избил.

Да, мужчина приносит свои извинения, но проблема состоит в том, что сам он не испытывает боль, равноценную той, которую он причинил. Многие насильники-мужчины утверждают, что женщина сама хотела секса. Снова он может извиниться, но это может быть всего лишь отражением его пониженной способности понимать и разделять чувства другого человека.

Шестая причина — маскулинность как средство психологического давления.

Многие из доминирующих форм маскулинности проистекают из подавления эмоций и их трансформации в гнев. Это означает не только то, что мужской эмоциональный язык беден или что наша эмоциональная восприимчивость и способность к сопереживанию недоразвита. Это означает также, что целый ряд человеческих чувств у нас постоянно подавляется и уродуется. В нашей культуре достаточно типично для мальчиков с раннего возраста подавлять чувства страха и боли. На спортивной площадке, в обычной жизни в чрезвычайных ситуациях мы учим мальчиков игнорировать болевые ощущения. Родители говорят им, что плакать недостойно для мужчины. Некоторые культуры прославляют стоическое мужество.

М. Кауфман подчеркивает, что мальчики учатся мужеству и терпению боли ради выживания: следовательно, мы не виним отдельного мальчика или мужчину за происхождение его теперешнего поведения, хотя в то же время мы возлагаем на него ответственность за его действия [20].

Естественно, будучи людьми, мы переживаем события, вызвавшие у нас эмоциональный отклик. Но обычные механизмы эмоционального

реагирования от переживания эмоции до ее выражения довольно ограничены у большинства мужчин. Но опять же, для большинства мужчин одна эмоция имеет некоторую ценность — это гнев. В результате многие эмоции трансформируются в гнев. Хотя такая трансформация характерна не только исключительно для мужчин (так же как она не присуща всем мужчинам), для некоторых мужчин реакция в виде насилия на страх, боль, неуверенность, отказ, неуважение является достаточно типичной. Это особенно справедливо, когда насилие продуцируется ощущением отсутствия власти. Это ощущение только усиливает чувство неуверенности: если мужественность определяется властью и контролем, отсутствию власти означает, что ты не мужчина. И снова насилие становится способом доказать противоположное себе и другим.

Седьмая причина — опыт прошлого.

Все это сочетается для некоторых мужчин с печальным личным опытом. Они вырастают, постоянно наблюдая насилие в отношении женщин как норму, как часть обыденной жизни. У некоторых это формирует отвращение к насилию, в то время как другие учатся ему сами. Во многих случаях это сочетается: мужчины, применяющие насилие против женщин, часто испытывают глубокое отвращение к себе самим и своему поведению. Исследования показывают, что мальчики и девочки, выросшие, наблюдая насилие, сами гораздо более склонны к насилию, чем другие [17].

Такое насилие может быть способом привлечения внимания или результатом невозможности справиться со своими чувствами. Эти стандарты поведения переходят во взрослую жизнь: многие мужчины, которые проходили тренинги в программах для мужчин, применяющих насилие, либо наблюдали в детстве, как били их мать, либо испытывали побои сами.

Прошлый опыт многих мужчин включает в себя воспоминания о насилии, которое они испытывали сами. Во многих культурах мальчики значительно реже подвергаются сексуальному насилию, чем девочки, но зато физическое насилие они переживают в два раза чаще. Это не приводит к однозначному результату, но в некоторых случаях этот персональный опыт порождает случаи глубокого внутреннего смятения и фрустрации, когда мальчики узнают, что можно причинять боль тому, кого ты любишь, что только взрывы ярости могут избавить от тщательно скрываемого чувства боли [17].

И наконец, существует распространенная практика применения повседневного мелкого насилия среди самих мальчиков. В результате мальчики во многих культурах вырастают с опытом драк, хулиганства,

применения силы по любому поводу. Простой опыт требует принятия и усвоения насилия как нормы поведения.

Данный анализ, даже представленный в такой сжатой форме, дает понимание того, что проблема насилия требует четко сформулированного ответа, который предусматривает пересмотр и демонтаж структур мужской власти и мужских привилегий и прекращение общественного и культурного попустительства актам насилия. Здесь насилие берет свои корни, и мы не можем положить ему конец без мужской и женской поддержки феминизма и социальных, культурных, законодательных преобразований [10].

Неужели все мужчины — потенциальные обидчики?⁵

Кто является обидчиком? Неужели все мужчины — потенциальные обидчики? Ответы на эти и многие другие вопросы волнуют многих женщин. Они хотели бы знать, каким образом можно «распознать», что они, возможно, находятся на грани вовлечения в отношения, которые впоследствии могут стать насильственными. Для того чтобы помочь им, нам самим следует иметь представление о некоторых общих характеристиках, присущих обидчику.

Прежде всего, давайте рассмотрим три основные тактики обидчиков, с помощью которых они обычно пытаются сместить акцент с самого акта насилия на другие обстоятельства.

Первая тактика — отрицание насилия. При этом обидчики говорят, что они ничего такого не сделали, «она сама упала», «это была случайность» и т. п. Вторая тактика заключается в том, что обидчики пытаются минимизировать случай насилия. То есть они признают, что насилие было, но оно было не очень сильным, минимальным. Они стараются представить акт агрессии как нечто тривиальное, не заслуживающее внимания, — как то, что происходит в каждой семье. Они могут утверждать, что это была обычная ссора, что «я лишь слегка шлепнул ее», «это случается во всех семьях», «я просто толкнул ее в порыве гнева, а она сама упала» и т. п. Третья тактика, используемая обидчиком, это перенос вины на жертву: «она первая начала», «ее истерика подтолкнула меня», «она вечно меня пилит». При этом они пытаются переключить внимание на обсуждение поведения пострадавшей, которая якобы спровоцировала акт насилия.

Конечно же, не все мужчины являются обидчиками. Для того чтобы составить наиболее полное представление о поведении обидчика и идентифицировать его, обратимся к приведенному ниже списку примеров поведения, относящихся к фактору риска и характерных для людей, подвергающих насилию жен, подруг или партнеров. Если в поведении мужчины сочетаются одновременно несколько признаков (три

⁵ Выдержки из статьи М. П. Пискаловой и А. С. Синельникова «Домашнее насилие: теоретические аспекты проблемы», раздел «Кто такой обидчик?» [45].

или больше), то это говорит об очень высокой степени вероятности физического насилия в будущем. Чем больше таких признаков, тем выше вероятность.

Ревность. В самом начале отношений он может проявлять ревность, при этом всегда утверждая, что его ревность — это знак любви. Однако ревность не имеет ничего общего с чувством любви, это признак, говорящий больше о присутствии чувства собственности по отношению к другому человеку, о стремлении полностью завладеть им, получить его в свою полную власть. Именно ревностью мужчина старается оправдать свое контролирующее поведение по отношению к женщине.

Контролирующее поведение. Вначале он будет говорить, что он ведет себя так потому, что заботится о ее безопасности или хочет, чтобы она использовала время рационально или принимала правильные решения. Он будет очень сердит, если она задержится в магазине или придет позже со встречи, будет подробно расспрашивать ее о том, с кем она была и о чем говорила. Со временем это могут быть более серьезные вещи, например, он не позволит ей самостоятельно принять ни одного решения по дому, как ей одеваться, с кем общаться. Он может контролировать все доходы и даже не позволять ей выходить из дому.

Насилие, перенесенное в детстве. Существуют исследования, показывающие, что домашнее насилие является «болезнью» поколений и имеет характер эпидемии. Наблюдая в детстве за избиением матери или сам испытывая насилие от рук отца, мальчик, повзрослев, устанавливает такой же тип взаимоотношений в своей семье, буквально «заражается» им. Так, согласно одному исследованию, проведенному в США в 1992 году, 74 процента мужчин от общего числа задействованных в исследовании обидчиков были в детстве свидетелями агрессивного поведения отца. Другое исследование (1988) напрямую продемонстрировало связь между наблюдением и переживанием насилия в детстве и взрослой агрессивной моделью поведения. Это подтверждают и результаты наших исследований, проведенных на базе кризисного центра «Анна».

Быстроразвивающиеся отношения. Многие женщины, подвергающиеся насилию, были знакомы с будущим обидчиком менее полугода до того, как вышли замуж или стали жить вместе. Он налетел как вихрь, закружил: «Ты единственная женщина, с которой я могу разговаривать» или «Я никогда и никого не любил, как тебя». Он отчаянно нуждается в ком-то и оказывает огромное давление на женщину, заставляя ее чувствовать себя обязанной быть ему преданной.

Нереалистичные ожидания. Он очень зависит от женщины во всем, он ожидает от нее, что она будет верхом совершенства как жена, мать, любовница, друг. Он может говорить: «Если ты любишь меня, то ты — это все, что мне нужно, все, в чем я нуждаюсь — это ты». Он ждет, что женщина будет делать для него все, что он хочет и что он просит, даже если ей это не нравится.

Изоляция. В самом начале отношений он может просить женщину не оставлять его одного, если она хочет встретиться с подругами или родственниками. Это очень опасная тенденция. Постепенно это приведет к тому, что он отрежет женщину от внешнего мира, будет недоволен любой ее встречей с родителями и подругами, будет рассматривать их как «источник проблем в семье», не позволит ей работать, не разрешит звонить по телефону.

Обвинение других в собственных проблемах и собственных чувствах. Он всегда обвиняет других в том, что они создают для него проблемы. Это обвинение касается и близких. После каждой своей собственной ошибки начинается поиск виновных. Так, например, мужчина может обвинять женщину в том, что она его расстроила, помешала сконцентрировать внимание, не дала выполнить то, что он хотел. Он всегда будет говорить женщине, что именно она виновата во всех его неприятностях.

Он всегда будет говорить: «Это ты меня разозлила», или «Ты делаешь мне больно, когда не делаешь того, о чем я прошу», или «Я не могу сдерживать свой гнев, потому что ты провоцируешь меня». На самом деле он прекрасно контролирует свои чувства, но использует их для манипуляции женщиной. Наиболее трудные для женщин и наиболее опасные ловушки-выражения: «Ты можешь управлять моими чувствами» или «От тебя зависит, буду ли я счастлив».

Жестокость по отношению к детям или животным. Это человек, который наказывает детей, проявляет жестокость по отношению к животным и нечувствителен к испытываемой ими боли или страданиям. Он будет требовать от детей делать то, что они просто не в состоянии сделать (например, не плакать, когда им больно). Он может отказываться есть вместе с детьми или требовать держать их в другой комнате весь вечер.

Использование жестокой «игры» в сексуальных отношениях. Очень важным моментом является то, каким образом строятся сексуальные отношения внутри пары, какая динамика в них преобладает, каким законам они следуют. Учитывая особую интимность и закрытость сексуальных отношений, не исключено, что именно поведение мужчины во время полового акта раскроет его как обидчика. Он

может, например, во время сексуальных игр бросать женщину на пол и насильственно удерживать ее, создавая ситуации, когда она беспомощна, моделируя таким образом ситуации изнасилования. При этом он может говорить, что изнасилование возбуждает его. Он может демонстрировать, что ему все равно, хочет ли она вступать в сексуальные отношения с ним, главное — его желание. Он может манипулировать, используя чувство вины, прибегать к гневу или демонстрировать плохое настроение, чтобы подчинить себе ее желания. Следует обратить внимание на то, что подобные игры строятся по принципу игнорирования желаний женщины. Ее предпочтения просто не принимаются во внимание.

Вербальное оскорбление. Кроме того, что он говорит вещи, которые ранят женщину и жестоки по отношению к ней, он унижает, ругается, оскорбляет и преуменьшает любое ее достижение. Он, например, говорит, что она глупа, неспособна что-либо сделать самостоятельно. Исследование, проведенное в кризисном центре «Анна», показало, что более чем в 80 % случаев семейного насилия оскорблениям подвергается не просто личность женщины, но ее социально-ролевые функции жены, матери, сексуального партнера.

«Это самое ужасное, — сказала одна из женщин, позвонившая в наш центр. — Он знает все мои слабые места, все мои комплексы и давит именно на них. Он может разбудить меня среди ночи и не давать спать, выдавая тихим монотонным голосом поток грязных оскорблений. Он знает, на что нажать. Иногда это больнее удара по лицу».

Вербальные оскорбления ранят так же тяжело, как и физическая агрессия. Не стоит недооценивать их опасности.

Жестко детерминированные социополовые роли. Презрительное отношение к лицам другого пола также является одной из примет, по которой можно узнать обидчика. Агрессивный партнер всегда имеет свои представления о том, какой должна быть идеальная жена. Он, например, ожидает, что его всегда будут обслуживать, что женщина создана для ведения домашнего хозяйства, что она должна подчиняться его требованиям без каких-либо вопросов, даже если подчинение подразумевает нарушение закона.

Он рассматривает женщину как неполноценного, глупого человека, не способного выжить вне этих отношений. Данное отношение к лицам другого пола может проявляться по отношению, например, к подругам жены, а не к ней самой. Но уже само существование подобных высказываний, следующих патриархатному канону восприятия женщины, — серьезное предупреждение об опасности. Это

значит, что теоретически мужчина уже оправдывает применение насилия против такого низшего существа, как женщина. Мужчина может проявлять яркие гомофобные или расистские тенденции в своем поведении и оценках, что также является довольно серьезным индикатором обидчика.

Внезапная смена настроения. Многим женщинам сложно разобраться во внезапной смене настроения их партнеров. В один момент он может быть самым приятным человеком, а через секунду — взрыв эмоций, потеря контроля, проявление агрессии. У многих может создаться ощущение, что у подобного мужчины существуют проблемы с психическим здоровьем, что он «сумасшедший». Эмоциональные взрывы и резкая смена настроений довольно типичны для людей, которые могут бить партнеров, и это поведение соотносится с другими характеристиками, такими как гиперчувствительность. Более того, как демонстрируют исследования, мужчины, которые «вспыхивают» и раздражаются актом агрессии мгновенно, являются наиболее опасной категорией среди обидчиков, так как именно они чаще всего используют грубую физическую силу во время насилия, а также прибегают к попыткам убийства. Это особенно важно помнить социальным работникам, имеющим дело с подобными случаями.

Преыдуций опыт как агрессора. Он может сказать, что он оскорблял свою предыдущую жену или партнершу, потому что она этого заслуживала, была плохой женой. Женщина может случайно услышать от родственников или бывшей жены, что этот человек способен быть агрессивным, совершать насильственные действия. Следует серьезно отнестись к подобной информации. Дело в том, что человек, который раньше подвергал насилию близких ему людей, будет делать это по отношению к любому другому человеку. Не ситуация делает его агрессивным, это его собственный выбор.

Угрозы насилия. Это подразумевает любой вид угрозы применения физической силы для контроля над женщиной: «Я убью тебя, если ты не заткнешься» или «Я сломаю тебе шею». Большинство людей не угрожают своим партнерам, но обидчик может для оправдания своего поведения сказать, что так все разговаривают. Существование угроз в пространстве семейных отношений — опасный признак, на который следует обратить внимание, пока дело не дошло до их непосредственной реализации.

Разрушение предметов или нанесение ударов по ним. Такое поведение может использоваться в качестве «наказания» (например, сломать любимую вещь) для того, чтобы терроризировать женщину с

целью подчинения. Он может стучать кулаком по столу, бросать предметы в женщину. Разрушительные импульсы, владеющие мужчиной, нуждаются в выходе. Разрушение предметов — лишь первая стадия, позже физическая агрессия может быть направлена на женщину. Следует отметить, что, согласно исследованию, проведенному с женщинами, обратившимися в московский кризисный центр «Анна», в 50 % случаев обидчики прибегают к разрушению вещей, особенно ценных или памятных для пострадавших.

Использование любой силы во время скандала. Это подразумевает, что он держит женщину в страхе, физически удерживая ее от ухода из комнаты, причиняя ей боль, или он может держать ее прижатой к стене и говорить: «Ты будешь слушать меня».

РАЗДЕЛ 2. ПРОФИЛАКТИКА ДОМАШНЕГО НАСИЛИЯ: ОТЕЧЕСТВЕННЫЙ И ЗАРУБЕЖНЫЙ ОПЫТ

2.1. Возможности социальных центров по профилактике домашнего насилия: отечественный и зарубежный опыт

Думаю, и у нас бы ничего не получилось, если бы не образовалась группа заинтересованных и инициативных специалистов, у каждого из которых были свои сильные стороны. О них я и расскажу...

Андрей Колпаков, ведущий психолог АНО
«Мужчины XXI века», г. Санкт-Петербург

Для работы нужна идея, ради которой хочется что-то делать, деньги, потому что никто не хочет работать бесплатно, а чаще просто не может себе позволить такой роскоши, ну и, конечно, инструменты. Моей «идеей» было желание поработать в профессии, которой меня учили 5 лет. Устроиться на работу психологом после университета достаточно сложно. Конечно, в коммерческой сфере я себя сразу нашел и долгое время занимался подбором персонала и психодиагностикой, многие навыки пригодились позже и в нашей работе. В общем, не очень понятно, где все эти места, в которых можно стать Юнгом или Фрейдом. В университете с благоговением слушаешь об их успехах и открытиях, о механизмах психологической защиты и психических процессах. Трудно понять, как и где можно использовать полученные знания.

Когда появилась возможность пойти на обучающее мероприятие, посвященное конкретной психологической работе, я сразу решил узнать об этом побольше, поскольку один из моих коллег к этому времени уже вел консультации с мужчинами, склонными к насилию.

Если бы кто-то мне сказал несколько лет назад, что я буду заниматься темой домашнего насилия, это вызвало бы у меня недоумение и

улыбку. Тема насилия часто вызывает улыбку или даже смех, пока она не дает о себе знать, что и не странно, поскольку смех – вполне естественная психологическая защитная реакция, а юмор – действительно хороший адаптационный инструмент. Я и сейчас стараюсь ко всему относиться с юмором, но в нашей работе это не всегда получается. Иногда после терапевтического сеанса тебе самому нужна поддержка, и тут всегда под рукой есть телефон твоего коллеги. Один из наших учителей говорит, что с насилием работать в одиночку нельзя.

Итак, наша история практической работы с мужчинами, применяющими насилие в семье, началась еще в 2004 году в рамках норвежской программы при поддержке Совета министров Северных стран. Этот первый проект был реализован «Кризисным центром для женщин» Натальи Ходыревой. Для участия в проекте по просьбе норвежских коллег были приглашены психологи-мужчины, так как норвежская модель психотерапевтической работы с мужчинами, склонными к семейному насилию, предполагает именно такой организационный принцип. В течение двух лет группа психологов, созданная по инициативе А. А. Гоголкина и И. Б. Колпакова, вела практическую работу по адаптации норвежского опыта к российским условиям.

Сама Автономная некоммерческая организация «Мужчины XXI века» была зарегистрирована в сентябре 2007 года. В 2006 году сформировался «костяк» организации в рамках проекта MIR (Men In Russia), который был осуществлен Санкт-Петербургским социально-экономическим институтом. Встречи с терапевтами из Швеции Хансом Обергом и Видаром Веттерфальком посещали психологи, социальные работники, представители государственного аппарата и журналисты. К завершающему этапу проекта была сформирована рабочая группа, в которую вошли активные участники проекта. Среди них был Александр Алексеевич Гоголкин, глава местной администрации Муниципального образования № 7 Санкт-Петербурга. Александр Алексеевич к этому времени уже много и активно занимался вопросами гендерного равноправия и проблемой семейного насилия. Он долго вынашивал идею о создании мужского движения, которое помогало бы в решении социальных проблем. И это была действительно насущная тема, так как проблемы гендерного равноправия не могут быть предметом работы исключительно многочисленных женских организаций. Без активного участия общественных организаций, объединяющих мужчин, заинтересованных в этой идее, она становится менее продуктивной.

Александр Гоголкин и сейчас является одним из лидеров проекта, самостоятельно проводит терапевтическую работу, решает многие

организационные проблемы, помогает распространять информацию о проекте, привлекает новые ресурсы.

Проект MIR осуществлялся при поддержке SIDA (Swedish International Development Cooperation Agency) и был признан одним из самых успешных. Критериями оценки проекта стали достигнутые практические результаты работы:

- создание организации АНО «Мужчины XXI века»;
- работа линии доверия в Санкт-Петербурге;
- эффективная консультативная работа с жителями города;
- аналитическая и исследовательская деятельность и др.

С конца 2008 года по 2010 год был реализован проект MIR-2, в рамках которого активно проводились мастер-классы и супервизии, обучение сотрудников социальных центров Санкт-Петербурга по тематике домашнего насилия, распространялась информация через СМИ, Интернет и различные мероприятия.

В настоящее время уже ведутся работы по подготовке методических материалов, распространяется информация о центре в других регионах России. В нашей стране до сих пор не сформировалась культура обращения к психологам. Помимо Европейской части России, больших городов, есть масса других регионов, где обращение к психологу, вероятно, будет расценено как «странный» поступок.

В итоге нам хотелось бы стать частью работающей системы по противодействию домашнему насилию, помогать тем, кто с этим уже столкнулся, и здесь речь не только о жертвах, но и о тех, кто применяет насилие и хочет измениться.

Мы строили свою работу, отталкиваясь от опыта коллег из Скандинавии, которые обучали нас, и, конечно, российских реалий. Так совпало, что в момент создания центра в нашем городе активно стали открываться государственные социальные центры помощи семье и детям. В рамках одного из них мы получили помещение для консультирования и стали развивать свою тематику. В этом отношении государственные структуры всегда делились с нами своими ресурсами.

История АНО «Мужчины XXI века» продолжается, растут ряды заинтересованных в проблеме специалистов из различных сфер деятельности, планируется открытие филиалов организации в других городах; мы имеем вполне конкретные планы и цели, наша работа носит практический характер, мы открыты и верим в то, что делаем.

***Опыт профилактики домашнего насилия, центр
«Альтернатива насилию»
АНО «Мужчины XXI века». Россия, Санкт-Петербург***

Основные направления деятельности:

- организация «горячей линии» по вопросам домашнего насилия;
- проведение индивидуального консультирования.

Краткая справка:

- Консультанты не работают на постоянной основе.
- Большинство клиентов направлены своими партнерами по отношениям, выдвигающими требования пройти курс терапии, угрожая в противном случае разрывом. Контактную информацию обычно получают в других социальных центрах.
 - Уходят около 70 % обратившихся. Из них: 35 % — позвонили, но не пришли; 35 % — пришли, но затем передумали.
 - Проведение комплексных научно-практических исследований.
 - Многоканальность финансирования.
 - Структура доходов организации: 10 % — поддержка государства; 10 % — собственные средства; 80 % — поддержка финансовых доноров.

***Организация работы центра по работе с мужчинами,
применяющими насилие в семье
«Альтернатива насилию» фонд ATV. Норвегия, Осло***

Основные направления деятельности:

- Фонд ATV функционирует как своего рода поликлиника.
- Клиенты обращаются сами (60–70 %) либо направляются решением уполномоченных органов государства (30–40 %).
- Продолжительность терапии: индивидуальная — 10 мес., групповая — 1,5 года.
- Запись по телефону на основании первичного собеседования. Затем фаза индивидуальной оценки (3 сессии).
- Уходят до 30 % обратившихся. Из них: 15 % — позвонили, но не пришли; 15 % — пришли, но затем передумали.
- Большинство клиентов направлены своими партнерами, выдвигающими требования пройти курс терапии, угрожая в противном случае разрывом.
- Индивидуальная и групповая терапия 1 раз в неделю — 1,5 часа.
- Трое из пятидесяти перестают посещать индивидуальные заня-

тия. Трое из ста перестают посещать групповую терапию.

- Для клиента стоимость терапии — 200 крон в час (около 800 руб.).
- Финансирование организации: 80–90 % — государство (муниципалитет, Министерство внутренних дел); 10 % — за счет собственных средств.
- Терапевты работают на постоянной основе.

***Организация работы центров по работе с мужчинами,
применяющими насилие в семье
«Центр работы с мужчинами, склонными к насилию».
Швеция, Уппсала***

Данный центр является первой в Швеции консультацией для мужчин, сфокусировавшей свою деятельность на терапии мужского насилия. Открыт в 1996 г. В форме проекта и развился до масштабной постоянной деятельности на местном, региональном и национальном уровнях. Однако центр сознательно не берет на себя задачу помощи в решении всех мужских проблем.

Перед центром поставлены следующие задачи:

- Остановить мужское насилие против женщин и детей, а также предотвратить новое насилие.
- Стать научным центром по вопросам гендерно-обусловленного насилия.

Основные направления деятельности:

- Мужчины принимают участие в занятиях добровольно или по решению суда. Работа осуществляется в тесном сотрудничестве со Службой исполнения условных наказаний г. Уппсала.
- Групповая терапия осуществляется строго по расписанию с контролем явки, установленным порядком бесед, отслеживанием и оценкой результатов. Групповую работу ведут два специалиста. Количество участников группы — 5–8 человек.
- Рекомендуются участие в терапии не менее года. Обычно курс терапии длится 1–2 года.
- За пять лет курс прошли около 100 человек (из них 50 — условно осужденных).
- При решении суда о присуждении к заключению Центр предлагает свой отзыв (экспертное заключение).

Методические рекомендации по оптимизации работы центров по привлечению потенциальных клиентов

- *Представительство в Интернете.*

Веб-сайт www.men21.ru. Для полноценной работы ресурса необходимо постоянно за ним следить и развивать его, упорядочивать информацию. Для этого нужен один ответственный за веб-ресурс. У нас не всегда получается выстраивать регулярную работу с ним.

- *На сайте работает он-лайн консультирование.*

Задача, конечно, не сводится к терапии в Интернете, а, скорее, это информирование и организация первичной встречи. В крайнем случае для такого сервиса можно использовать просто www.skype.com.

- *Распространение информации в СМИ.*

Наиболее эффективным оказалось РАДИО, потому что запись проходит в прямом эфире и контент не изменяется, в отличие от печатных изданий и телевидения, где, как правило, журналисты преподносят информацию «на свое усмотрение» (иногда совсем некорректно).

- *Распространение через социальные центры.*

Один из наиболее эффективных способов в долгосрочной перспективе. Как правило, в такие центры обращаются женщины, а далее им просто дают наши контакты. Для того чтобы это работало, необходимо регулярно поддерживать контакт с социальными центрами, устанавливать демонстрационные стенды с раздаточными материалами, проводить обучение и супервизии, приглашать на конференции.

- *Представительства в популярных социальных сетях.*

Социальная сеть относится к технологии, которая позволяет в наше время создать свой собственный радиоканал или телевидение. Отличное место для быстрого сбора заинтересованной аудитории (и не только, конечно), проведения опросов, общения с коллегами из других городов.

- *Интернет-маркетинг.*

Можно использовать различные инструменты для продвижения сайта, такие как SEO-продвижение и контекстная реклама, что, конечно, требует дополнительных расходов. Необходимо сделать так, чтобы при поиске информации в популярных поисковых системах (таких как Yandex и Google), потенциальные клиенты находили этот центр.

- *Социальная реклама.*

Эффективный способ привлечения внимания к любой социальной тематике. Это в основном наружная реклама, билборды в популярных и наиболее посещаемых местах. Тематические мероприятия в большей степени можно отнести к социальной рекламе. Это может быть все что угодно, начиная театральной постановкой и заканчивая выставкой социального плаката, к которым можно привлечь инициативную и творческую аудиторию, что мы часто и делаем. Можно использовать известных и популярных в стране «звезд», которые не равнодушны к социальным вопросам: спортсменов, журналистов, актеров и телеведущих, политиков. Все это должно активно и максимально освещаться в СМИ.

- *Сотрудничество с вузами.*

Для получения научной базы необходимо проведение серьезных исследований с целью совершенствования работы, разработки новых инструментов и превентивных программ. У наших коллег в Норвегии и Швеции центры, работающие с проблемой насилия, активно сотрудничают с учеными.

- *Сотрудничество с государством.*

Государство предоставляет массу возможностей, начиная с финансовой поддержки и заканчивая выделением помещений, ставок и помощи в распространении информации. Среди государственных служащих есть много людей, которые заинтересованы в нашей работе, и они нам очень помогают. Просто нужно самим проявлять инициативу.

- *Проектный подход.*

Проектный подход предполагает ориентацию на результат с конкретными показателями достижения этого результата и временными рамками. В качестве примера рассмотрим презентацию нашего проекта в таблице 1. Из нее видно, что ставятся цели, которые можно измерить при помощи выработанных цифровых показателей, и потом проверить каждую цифру. При этом необходимо быть реалистичными и не делать того, что будет неэффективно.

Сам проектный подход — это не просто инструмент, а стиль мышления, когда вместо «воздушных замков» вы действительно с большой вероятностью добьетесь того, чего хотите, если будете следовать намеренному плану.

- *Процессы и их автоматизация.*

В любом деле нужно следующее:

- сбор информации;
- анализ информации;
- оценка работы и ее эффективности;

– выводы и корректировка.

Таблица 1 —Проектный подход

	Описание	Измеряемые индикаторы	Источники проверки	Важные предположения
Цель проекта	Повышение внимания к проблеме домашнего насилия.			Государство и некоммерческие организации заинтересованы и готовы работать с проблематикой семейного насилия.
Задачи	1. Обучающие программы для работы с мужчинами, склонными к насилию, разработаны и распространены среди социальных центров и в полиции.	Разработано 2 программы. Проведено 2 пилотных семинара с 40 участниками. Опубликовано 1 методическое пособие.	Лист участников и опросники обратной связи. Фото. Программы обучающих мероприятий и рабочие тетради.	Программы и методы работы с мужчинами, склонными к насилию, распространяются среди социальных служб и полиции.
	2. Информация о работе с домашним насилием распространена.	200 посетителей круглых столов и супервизий. 100 посетителей конференции. 500 посетителей выставки социального плаката. 5000 посетителей сайта.	Лист участников и опросники обратной связи. Фото, видеоматериалы. Статистика посещаемости сайта.	Общество заинтересовано в работе с проблемой домашнего насилия. Организованы выставка и конференция, сайт посещается по выделенной тематике.

Для сбора информации нужно разработать специальные формы, самый простой способ — в Excel. Если вы планируете собирать подробную информацию о тех, кто к вам обращается, необходимо учитывать законодательство. Речь идет о персональных данных, да и у психологов есть очень важный принцип соблюдения конфиденциальности. Сбор информации нужно осуществлять в электронном виде и грамотно выстраивать внутренние коммуникации. Например, есть масса сервисов от Google и Microsoft для совместной и удаленной работы с документами и таблицами.

На этапе анализа информации вы уже практически занимаетесь

научными исследованиями, что позволяет оценивать эффективность работы в целом, отдельных методов и корректировать действия, а потом рассказать об этом на конференции.

2.2. Мотивация клиентов на обращение за психологической помощью в программы вторичной профилактики (опыт АНО «Мужчины XXI века»)

Проблема насилия усложняется также тем, что она происходит в 4-х стенах, как правило, она ни с кем не обсуждается. Если же тема поднимается при общении с близкими и друзьями, то и муж и жена – каждый по отдельности – получают поддержку и массу советов, которые, однако, часто могут навредить. В профессиональном диалоге важно делать акцент на потребностях клиента, говорить о том, что мы предоставляем возможность для решения актуальной для него проблемы. Ну и полезно напомнить: чтобы что-то решить, нужно совершить какие-то действия. Мы предлагаем прийти к нам на встречу и попробовать!

Андрей Колпаков, ведущий психолог
АНО «Мужчины XXI века»

Первичные обращения клиентов, как правило, приходят на телефон горячей линии центра, информацию о котором до 80 % звонящих женщин получают из государственных структур или социальных центров для женщин и детей. Работа по мотивации клиентов на обращение за психологической помощью, таким образом, идет в рамках телефонного разговора. Возникают следующие ситуации взаимодействия:

- а) если звонит женщина: «Я не понимаю, что происходит. Что мне делать?», «Как бы мне поговорить со своим мужем, чтобы он к вам пришел?»;
- б) если звонит мужчина: «А чем, собственно, занимается ваш центр и как вы можете мне помочь?».

Все зависит от того, какую информацию клиент уже получил перед звонком, поэтому часть работы ложится на плечи сотрудника социального центра, в который первично обратились за помощью.

Как правило, клиент, обратившийся за помощью к специалисту по социальной работе, находится в стрессовом состоянии. Задача сотрудника социальной службы:

- внимательно выслушать клиента (при необходимости иногда

оказать экстренную психологическую помощь, тем самым создать условия для контакта);

- собрать подробную информацию о случившемся факте семейного насилия;
- дать в полном объеме информацию о деятельности организации «Мужчины XXI века»;
- в случае, если запрос не входит в компетенцию «Мужчины XXI века», дать дополнительные контакты для связи с профильными специалистами или социальными организациями.

Наиболее оптимальным является консультирование о том, как построить диалог с мужчиной, склонным к насилию в семейных отношениях, для обращения в социальный центр с целью получения соответствующей психологической консультации.

Характерные «барьеры и предрассудки» и другие наблюдения по обращению клиентов за специализированной психологической помощью можно представить в следующем виде.

- *Значение психологии для конкретного человека.*

Если на Западе могут странно смотреть на человека, который не ходит к психологу, то в России ситуация обратная. Особенно это касается мужчин, которые привыкли все решать сами. Даже о своем здоровье мужчины мало заботятся, ходят к врачам из-под палки, что тут говорить о психологической консультации. Образ психолога скорее приближен к «магу или шарлатану». По мнению многих мужчин, в лучшем случае это будет «не вред», а пустая трата денег. Поэтому необходимо учитывать особенности менталитета среднестатистического мужчины и не использовать без необходимости термин «психология».

- *Влияние стереотипов и ярлыков.*

Безусловно, не прав тот, кто применяет насилие по отношению к более слабому. И мы относимся с уважением не к таким людям, а к их решению прийти и попытаться что-то изменить в своей жизни. Насилие — это не болезнь, поэтому, вероятно, постановка мужчины в позицию обвиняемого может усложнить процесс психологической помощи на этапе мотивации. Речь идет о тех случаях, когда мужчину постоянно обвиняют в неадекватности поведения в семейных отношениях. В таких случаях мужчина вряд ли придет на встречу, а если и придет, то будет вести себя агрессивно.

- *Запрос на совместную консультацию («Можно, мы вместе придем?»).*

Чаще всего на начальном этапе это неэффективно, лучше встречаться по отдельности, если это нужно для сбора дополнительной информации. В противном случае разговор может свестись к конфликту и

взаимобвинениям.

- *Роль преуменьшения.*

У женщины всегда остается страх после ситуации насилия, и она ищет защиты в том числе во время разговора с психологом или социальным работником. Из-за этого может возникнуть и «холод» в отношениях с партнером. Мужчины часто считают, что достаточно извинений, подарка, секса, похода с детьми в зоопарк, и все наладится. Тогда они говорят: «Сейчас-то у нас все в порядке, это один раз всего было, я себя не контролировал», — но это скорее защитная позиция, чем правда.

- *Насилие как наркотик.*

Насилие существует, потому что это один из самых эффективных способов добиться своего, но в краткосрочной перспективе. Однако затем нужно «жить вместе, воспитывать детей, спать каждый день в одной кровати». Насилие почти всегда прогрессирует в геометрической прогрессии, поэтому «сегодняшний крик» может перерасти, к сожалению, в нечто большее. Иногда речь идет о вопросе жизни и смерти и об этом стоит подумать.

- *Роль поддержки.*

Клиент, скорее всего, будет очень много говорить о причинах произошедшего, и главное для психолога в этом «не утонуть». Конечно, клиента нельзя бездумно поддерживать. Фраза «Я вас понимаю» может привести к тому, что после консультации в семье будет очередной скандал под девизом «Даже психолог меня понимает».

Эти рекомендации можно использовать в рамках первичного разговора. Необходимо иметь в виду, что не ставится задача обманом или всеми возможными способами затаячить мужчину на консультацию. Если нет мотивации к консультативной помощи, то и работа будет неэффективной.

Для усиления мотивации клиентов на психологическую помощь можно предложить следующие рекомендации по ведению диалога с ним:

— *Есть ли какие-то сложности в ваших взаимоотношениях сейчас?*

— *Есть* (что логично, если он позвонил).

Мужчины рациональны, поэтому и вопросы надо задавать конкретные и возвращать его к конкретным вопросам, уводя разговор от «причин».

— *Устраивает ли вас это?*

— *Нет.*

— *Хотите ли вы что-то поменять?*

— *Да, хочу, а как?*

Далее необходимо рассказать о центре и о том, чем он занимается, опять же дать конкретную информацию, например, в следующем ракурсе: «В нашем центре мы работаем с мужчинами, которые ведут себя агрессивно, конфликтно при общении со своими близкими, что их пугает и часто приводит к довольно неприятным ситуациям. Я так понимаю, что-то подобное у вас и происходит. Я могу организовать для вас встречу с нашим специалистом, чтобы вы обсудили сложную ситуацию, которая сложилась у вас в семье, и наметили возможные пути ее разрешения. Наши встречи обычно длятся около часа. Центр находится на Васильевском острове. Когда вам было бы удобно?».

Таким образом, мужчина или женщина на этапе обращения в консультационный центр должны получить первичную эмоциональную поддержку, информацию о работе центра в целом, о задачах и возможностях консультирования. Мы не знаем, придет или не придет клиент на первичную встречу, но даже после телефонного разговора у него уже есть о чем подумать.

В заключение хочется сказать, что проблема насилия усложняется также тем, что она происходит в 4-х стенах, как правило, она ни с кем не обсуждается. Если же тема поднимается при общении с близкими и друзьями, то и муж и жена — каждый по отдельности — получают поддержку и массу советов, которые, однако, часто могут навредить. В профессиональном диалоге важно делать акцент на потребностях клиента, говорить о том, что мы предоставляем возможность для решения актуальной для него проблемы. Ну и полезно напомнить: чтобы что-то решить, нужно совершить какие-то действия. Мы предлагаем прийти к нам на встречу и попробовать!

2.3. Психологическая работа с мужчинами-клиентами, склонными к домашнему насилию⁶

Лишь тонкая граница отделяет нашего мужчину от большой доли душевных мучений, которые он предпочитает отодвигать за дальний край сознания. И вот, когда внешний мир в лице своего представителя все-таки совершает более или менее решительный шаг, дестабилизирующий сложную систему напряжений, которой по факту и является жизнь этого мужчины, то под угрозой надвигающейся катастрофы наш мужчина и приходит на неожиданную для себя консультацию.

Андрей Исьёмин, ведущий психолог
АНО «Мужчины XXI века», г. Санкт-Петербург

Мужчина, пришедший на прием к психологу или социальному терапевту в связи со своей склонностью к бытовому насилию, отличается своим поведением от «обычного» клиента психологической службы. Чаще всего он приходит не из желания что-то изменить в себе, в своем поведении, а потому что внешний мир тем или иным способом подвигает его к этому шагу. Кто-то из близких (или «далеких») совершает такие поступки, которые нарушают сложившийся образ жизни, изрядно перенапряженный от «героических» попыток скомпенсировать имеющиеся в нем дисбалансы и дисгармонии. Может так быть, что лишь тонкая граница отделяет нашего мужчину от большой доли душевных мучений, которые он предпочитает отодвигать за дальний край сознания. И вот, когда внешний мир в лице своего представителя все-таки совершает более или менее решительный шаг, дестабилизирующий сложную систему напряжений, которой по факту и является жизнь этого мужчины, под угрозой надвигающейся катастрофы наш мужчина и приходит на неожиданную для себя консультацию. Соответственно и первичное послание нашего клиента в переводе на простой язык можно озвучить следующим образом: «Верните все обратно, сделайте, как было!» Чаще всего, по его мнению, консультант должен объяснить неправильно себя ведущим представителям «мира внешнего», что клиент — человек весьма положительный, если и делает что-то не так, срысывается, позволяет себе агрессивные поступки, то только потому, что

⁶ Опыт практики консультирования в центре «Альтернатива насилия» АНО «Мужчины XXI века», г. Санкт-Петербург.

«ОНИ ведут себя не так, как должно», напрямую провоцируя и доводя его до неконтролируемого выплеска гнева.

Эта типовая ситуация приема клиентов жителей Санкт-Петербурга позволяет сделать следующие выводы о мотивах обращения за психологической помощью. Прежде всего, обращение за помощью возникает в ответ на угрозу потери, например, партнера по отношениям (в случае насилия над женщиной) либо лишение родительских прав (если под ударом оказывается ребенок). Угроза преследования по закону не является пока серьезным фактором мотивации обращения. Вероятно, это происходит потому, что в поле действия российского законодательства факты домашнего насилия трудно доказуемы и само наказание малозначительно.

С феноменом потери отношений для наших клиентов связан еще один важный вопрос. Мужчина, потерявший женщину, страдает. Мужчина, потерявший женщину из-за своей несдержанности, привычки применять силу (моральную или физическую), как это в определенном смысле ни странно, страдает гораздо сильнее. Склонный к применению силы в близких отношениях, человек строит эти отношения, главным образом, по принципу компенсации и самоутверждения. Женщина для него становится инструментом «обезболивания», а не партнером. И естественно, потеря этого инструмента обнажает многофакторные внутренние проблемы клиента, что приводит к вспышке насилия, имеющей целью вернуть все на свои места. При этом можно наблюдать реальную утрату сдерживающих поведение факторов, вплоть до полного отключения сознания с последующим более или менее продолжительным обмороком. Достаточно часто это может привести и к автоагрессии, по принципу маятника. В любом случае, мужчина впадает в глубокий личный кризис и готов цепляться за любую соломинку, в т. ч. за консультанта по вопросам преодоления домашнего насилия.

Этот паттерн может проявляться достаточно разнообразно, и далеко не всегда первично пришедший на консультацию мужчина будет демонстрировать признаки острых стрессовых реакций. Скорее всего, он будет либо пассивно послушен, либо несколько самоуверенно агрессивен, с демонстрацией собственного доминирования и контроля над ситуацией. О наличии внутреннего кризиса на начальном этапе консультирования будет свидетельствовать скорее не манера поведения во время сессии, а сам факт визита клиента. Понимание этой ситуации является для специалиста очень важным фактором в выборе стратегии по выстраиванию рабочих отношений с клиентом.

Конечно, в любом типе психологического консультирования имеет место больший или меньший разрыв между так называемы-

ми «первичным» и «рабочим» запросами клиента. Специалистам это хорошо известно. Когда речь заходит о работе с мужчинами, склонными к насилию, это правило становится чрезвычайно актуальным. Фактически в наших условиях, прежде чем определить реальный запрос клиента, необходимо преодолеть систему, как минимум, тройного табуирования.

Во-первых, как известно, в современном российском обществе не принято обращаться за психологической помощью. В крупных городах в определенных социальных слоях в этом отношении ситуация меняется, однако еще далеко до того, чтобы такого рода активность людей стала нормой.

Во-вторых, для мужского населения эта возможность еще более закрыта. Причем закрыта внутренне, в силу опять же культурных стереотипов.

В-третьих, практически невозможно представить ситуацию, когда мужчина не просто обратится по поводу своих внутренних проблем за консультацией, но еще будет открыто говорить о насилии, им совершаемом. Эта тема традиционно замалчивается, если есть такая возможность. Мужчины остаются как бы в нераспакованной капсуле своих душевных переживаний. Именно поэтому остановить насилие в целом и домашнее насилие в частности — это приоритетная задача правоохранительных органов. Далеко не все мужчины, склонные к насилию, способны почувствовать боль утраты, сохранить в душе ценность отношений, а значит, вряд ли эти люди могут оказаться в кабинете консультанта. Домашнее насилие должно быть четко квалифицировано как преступление, которое карается законом.

Вернемся к ситуации все же дошедшего до кабинета консультанта клиента мужчины, который внутри себя несет значительный потенциал напряжения как предпосылку бытового насилия (или свидетельство факта его свершения). Все это вместе создает «гремучую смесь», необузданную энергию, временно законсервированную в душе клиента. Причем, как бы он этого ни избегал, сам он, так или иначе, чувствует ее наличие и ее угрозу, причем, что очень важно, угрозу для собственной жизни. При правильном обращении эта энергия, которая может толкать мужчину-клиента на агрессивные проявления, делающие его опасным для окружающих, может стать основанием трансформации его внутренней организации и поведения. У консультанта нет задачи вытягивать пришедшего к конструктивным альтернативам насилия, он не занимается морализаторством, воспитанием, обвинением. Наш подход в том, чтобы предоставить шанс и удерживать фокусировку сознания клиента на

процессе консультативной работы, не давая «впустую разбазаривать энергию изменения». Но! Как только клиент остановился, как только его внутреннее «горение» перестало подпитывать его поиск, должен остановиться и консультант.

В наступившей тишине мы задаем себе вопрос: что происходит сейчас?

- Мы теряем клиента, он не хочет заниматься собой, он уходит?
- Мы временно исчерпали силы его движения, ему нужен отдых?
- Он столкнулся со старой болью, которая еще слишком сильна и не подвластна его сознательным усилиям?
- Ему нужна поддержка перед новым решительным движением души?
- Он забыл о том, с чего начался живой процесс преобразования, а значит, надо вернуться к его личным мотивационным акцентам?
- А может, он нам не доверяет? Может, мы пугаем его своими личными страхами, оценками, неспособностью открываться и принимать?

В зависимости от полученного ответа консультант делает выбор, как действовать дальше: быть активным, удерживать фокус внимания клиента на работе или ждать, настаивать на продолжении либо завершить процесс.

Успешность консультативного процесса определяется следующими принципами, которые позволяют развернуть практику консультирования, расположить клиента к доверительному контакту и возможности следовать плану консультации.

1. Конфиденциальность.

В первую очередь стоит подчеркнуть конфиденциальность общения на консультативной сессии. Понятно, что эта мера актуальна в любых типах консультирования, но при работе с насилием настороженность наших клиентов в этом смысле особенно велика.

2. Субъектность.

Важнейшим является тот факт, что склонность к бытовому насилию нельзя отнести к болезни. Консультации не являются медицинской процедурой, «волшебной таблеткой», позволяющей быстро и безболезненно решить проблему. Мы используем психологические методы, а наши клиенты имеют возможность изменить свое поведение, проявив желание, волю, интеллект в ходе времени. Очень важна проявленная субъектность их работы. Мы работаем не над ними, но вместе с ними!

3. Доброжелательный нейтралитет.

Специалист не является представителем или советником клиента в семейных отношениях, он создает тот фон, то отражение, которым

клиент может воспользоваться для достижения цели консультирования — остановить себя как вершителя насилия. Важно, что специалист отказывается от обвинительной позиции, от морализаторства и доминирования, постановки диагнозов. Специалист приветствует стремление клиента к изменениям, даже если они еще не окрепли, проявляет уважение к его мужеству, если, преодолевая внутреннее сопротивление, он говорит о сложных для себя вещах. В итоге мужчина может почувствовать на себе заинтересованное внимание консультанта и понять, что речь идет не об обвинениях или преследованиях, а о внимании к его потребностям и о той помощи, которую он может получить в очень важной для него области жизни.

4. Настойчивость.

Необходима мягкая, но однозначная настойчивость при возвращении клиента к актуальным для рабочего процесса темам, к разговору о насилии. Тенденции избегания беседы о действительно важном очень велики. Психологические защиты срабатывают с большой силой. Консультант должен обладать собственной внутренней устойчивостью, а иногда бесстрашием, чтобы суметь сохранить фокус именно на работе, а не уйти вслед за клиентом в многочисленные варианты избегания.

5. Уважение.

Применение насилия необходимо оценивать как отказ от проявления уважения в практике повседневных семейных отношений. Происходит это сознательно или нет, но, столкнувшись на консультации с отношениями, основанными на уважении, клиент получает важнейший фоновый посыл к иному возможному смыслу и содержанию взаимоотношений. Уважение к клиенту позволяет проявлять искренний интерес к нюансам его жизни, отказаться от попыток его переделать, от обличения и морализаторства, менторского тона. Клиент получает шанс найти истину в себе, понять мотивы своего поведения. Возникают благоприятные условия для трансформации как внутреннего мира, так и стиля общения клиента.

6. Партнерство.

В абсолютном большинстве случаев ситуации насилия связаны с определенной иерархией, с доминированием одного человека над другим или другими. Поэтому было бы ошибкой в консультативной работе придерживаться сходной структуры взаимоотношений, авторитарного стиля поведения консультанта. В противном случае установившиеся паттерны отношений клиента с окружающими оставались бы без изменений. Напротив, когда в рамках рабочего процесса выстроены уважительные партнерские отношения, направленные на конкретную

цель — остановить насилие, возникает возможность поддержания альтернативных способов общения. Иногда клиент впервые видит, что, отказавшись от власти и доминирования, можно достигнуть положительного результата.

7. Упорядоченность.

С другой стороны, очень важно учитывать, что акты агрессивного поведения, насилия зачастую приводят к большому хаосу в жизни людей, причем не только жертв насилия, но и его вершителей, а также и его свидетелей. Потому очень важно, чтобы процесс работы строился в альтернативном варианте, изначально он должен проходить четко, в определенном, понятном клиенту порядке. Причем клиент должен в итоге стать не только «потребителем» этого порядка, но и его «сотворцом», хотя и при ведущей роли консультанта на первых этапах работы.

8. Здесь работают с насилием!

С самого начала необходимо четко обозначить содержание того, что происходит в общении «клиент — консультант». Те люди, которые рассчитывают получить помощь, должны четко соотнести свои запросы с возможностями консультантов. Открыто и явно мы даем понять, что работаем с ситуациями насилия, и именно эта позиция задает развитие рабочего контакта.

9. Добровольность.

С этим принципом связана кажущаяся парадоксальность ситуации. Мы говорим о необходимости распространения практики консультирования авторов насилия, мы говорим о тех тягчайших последствиях, к которым домашнее насилие приводит, но в то же время мы подчеркиваем, что только добровольное внимание наших клиентов к своей жизни и своему поведению может привести к наиболее достойным результатам. Что это значит с точки зрения организации нашей деятельности? Значит ли это, что домашнее насилие не должно быть наказуемо?! Должно! Но мы не уличаем нашего клиента: «Ты плохой, потому иди и лечись!» Мы спрашиваем: «Нравится ли тебе то, как ты живешь? Действительно ли ты доволен результатами своих отношений? Как на тебе сказывается давление и оценка окружающих и официальных органов? Что ты хочешь изменить в своем поведении?» Так, отталкиваясь от потребностей и желаний мужчины, мы работаем с его мотивацией, даже если на консультацию он пришел под давлением обстоятельств (в будущем, возможно, и по решению суда), как собственно чаще всего и происходит.

10. Коллегиальность.

Занимаясь своим делом, необходимо помнить, что консультанты не являются единственными борцами с насилием. Консультант, прини-

мающий мужчин, склонных к домашнему насилию, должен работать, опираясь на весь алгоритм противодействия этому тяжкому социальному явлению. Важно взаимодействовать с теми структурами, которые включены в общее дело по преодолению любых форм насилия. В том числе надо помнить про нашу опору на деятельность правоохранительной системы. Именно сочетание методов убеждения и принуждения может дать результат. Полагаю, что консультативные центры для мужчин, профилируя развитие домашнего насилия, могут, в свою очередь, сильно разгрузить наших участковых и других представителей закона.

2.4. НОКСА как модель психологического консультирования мужчин, склонных к домашнему насилию

Работа с альтернативой насилию заняла настолько центральное место в терапевтической работе, что для наших норвежских коллег она стала идентифицироваться с самой деятельностью. «Альтернатива насилию» — ATV — так с момента основания в 1987 году звучит название фонда. Для совершившего насилие уже в самом этом названии заключено позитивное начало: существует другая возможность кроме опустошительного насилия. Это название несет в себе позитивное отношение, с которым клиента встречают, оно стимулирует мужчину к самостоятельному поиску и опробованию этих альтернатив, оно внушает надежду в той сфере, которая всегда была столь отягощена унынием и неверием в свои силы.

Ханс Оберг, руководитель консультации для мужчин по противодействию насилию в г. Уппсала (Швеция) до 2011 г.

По первым буквам основных этапов проведения работы модель консультирования получила название НОКСА-модель. Последовательность: Насилие — Ответственность — Контекст — Следствие — Альтернатива — описывает структуру практики консультирования мужчин, склонных к домашнему насилию.

Важнейшим аспектом НОКСА-модели является тот факт, что направлен этот вид деятельности на клиента как на вершителя насилия, при этом необходимо учитывать, что в этой позиции могут оказаться

разные по полу, возрасту и социальному положению люди. Несмотря на специфику стиля консультирования, направленного на разные группы, остается неизменным тематическая обоснованность этапов консультирования.

В определенном приближении можно говорить о том, что НОКСА-подход к работе с «вершителями насилия» позволяет, с одной стороны, **разобрать накатанные рельсы канализации агрессивных проявлений в актах насилия.** Стоит вспомнить об особенностях современной культуры, где мужчинам, например, позволяется (а иногда и предписывается) быть жесткими и использовать силу для решения проблем и в конфликтах. С другой стороны, речь идет о преодолении механизмов роста психического напряжения как сложной смеси боли, беспомощности, страхов и гнева, которые, постепенно накапливаясь, образуют «заряд», ищущий разрядки в насилии. Рост психологическо-го напряжения может быть связан с личным травматическим опытом вершителя насилия, недостижимостью им современных псевдоидеалов «мужественности», что, в свою очередь, усугубляется возросшим давлением среды, когда от них ожидается соответствие «высоким» стандартам маскулинности. Кроме того, вклад в общую ситуацию становления стиля поведения, основанного на насилии, вносит и бессознательные импульсы, заставляющие человека искать повторения того удовольствия, которое приносит (пусть на короткое время) насилие его вершителю, обеспечивая желанное расслабление, удовлетворение от резкого сброса внутреннего напряжения и компенсацию чувства собственной беспомощности.

План консультирования мужчин, склонных к домашнему насилию, т.е. его технологическую составляющую, можно описать в пяти небольших абзацах. Квалификация специалиста заключается в том, чтобы, оставаясь в контакте с клиентом, удерживая цель общей работы, последовательно провести консультируемого через все этапы этой работы. Каждый этап посвящен определенной задаче и обоснованно находится на своем месте в последовательности. Инструментарий, при помощи которого специалист может решать задачи этапа, очень разнообразен и зависит от уровня подготовки и практического опыта специалиста.

Очень удачное короткое описание методических шагов, основанное на материалах норвежского фонда «Alternativ til Vold» (ATV, «Альтернатива насилию»), передано нам нашей коллегой, шведским специалистом Хансом Обергом (более подробно о нем ниже в главе «История модели НОКСА»). Это так называемая ***«Памятная записка о главных принципах психотерапевтической работы по проблемам***

угроз, насилия и агрессивности». Привожу перевод этого текста так, как нам его предоставил сам Ханс на своих семинарах, целиком. Надо сказать, что он указал в ней не только определенную последовательность работы, но и определил задачи этапов и ключевые вопросы психологического консультирования.

ПАМЯТНАЯ ЗАПИСКА

о главных принципах психотерапевтической работы по проблемам угроз, насилия и агрессивности

1. Фокусировка на насилии (на насильственном, угрожающем или агрессивном действии)

Прогрессивная проработка деталей и расширенное разъяснение. Понимание различных форм проявления насилия.

Устранено ли: «Невидимость» насилия?

2. Фокусировка на ответственности

Фокусировка на собственном управлении ситуацией и контроле, собственных потребностях, желаниях и намерениях. Разъяснение насилия как избранного образа действий.

Устранено ли: экстернализация?

3. Фокусировка на контексте

Понимание проблемы в соотношении с собственной внутренней жизнью и биографией. Восстановить и довести до осознания связи между собственными детскими впечатлениями, восприятием собственной жизненной ситуации в целом и имеющими место стратегиями управления.

Устранено ли: фрагментизация?

4. Фокусировка на результатах и последствиях насилия

Разъяснение воздействия насилия на того, кто ему подвергается. Умение взглянуть глазами другого человека. Развитие собственной эмпатии. Влияние насилия на того, кто его совершает.

Устранено ли: преуменьшение и отрицание?

5. Фокусировка на новом и ином алгоритме действий

Оценка и отслеживание. Понимание смысла и ценности изменений. Видение аспектов надежности и безопасности.

Устранено ли: недостаток действенных альтернатив?

Факторы, способствующие повторению насилия, и оценка консультативной работы (НОКСА-модель)⁷

В еще одной версии обзора НОКСА-модели рассмотрим факторы, которые способствуют повторению насилия. Так же как последовательная фокусировка в работе может быть обобщена в этих пяти пунктах, существуют пять соответствующих факторов, поддерживающих насилие. Модель рабочей методики можно изобразить в виде таблицы (таблица 2).

Таблица 2 — НОКСА-модель

№ п/п	Работа с насилием требует этой фокусировки (по пяти пунктам модели)	Это обусловлено тем, что следующие (пять) факторы поддерживают насилие	Оценка работы опирается на то, в какой степени удалось добиться изменений по этим (пяти) параметрам
1	Фокусировка на насилии	«Инвизибиллизация» — «делание невидимым»	Хорошо ли мужчина осознает свое насилие? Он больше не инвизибилизирует его?
2	Фокусировка на ответственности	Экстернализация	Осознает ли мужчина ответственность за свое насилие? Он больше не перекладывает ее на других?
3	Фокусировка на контексте	Фрагментирование	Хорошо ли мужчина осознает контекст насилия — как конкретный, так и личностно-психологический? Он больше не изолирует свое насилие?
4	Фокусировка на следствии	Отрицание, преуменьшение	Осознает ли мужчина последствия, к которым ведет его насилие, для всех сторон? Он больше не преуменьшает его эффекты?
5	Фокусировка на альтернативе	Отсутствие альтернативы	Доступны ли для мужчины полноценные альтернативы насилию? Он больше не находится в замешательстве, не зная что делать, вместо использования насилия?

⁷ Эта глава представляет метод, который Ханс Оберг с коллегами использует в психотерапии мужского домашнего насилия в Швеции; также этот метод лежал в основе обучения, которое Ханс проводил в России на семинарах и конференциях в 2006–2011 годах. Ханс Оберг написал основу этого текста, а далее он был адаптирован для российской аудитории.

1. Фокусировка на насилии

Если мы говорим о нашей работе с клиентом, то слово «насилие» стоит на первом месте. Оно упорно помещается в фокус внимания. Слово «насилие» используется раз за разом, работа начинается и завершается этим словом. Терапевт объясняет, что в центре работают с насилием, что он — вместе с коллегами — обучен работе с насилием, интересуется насилием и всем, что связано с насилием, которое совершил данный клиент.

Разговор сразу и непосредственно заходит о насилии. Две-три фразы могут понадобиться для того, чтобы представиться или выяснить, с кем ведется беседа, но затем терапевт неотступно фокусируется на насилии. Именно насилие породило проблемы для этого человека, и именно поэтому имеет место наш разговор. Вполне вероятно, что клиенту раньше ни с кем не доводилось обсуждать насилие так квалифицированно, так профессионально и с такой нацеленностью на позитивный исход.

Можно предположить, что такой подход требует от терапевта некоторой отваги. (Как, впрочем, и само решение специализироваться на работе с вершителем насилия.) Есть вполне понятный и подкрепленный профессиональным опытом страх: если терапевт начнет говорить о насилии, то можно столкнуться с сопротивлением клиента, его замкнутостью, а возможно, и с агрессией. Собственно, почему он станет доверять, сразу и прямо говорить о насилии, автором которого является? Напротив, клиент «знает», что наверняка столкнется с осуждением, непониманием самой возможности его действий, попыткой переделать стиль его взаимоотношений с близкими. Он ожидает привычного противостояния с моралью и уголовным правом, скорее всего он будет искать все пути, чтобы обелить себя, возложить ответственность за произошедшее на противоположную сторону «конфликта» и не позволить терапевту вторгаться в свое личное пространство. Поможет ли делу, если сразу начать беседу именно о насилии?

Примерно такой внутренний монолог мы можем наблюдать в себе, впервые столкнувшись с иницирующим посланием Ханса: «Никаких окольных путей — разговор сразу и непосредственно заходит о насилии». Лишь с опытом применения навыков консультирования мужчин-обидчиков и пройдя не одну сессию личной терапии, понимаешь, что именно наш страх, прикрытый рационализацией, может направить процесс консультирования по описанному негативному сценарию. Особая, раскрывающая, атмосфера терапевтического сеанса, которая для Ханса с его огромным опытом была и остается естественной, а в на-

шей практике тщательно нарабатываемой, позволяет не только ставить перед клиентом острые вопросы, но и получать от него в качестве отзыва доверие вместо закрытости. В дальнейшем, чтобы более полно подчеркнуть терапевтичность отношений клиента и консультанта, мы сформулировали базовый принципы работы и с большим вниманием относимся к тому, как наши коллеги в России и в других странах решают для себя подобные вопросы. На сегодня мы уже можем достаточно отчетливо подтвердить, если разговор о насилии ведется правильно и без оттягивания, с самого начала взаимодействия с клиентом, то клиент видит в этом не нападение, а поддержку, очень редкую для себя возможность поговорить о том, что для него действительно важно и о чем поговорить ему практически не с кем.

Вернемся к рассказу Ханса Оберга.

Можно говорить о двух аспектах фокусировки на насилии. Первый — детальное рассмотрение насилия, с выяснением все большего числа подробностей. Второй аспект — необходимость двигаться дальше от описания насилия к прояснению его содержания.

Итак, первый аспект: **детальное рассмотрение насилия с выяснением все большего числа подробностей**. Задавать вопросы о том, как, когда, каким образом, сколько, как часто, и всегда продвигаться дальше, задавая уточняющие вопросы. При этом происходит следующее: насильник начинает разделять любопытство терапевта. Для мужчины становится важно более подробно увидеть все то, что произошло. Вопрос «Почему?» на этой стадии заносится в лист ожидания. Терапевт приберегает этот вопрос для себя. Если клиент сам задает этот вопрос, вполне допустимо ответить что-нибудь вроде: «Я понимаю, что ты очень много размышлял о том, почему ты так поступил. Это крайне важный вопрос, и все же ответить на него будет проще, если мы сперва тщательнейшим образом выясним, что фактически произошло».

В этой фазе психолог ничего не истолковывает, а только исследует все составляющие насилия и шаг за шагом узнает все больше. Он начинает осознавать, что каждая новая конкретная деталь способствует созданию общей картины его насилия и картины актуального случая насилия. Это детальное рассмотрение насилия является работой по продвижению вперед, в ходе которой кусочек ложится к кусочку, а вновь получаемая информация дает дополнительное объяснение ранее полученной.

Эта работа делает насилие сущим, реальным. Благодаря тому, что начинается идентификация насилия (например, после вмешательства полиции или после скандала дома может появиться повод остановить

продолжающееся насилие — по собственной инициативе мужчины или по чьей-либо еще), оно становится конкретным, осязаемым, и его невозможно больше игнорировать.

Эта фаза работы очень конкретна, но все же не идентична полицейскому расследованию. Если мужчина только что побывал в полиции на допросе — возможно, не в первый раз, — в разговоре с психотерапевтом, работающим с насилием, ему приходится переживать другое измерение насилия, находящегося в фокусе внимания. Совершенно новым образом его связанное с насилием поведение и пронизанные насилием отношения помещаются в психологический контекст, чтобы способствовать пониманию насилия. С адекватных требований полиции или правового общества выяснить, как было совершено правонарушение, фокус смещается к формированию у мужчины собственного любопытства, интереса и понимания своего насилия. И если в ходе полицейского допроса он традиционно постарался бы закрыться и не признавать за собой лишнего, то в разговоре с психотерапевтом речь идет как раз о том, чтобы рассказать как можно больше, раскрыть все аспекты. Значимым мотивом является то, что это необходимо, чтобы мужчина мог прекратить свое насилие. Изменить можно только явное, реальное. То, чего не существует или не существовало, или то, что скрыто, изменить невозможно. Поэтому насилие должно стать очень явным, видимым в противоположность тому, как к нему раньше подходил сам насильник и окружающее общество.

Хотелось бы выделить некоторые ключевые фразы Ханса: «Насильник начинает разделять любопытство терапевта», «У мужчины-клиента растет и крепнет стремление узнать больше», «Совершенно новым образом его связанное с насилием поведение и пронизанные насилием отношения помещаются в психологический контекст, чтобы способствовать пониманию насилия». Если на консультативной встрече удастся реализовать предложенную стратегию, то складывается ситуация уважительного партнерства, о котором речь велась в разделе о принципах работы. Насилие из табуированного предмета становится объектом совместного исследования, где специалисту отведена очень четкая роль.

Второй аспект — **движение от описания насилия к прояснению его содержания**. Какова была функция насилия именно в тот момент? Каково было тогда намерение? Каково было его значение именно тогда для всех затронутых сторон? Психотерапевт, работающий с насилием, должен быть настолько компетентен в области насилия, чтобы знать, к чему прислушиваться и какие дальше задавать вопросы. Терапевт обязан уметь двигаться дальше к верному уточняющему вопросу, быть внимательным к оттенкам, которые клиент до тех пор и не

осознавал. Что существуют отрицательные, неприятные впечатления от насилия, известно большинству, а вот дает ли оно позитивные, приносящие удовольствие? В этой фазе, отслеживая психологическое содержание насилия, можно прояснить, что оно, вероятно, имело не однозначное прочтение, а было многогранным и поэтому затрудненным для полного понимания.

Стремление поместить насилие в центр внимания в самом начале работы и осознанно сделать это при самом первом разговоре делает терапию насилия уникальной. Клиенту как раз и нужна уникальная терапия, чтобы справиться со своим насилием. Заданное направление дает возможность в любой момент вернуться к фокусировке на насилии, поднять старую информацию и снова перепроверить ее, соотнести ее с новыми событиями и новыми повествованиями.

Фокусировка на насилии с самого начала работы помогает взломать табу касательно того, что трудно или даже невозможно говорить о собственном насилии. Мужчина вскоре научается сам использовать слово «насилие» и находить собственные связи с насилием. Хотя и приятно говорить, что женщина является специалистом по насилию, творимому ее мужчиной, через некоторое время мужчина становится специалистом по самому себе, начинает видеть и узнавать свой вариант насилия, свои формы выражения.

Говорить о насилии необходимо и по другим причинам. Если насилие занимает основное пространство, труднее будет застрять на оправданиях или смягчающих обстоятельствах. Сделав остановку на собственном насилии, труднее сместить внимание на других участников драмы — жертву, свидетелей, полицию и пр. — и переложить на них вину. Другие люди будут просто представлять несколько меньший интерес, чем сам вершитель насилия.

Прямой и непосредственный разговор о насилии повышает шансы снять чувство вины, которое может быть вполне обоснованно. Возможность говорить о фактическом насилии, оставив вопросы вины, причин, обстоятельств и стыда на потом, дает мужчине шанс говорить свободно и подробно о том, в чем именно он — и никто другой — разбирается лучше всего: какого рода насилие он совершил. Тогда легко вознаградить мужчину за его рассказ. «Ты многое мне рассказал, и это хорошо. Это наилучшее начало из возможных для дальнейшей работы. Думаю, ты вспомнил больше, чем сам полагал поначалу, и нам с тобой это поможет в дальнейшем».

Существуют опасности, связанные с попыткой начать со второй фазы процесса, с разговора об ответственности. Ведь пока не ясно, за что именно мужчина может взять эту ответственность. Также прямо про-

тивопоказано, например, предлагать альтернативы и меры, прежде чем выполнен своего рода нулевой цикл, состоящий в описании и выявлении насилия. В этом случае не будет заложен фундамент для осуществления устойчивых альтернатив. Еще неизвестно, какие альтернативы мужчина уже успел опробовать. И неизвестно, альтернативой чему будет предлагаемая альтернатива. Если в начале работы увлечь клиента глубокими описаниями его собственной истории жизни или обстоятельствами вокруг насилия, возникает опасность, что мужчина будет делать акцент на своей роли жертвы. Глубокое погружение в детство и отрочество на этой стадии влечет за собой риск выпячивания этого периода жизни как причины насилия, а не как необходимого фона. Либо если уже в начале работы задержаться на последствиях, возникает опасность того, что мужчина переложит ответственность на кого-то другого, кого будет считать не менее ответственным за последствия.

На занятиях нам приходилось слышать возражения о том, что такое введение в терапию и последовательная фокусировка на насилии отпугнут совершившего насилие мужчину и что верх возьмут его чувства стыда и вины. Мы в своей практике такого эффекта не наблюдали. Дело в том, что изначальное — и пронизывающее всю работу — отношение при терапии насилия характеризуется уважением к мужчине и неподдельным интересом. При этом совершенно отсутствуют морализаторство и осуждение.

2. Фокусировка на ответственности

В консультировании правонарушителей и в терапии преступлений в общем и целом имеет место единство мнений касательно того, что ответственность занимает абсолютно центральное место (вне зависимости от национальной принадлежности, типа преступления, возраста и т. п.). Считается, что принятие на себя ответственности за свое преступление влечет более высокий уровень осознания и меньший риск рецидива.

С фокусировкой второго этапа — ответственностью — следует, однако, работать иначе, чем с предыдущей фокусировкой на насилии. Насилие — это нечто, о чем говорят, поворачивая его «и так и этак». Об ответственности же не говорят; дело в позиции, отношении клиента. Вопрос ответственности прорабатывается таким образом, чтобы повысилась степень принятия на себя ответственности клиентом. Вопрос ответственности невозможно проработать механически, он не может быть улажен, например, через признание или разъяснение юридической стороны дела. Слишком часто случается, что от преступника требуют «принять на себя ответственность» за совершенные деяния. И когда такое признание получено, считается, что вопрос вины и от-

ветственности снят. В результате имеем «увечное» понимание того, что должно означать полноценное принятие ответственности.

Можно для примера взять сравнение с терактом, после которого некая организация «берет на себя ответственность» за это преступление. Какую такую ответственность? За загубленные человеческие жизни? За возмещение физического и психического ущерба? За восстановление доверия детей к миру взрослых? Есть большая разница между утверждениями: «Я сделал это» и «Я принимаю на себя полную ответственность за то, что я сделал».

Полное принятие ответственности включает в себя определенную последовательность.

Момент описания события с собою самим в качестве субъекта — это первая предпосылка. «Я сделал это. Сначала я сделал так, потом так, а потом я сделал то-то и то-то». В качестве методики стимулирования к работе в этой части процесса можно порекомендовать попросить клиента начинать предложение с местоимения «я»: «Я сделал, я сказал, я стоял, я поднял правую руку и...» При этом явной становится отличие от традиционного объективирующего способа выражения: «получилось... вышло... случилось... было...» Таким образом, психотерапевт обеспечивает, чтобы беседы касались самого мужчины, того, как и что он делал и думал, что было для него важно, каковы были его намерения.

Однако это вовсе не означает игнорирование мыслей и высказываний мужчины о другой стороне конфликта. Продолжая проработку ответственности, полезно время от времени останавливать процесс, чтобы дать время на размышление: «Остановимся там, где ты в данный момент находишься — за пять секунд до удара. О чем ты думал? Что тебя характеризовало именно в этот момент? В какой ситуации выбора ты находился? Ты мог бы поступить иначе? Сейчас, когда ты и я — мы оба сидим здесь и размышляем о случившемся, что бы ты хотел сделать вместо того, что сделал? Ты порекомендовал бы своим детям или внукам поступить так, как сделал ты? Ты сделал бы то же самое, если бы снова оказался в такой же ситуации?».

Таким образом, в сознании мужчины очень отчетливо предстает активный выбор. Опираясь на проработку фактического материала на первом этапе и разбирая свою роль в острой ситуации на втором, мужчина приходит к пониманию, что насилие — принятый им способ разрешить проблему в конкретный момент, но он может выбирать между этим способом и каким-либо другим.

Благодаря помещению мужчины в центр процесса мужчина сам становится агентом события (производителем действия). Он становится тем, кто направляет ход событий, он контролирует происходящее и сам

противоречит весьма распространенной инициальной установке: «Я потерял контроль». Таким образом, он видит — без обвинений и возлагания на него вины со стороны терапевта, — что он управляет ходом событий. Он вновь возвращает себе традиционную мужскую потребность в контроле. «Я контролировал свои действия, но в тот момент выбрал насилие вместо более умного варианта. Именно я управлял эпизодом, именно мои потребности я старался удовлетворить, а не ее». Смещение фокуса внимания с избитой («она запрашивалась на это; она сама этого хотела; она так себя вела, что заслужила это») на насильника делает его не просто ответственным, но подчеркнуто ответственным («я сделал то, чего, по-моему, требовала ситуация; я сделал то, что хотел сделать, но мне на какое-то время было легче думать, что это она хотела этого; я сделал то, чего она, на мой взгляд, заслуживала, но сделал это именно я»).

Если помочь мужчине переломить ложный паттерн причинно-следственного мышления («она была причиной моего поведения, поэтому она за него отвечает»), он сможет осознать, что он становится главным действующим лицом в произошедшем («я был причиной моего поведения — даже если оно стало следствием моего отношения к тому, что она натворила, — и поэтому я несу ответственность»).

Методика фокусировки на ответственности при проработке насилия является всего лишь полноценным воплощением той смены парадигмы, представителем которой является Пер Исдал (ATV, Норвегия): смещение интереса с причины на намерение. Ошибочное рассуждение звучит так:

- Если насилие со стороны мужчины вызвано действиями женщины, то женщина и несет ответственность за это насилие.

Однако если мы изменим ход рассуждения и станем говорить о намерениях мужчины, то и ответственность смещается:

- Если намерение (замысел, цель) мужчины в связи с насилием состоит в том, чтобы тем или иным образом воздействовать на женщину (наказать ее, остановить ее, отомстить ей, заставить ее понять что-то), тогда совершенно ясно становится, что мужчина отвечает за свои действия.

При этом понятие мужественности получает более полноценное содержание. Это очень по-мужски — быть в центре, решать, руководить и быть движущей силой:

- Да, именно я решаю, что мне делать, и какие намерения стоят за моими действиями, включая насилие.

По мере продвижения терапии в одной беседе за другой принятие мужчиной на себя ответственности перейдет в новую стадию. Новый взгляд на свое поведение и свое насилие помогает мужчине постепенно

обрести более широкий взгляд и на то, что вообще означает ответственность в его жизни. Высказывания типа «Автобус ушел у меня из-под носа» начинают заменяться фразами, вроде «Я поздно вышел и не успел на автобус». «Дети такие пугливые» заменяется на «Я понял, что легко могу напугать своих детей». «Ага, теперь Фонд помощи жертвам преступлений хочет из меня денежек выкачать!» заменяется на «Конечно, я готов заплатить столько, сколько мне сейчас по силам». «Да ты знаешь, что она перед этим со мной сделала?!» заменяется на «Я выбрал насилие, это ведь был мой выбор, что бы она там перед этим ни сделала по отношению ко мне».

Эта работа может быть превратно истолкована: мол, мужчина помещается в центр и сосредоточивается на самом себе. В точности, как в пропитанных насилием отношениях! Живя в них, женщина воспринимала ситуацию так, что все исходит от мужчины, именно он, его чувства и намерения определяют их совместную жизнь. Но когда терапевтическая работа снова помещает мужчину в центр внимания в рамках работы с фокусировкой на ответственности, целью является формирование сознательного и принимающего на себя ответственность мужчины.

Может случиться, что женщина во время и после участия мужчины в терапии — индивидуальной или групповой — воспринимает его как вновь сосредоточенного на самом себе именно потому, что собеседования так сфокусированно направлены на самого мужчину. Можно понять, что это непривычно и для мужчины, и для женщины, почему необходимо дать этому процессу требуемое время, что мужчине позволено совершать ошибки, что женщине понадобится время, чтобы познакомиться со своим «новым» мужчиной, с другим поведением и другим отношением. При этом полное принятие ответственности представляет собой новое понимание мужественности. Брать на себя ответственность в высшей степени по-мужски. Явно не по-мужски отрицать и сваливать все на других. Человек, принимающий на себя ответственность, «растет», а достоинство того, кто сваливает на других, падает. Этот аспект делает продолжение работы делом благодарным. Наблюдать рост и развитие человека стимулирует и психотерапевта и клиента. Осужденный за насилие обретает ту силу, которая была утрачена из-за преступления. Речь идет о том, чтобы перевести обвинения со стороны другого или обвинения против другого в свою собственную активность. Это наполнено силой, это, если хотите, по-мужски — говорить об этих вещах и говорить в таких терминах, как «это я; я сделал так-то; я делаю так; я думаю так; я делаю такой выбор».

Анализируя границы своей ответственности, мужчина может прийти и к обратному умению — не брать на себя чужого, осознавать, что

при самом неблагоприятном его поведении он отвечает далеко не за всю домашнюю ситуацию, но лишь за свои поступки и отношение. Если верно то, что принятие собственной ответственности делает человека сильнее, то верно и обратное: взятие на себя чужих «грехов» ослабляет и снижает возможность управлять своим поведением. Подобное умение тем более важно, что в нашей культуре, еще носящей в себе следы патриархальности, именно на мужчину возлагается, например, роль «главы семьи», причем это возложение может быть совсем не критично к реальным способностям мужчины нести на себе бремя реальных или мнимых обязанностей.

Таким образом, когда мужчина в процессе терапии получает помощь, чтобы увидеть свои действия под новым углом зрения, с ним происходит еще одно изменение радикально позитивного характера. Частенько и женские организации говорят о мужской власти, о том, что применяющий насилие мужчина имеет власть и осуществляет ее. Сам мужчина редко разделяет это мнение: скорее он чувствует себя бессильным. Поэтому когда мужчина замечает, что психотерапевтическая работа фокусируется на действиях мужчины, это дает ему власть над собственной жизнью. Не в последнюю очередь важно, что начальная стадия растерянности, беспомощности и бессилия сменяется тем, что мужчина видит, что он делает, что он может и хочет делать. Так он возвращается в насыщенную силой мужественную позицию.

Отдельно стоит подчеркнуть, что интересным способом сформировать ответственную позицию мужчины является и корректное и последовательное построение отношений в паре клиент — консультант. На начальном этапе консультирования клиент предоставляет важный материал, не только рассказывая о том, что происходит у него дома, но и демонстрируя в каждый момент времени привычный для себя стиль поведения. Это касается многих аспектов и ответственности не в последнюю очередь. Спокойный и уверенный проговор условий построения отношений между клиентом и консультантом, заключение психологического контракта, возвращение в нужный момент субъектной позиции клиенту, последовательный отказ брать не себя не свойственные консультанту роли, выполнение консультантом своих обязательств, другие способы проведения сбалансированной работы с границами ответственности между участниками терапевтического процесса дают возможность клиенту почувствовать себя частью ответственных взаимоотношений, примерить на себя эту роль.

3. Фокусировка на контексте

Серьезная работа с фокусировкой на ответственности создает основу для продолжения движения и фокусировке на третьей теме —

контексте. Если двигаться в обратном порядке, не укоренить сначала принятие ответственности, возникает риск того, что мужчина позволит контексту и обстоятельствам взять верх над ответственностью:

«Это зависело от того-то и того-то... Если бы только знали, каково мне было тогда... Я стал жертвой обстоятельств, поймите же...».

Однако если уделять достаточно места обстоятельствам и контексту, это постоянно дает новые нюансы в понимании насилия. Фокусировка на контексте призвана проявить осознанность клиента в такой специфической области, как взаимосвязи процессов и событий его жизни с ситуациями насилия, автором которого он является. Она может быть сведена к двум основным аспектам:

1. Какие фактические обстоятельства царили в жизни клиента в момент насилия и каким было его конкретное физическое окружение?
2. Каков психологический контекст насилия в виде биографии мужчины и прежнего опыта попыток справиться с собственным насилием?

Таким образом, первая задача терапевта и его клиента — понять, что происходит в текущей жизни клиента, помимо ситуаций насилия, какие в ней есть важные обстоятельства и события, а также подробно остановиться на физическом контексте насилия. Нам уже известно после проработки первого этапа, как протекало насилие. Теперь важны сопутствующие обстоятельства, фон, на котором оно протекало.

К фону можно отнести место его работы, друзей, способ проведения досуга. Важно понять, что с мужчиной происходит в данный отрезок времени, чем он дышит, что занимает его голову и сердце, как это влияет на происходящее дома, и наоборот. Например, можно выяснить, что после работы, где не самые комфортные условия труда и не лучшие отношения в коллективе, мужчина возвращается домой усталый и взвинченный, а дома срывается на близких. Или что есть лучший друг, с которым он редко видится, но это именно тот человек, которому наш клиент доверяет и слова именно этого человека, сказанные вовремя, могут разрядить напряжение и предотвратить домашние скандалы или очередной эпизод насилия.

Специфическим объектом внимания на этом этапе может стать система убеждений и представлений клиента в отношении гендерных ролей. Актуализируя в сознании эту информацию, можно провести анализ ее реалистичности, применимости в современности (так, порой наши клиенты в России апеллируют к Домострою, некритически перенося его положения в свою жизнь), оценить соответствие поступков мужчины его убеждениям, опять же найти взаимосвязь его убеж-

дений и насильственного поведения, а позже, на этапе фокусировки на «Альтернативе», восполнить возможные пробелы системы ценностей клиента.

Понятно, что вся эта информация может очень пригодиться для целостного восприятия происходящего.

С другой стороны, как отмечалось, здесь же ставятся очень конкретные вопросы о физическом окружении насилия: Где? Когда? В какой комнате оно происходило? При каких очевидцах и других присутствующих? В какое время суток, года? В каких условиях находились тогда сам мужчина и другие лица? Применялось ли оружие или другие предметы? То есть мы расширяем тот информационный блок, который уже рассматривался на первом этапе. Когда речь идет о повторяющемся насилии (что бывает часто), вновь задаются вопросы: где, когда, как? Есть ли общий паттерн в этих случаях, повторяющийся сценарий? Имело ли место воздействие алкоголя или других наркотических средств, медикаментов, усталости?

Данный раздел может показаться очень близким к детальному полицейскому расследованию. Однако выявляется решающее отличие: мужчина знает, что вопросы один за другим задаются исходя из неприкрытого интереса, для того, чтобы все больше и больше понимать ситуацию, чтобы сложить факты с фактами, чтобы выявить детали, которым до сих пор не уделяли внимания. Целью вопросов и ответов также не является — в отличие от задачи полицейских — привлечь к ответу, обвинить или добыть доказательства, чтобы со временем в суде добиться обвинительного приговора. Вместо этого, благодаря беседам с психотерапевтом, мужчина начинает разделять этот интерес, для него становится важным поделиться знаниями, фактами, деталями, когда любая мелочь может оказаться ценной. Опять речь идет о сотрудничестве сторон, клиента и терапевта, в очень важном деле: обеспечении расширенного понимания происходящего.

Из работы с дебрифингом известно, что чем больше говоришь о чем-то, тем больше материала может обнаружиться. Одно тянет за собой другое. Одно воспоминание оживляет другое. Если вспоминают несколько человек, их воспоминания складываются, так что вместе они вспоминают еще больше. Многократно проговаривая свои воспоминания, мужчина снова и снова погружается в эпизоды насилия, углубляя понимание самих фактов, своей способности управлять ситуацией и делать выбор, т. е. ответственности и контекста происходящего. В групповой психотерапии этот эффект наблюдается часто. Один из мужчин рассказывает о своем контексте, и это помогает другому мужчине либо подтвердить и дополнить: «Да, точно, со мной было так же!» либо:

«Когда ты это рассказываешь, я вспоминаю, что вот у меня...».

Другой распространенный эффект состоит в том, что первая беседа — которая, разумеется, может быть весьма содержательной и подробной — все-таки характеризуется некоторой инициальностью и нервозностью. Поэтому «беседа № 2» может стать повторением, проходящим в более спокойном темпе, при котором обнаружатся новые детали: «Об этом я в прошлый раз как-то не подумал, а потом меня прямо осенило...» Все это можно преобразовать в применимую методику: «В прошлый раз — а это была наша первая встреча — ты рассказал очень много. Я хотел бы, чтобы ты сегодня рассказал мне все это еще раз. Дело в том, что — как это обычно бывает — ты в этот раз, вероятно, вспомнишь какие-то еще детали, подумаешь о еще каких-то вещах. У тебя возникнут новые ассоциации. У меня возникнут новые ассоциации, и я захочу задать тебе другие уточняющие вопросы. Поэтому мы можем рассчитывать, что после сегодняшнего разговора и ты и я будем знать еще больше о твоём насилии, о том, что ты делал и в каких обстоятельствах». «Позволь мне, к примеру, начать с вопроса о том, где находились ваши дети в тот момент, — это как-то не прозвучало в прошлый раз...».

Документирование части фактической информации о контексте насилия может быть полезным для последующих бесед, с одной стороны, потому что появляется много материала, который необходимо упорядочивать, с другой — для того, чтобы можно было использовать эту информацию повторно (а для терапевта — отделять рассказ о событиях одного действующего лица от рассказа другого). При этом необходимо четко объяснить, что речь вовсе не идет о документировании в полицейском смысле слова!

Отдельные случаи насилия чаще всего являются составляющими более широкого контекста. Но благодаря столь интенсивной фокусировке на контексте насилия отдельный его случай по необходимости попадает в фокус внимания. Намерение состоит в том, чтобы в ходе терапевтической работы уйти от общих описаний («мы дома уже давненько ругались; я обычно бываю довольно задиристым; случается, что я уже не могу терпеть всего этого дерьма»). Только когда насилие помещается в свой очень конкретный контекст, оно становится реальным («я часто сердился на нее вечером в пятницу, когда мы собирались устроить что-нибудь по-домашнему приятное; у меня внутри очень неприятное чувство, и я не могу заснуть, а утром начинаю говорить ей гадости; я раза три или четыре давал ей оплеуху — только дома, ясное дело, когда дети были у ее мамы, но когда она начинала меня понимать»).

Иными словами, существует опасность, что мужчина постарается

ограничить свою ответственность отдельно взятым случаем (который отрицать невозможно и по поводу которого в полицию подано заявление) и не увидит охвата своего контролируемого поведения. Часто имеет место самый тяжелый случай, недавний случай, острая ситуация, которой поначалу уделяется основное внимание. Но психотерапевт должен пройти по этой тонкой грани, уделив внимание этому единичному случаю, но и не упустив из поля зрения целостной картины. Законодательство в Швеции, к примеру, также развивается параллельно с этим взглядом на насилие: в нем закреплено понятие «нарушение права женщины на личную неприкосновенность (на достойную жизнь без любых форм насилия)», которое позволяет объединять отдельные случаи насилия в паттерн поведения.

Другая задача для терапевта и клиента, как уже отмечалось, — рассмотреть психологический контекст насилия в форме истории жизни мужчины и прежних попыток справиться со своим насилием. Это может напоминать традиционный сбор анамнеза: каков твой прежний опыт насилия и что ты в тот момент делал? В тот раз ты сам совершал насилие, стал его жертвой или свидетелем? Ты был испуган, зол, хотел отомстить, был агрессивен, подавлен, «добр», склонен загладить вину или что-то иное? Какое значение имел этот случай для твоей дальнейшей жизни? В этот — самый «свежий» — раз или в течение насыщенного насилием совместного существования последнего времени — каковы были твои чувства? Получал ли ты своего рода эмоциональные предупреждения? Непосредственно перед ситуацией насилия что ты чувствовал и о чем думал? Ты ощущал себя в эти моменты сильным или слабым? Энергичным, готовым к действию или словно бы парализованным?

Довольно ходовым стало понятие «психологическая прихожая», об этом приеме отчасти уже говорилось при обсуждении фокусировки на ответственности. Речь идет о создании пространства для эмоционального и интеллектуального размышления, которого не было в момент актуальной ситуации насилия. На практике можно попросить мужчину детально рассказать о происходившем вплоть до момента за пять секунд до удара и там остановиться: «Если ты вот сейчас находишься в психологической прихожей — как раз перед тем, как все случилось, — что ты чувствуешь? О чем ты думаешь? У тебя возникает рефлексия по поводу прежних случаев? Ты думаешь о последствиях? У тебя есть мысли о том, что случится дальше? Ты самого себя видишь как человека сильного и дееспособного? Или как слабого и несчастного?».

Когда проделан такой анализ, мужчина может понять, как он сделал то, что сделал, что у его поведения была история либо что у него

просто не было опыта другого поведения. При этом генезис вовсе не идентичен объяснению и оправданию: что из-за своей жизненной истории он освобождается от ответственности за ход событий. Но это способствует пониманию, которое делает его жизнь понятной и позволяет справляться с будущими инцидентами.

Вполне вероятно, что если мужчина вместе со своим терапевтом задержится в психологической прихожей касательно насилия, прежде имевшего место, он сможет применить это в своей нынешней жизни: «В выходные, когда обстановка стала накаляться, я на самом деле попробовал думать в этом направлении; я взял паузу на пять секунд, чтобы подумать, и увидел больше вариантов, чем раньше». Он может также ответить на вопрос, есть ли ситуации, с которыми он справляется приемлемым образом, есть ли у него стратегия выхода из критических ситуаций, даже если она не сработала в этом конкретном случае. Может также оказаться, что у мужчины нет действенной модели отношений, которая не сформировалась в результате воспитания или в ходе прежних отношений, и, значит, у него есть серьезная причина усвоить новый паттерн отношений.

Такая психологическая работа благодаря постоянно повторяющемуся соотношению с насилием не будет являться классической психодинамической проработкой детских психотравм. Впечатления детства и отрочества не будут предметом рассмотрения сами по себе и любой ценой; они предстанут в новом свете: что значили твое детство и отрочество для твоего насилия?

Для систематизации работы по сбору анамнеза можно предложить клиенту заполнить простую таблицу, которую мы называем «Матрица воспоминаний» (таблица 3). В ней необходимо перечислить ситуации столкновения мужчины с насилием в разных ролях, характерных для всех случаев насилия: жертва, свидетель, автор насилия. Отдельно можно попросить вспоминать ситуации детства и зрелого возраста. В дальнейшем таблица может пополняться по мере того, как психологические защиты будут допускать к осознанию все больше вытесненных эпизодов, а корректное с психологической точки зрения погружение в каждый значимый эпизод позволит еще более расширить понимание контекстной информации и получить доступ к ранее заблокированным ресурсам личности.

Таблица 3 — Матрица воспоминаний

	Жертва насилия	Свидетель насилия	Человек, совершающий насилие
Я — ребенок			
Я — взрослый			

Интерес, пронизывающий всю терапевтическую работу, находит хорошее выражение в этот момент идентификации психологического контекста: увлекательное занятие — разбираться в самом себе и постоянно узнавать о себе больше. Тот, кто много знает о себе самом, становится компетентным специалистом по себе самому.

4. Фокусировка на следствиях

Четвертая тема фокусировки основывается на детальном анализе последствий насилия в трех измерениях: позитивные и негативные, краткосрочные и долгосрочные, затрагивающие всех участников ситуации насилия. И на обучающих семинарах, и в практической работе по групповой терапии идентификацию последствий насилия нередко облегчала простая таблица (приводимая таблица заполнена вымышленными, но возможными примерами, представляющими точку зрения мужчины) (таблица 4).

С помощью этого обзора насилие получает дополнительные измерения. Чаще всего обращают внимание на непосредственные эффекты для жертвы: травмы, кровоподтеки, боль. Но вот внимание к долгосрочным процессам делает последствия насилия гораздо серьезнее. Насильник охотно придает значение тем неприятностям, которым он подвергается: допросы, лишение свободы, наказание, унижение. Требуется особое отношение, даже чтобы осознать позитивные последствия насилия. «Чего же хорошего может быть в насилии?!». Психологическая проработка может высветить, например, непосредственно в тот момент переживаемое ощущение эмоциональной победы, своей правоты, того, что «она получила по заслугам», собственного могущества. Непосредственный усиливающий эффект от переживаемого в течение 14 секунд упоения победой может быть сильнее воздействия отсиженных 15 суток, даже если это наказание пришлось на новогодние праздники. Последствия для жертвы насилия обычно совершенно ясны, их приводят и в суде. Однако есть различия между непосредственными последствиями, заметные невооруженным глазом после ситуации насилия, и далеко идущими последствиями, которые выявляются при медицинских и психологических обследованиях и которые встанут в полный рост, когда мужчина пытается исправить положение.

«А разве это теперь имеет значение? Это же было так давно!» Часто мы сталкиваемся с тем, что мужчина не только недооценивает долгосрочных последствий насилия, но и вообще не обращает своего внимания на длительную перспективу. В восприятии клиента последствия ситуации закончены, когда зажил последний синяк, убраны следы разрушений, женщина снова, казалось бы, обычным образом общается с ним, разделяет супружеское ложе. Но длительная и разрушительная работа страха, некоторые новые поведенческие особенности, возникшие у женщины или ребенка, ставшего свидетелем насилия, «натянutosть» отношений могут остаться незамеченными.

Таблица 4 — Последствия насилия

Какие следствия может иметь насилие	Позитивное, краткосрочное	Позитивное, долгосрочное	Негативно, краткосрочное	Негативное, долгосрочное?
Для самого мужчины	<ul style="list-style-type: none"> восстановил контроль; победил; ощущение победы; решил конфликт 	<ul style="list-style-type: none"> остановил развитие событий по негативной спирали; начал психотерапию; обрел новый взгляд на самого себя; разорвал плохие отношения 	<ul style="list-style-type: none"> боль в руке; противный привкус сразу после скандала; неудача; страх; опозорился 	<ul style="list-style-type: none"> тюремный срок; потеря жены и детей; потеря работы и репутации; финансовые потери
Для женщины	<ul style="list-style-type: none"> увидела, что я за дерьмо; получила отличный повод уйти от меня 	<ul style="list-style-type: none"> заставила меня заняться моим насилием; получила помощь в принятии новых собственных решений 	<ul style="list-style-type: none"> боль; кровоподтеки; страх; хаос 	<ul style="list-style-type: none"> физическая травма; потеря веры в отношения; финансовые и социальные потери
Для ребенка	<ul style="list-style-type: none"> скандал внезапно и решительно закончился; кто-то другой видел, что произошло дома 	<ul style="list-style-type: none"> прекратились крики и скандалы дома; получил психотерапевтическую помощь; папа стал добрее 	<ul style="list-style-type: none"> ситуация пугает; бессилие, непонятно, что мне делать 	<ul style="list-style-type: none"> не знаю, могу ли доверять папе или другим взрослым

Потому тщательная проработка по нескольким измерениям идет на пользу заинтересованности и добавляет знаний о насилии. Мужчина вновь помещается в центр внимания, но по-новому. «Что для тебя значило твое насилие? Если посмотрим не только на самые явные последствия — что тебя приговорили к административному надзору и возмещению ущерба? Что произошло с твоей самооценкой? С твоими отношениями с детьми? С твоей бывшей тещей? Давай сначала посмотрим на непосредственные последствия для тебя, а потом на то, какие последствия насилие имело для тебя теперь, год спустя, и хорошие, и плохие. Давай проделаем то же самое для твоей жены, для ребенка».

Введение ребенка в картину ситуации — момент одновременно и благодарный и болезненный. Нет родителей, которые желали бы плохого своим детям, и поэтому неспешный, продуманный и детальный анализ того, что переживал ребенок, зачастую причиняет боль. Но если у мужчины/отца хватает с нашей поддержкой сил не отталкивать эту боль, пережить новую для себя информацию, нередко эффектом оказывается, что несколько месяцев спустя у него открываются глаза на то, что ощущал его ребенок в момент насилия, в период, ему предшествовавший, во время последующих событий. Вместе с тем, как уже отмечалось, действенной оказывается работа с измерением позитивных и негативных следствий насилия, а не только явственно негативных. Позитивным эффектом для ребенка может стать как раз то, что теперь подключаются детские психологи, давая ребенку шанс проработать свои переживания. Другой такой эффект — то, что насилие привело к необходимости психотерапии для самого мужчины; это помогло остановить насилие и, в свою очередь, способствовало существенному улучшению отношений между мужчиной и его ребенком — эффект, за который мужчина будет бесконечно благодарен.

Получение мужчиной представления о том, что насилие фактически имело для него позитивные последствия, может дать ему понимание мощных эффектов насилия (основная мысль Пера Исдала). Насилие не имело бы такой силы и не возникало бы повторно в повседневной жизни мужчины, если бы не влекло за собой именно этих позитивных следствий. Насилие существует потому, что оно эффективно и с ним связаны сильные положительные переживания. Однажды ощутив вкус быстрого «решения» проблемы, мужчина, если так можно выразиться, интеллектуально и эмоционально привязывается к этому поведенческому паттерну. Возобновляя акты насилия, он получает новые дозы самоутверждения и поддерживает в семье нужный ему порядок вещей. Таким образом, человек все больше становится именно насильником. Осознание этих фактов клиентом, стремящимся

остановить свое насилие, уже принявшим на себя ответственность за свои деяния и прочувствовавшим глубокие взаимосвязи между фактами насилия и остальным опытом его жизни, приводит к более полному принятию позиции творца своей жизни и возможности ее изменить.

В то же время может звучать и принципиально иной позитив. Было ли насилие однократным случаем или звеном длительного процесса, последнее по времени серьезное событие повлекло за собой нечто новое: появилась возможность остановить насилие и начать терапию. «Иначе насилие наверняка продолжалось бы, — часто говорят мужчины. — Все могло стать еще хуже, все могло закончиться очень плохо — я, может, просто убил бы ее. Так что — как бы странно это ни звучало — случилось нечто хорошее».

Когда мужчине предоставляется возможность близко рассмотреть последствия насилия для других участников ситуации, у него развивается способность сопереживания, умение взглянуть на ситуацию глазами другого. Приходилось слышать утверждения, что у лиц с определенными психическими нарушениями — и не в последнюю очередь у склонных к насилию — отсутствует способность к эмпатии или даже способность развить эмпатию. Наш опыт работы эту точку зрения не подтверждает. Напротив, мы видели множество примеров того, что если именно этому моменту рассмотрения последствий уделяется достаточно времени, то повышается способность понимать, каково было ребенку, что у ребенка были причины испугаться или повести себя на первый взгляд иррационально, или понимать, что женщина может испытывать страх, угрозу и манифестировать различные посттравматические симптомы долгое время спустя после судебных разбирательств. На этом этапе работы для лучшего освещения изменения состояния другой стороны, т. е. жертвы, можно пригласить на собеседование с клиентом специалиста из женского кризисного центра и детского психолога. Они помогут мужчине не только актуализировать свои наблюдения за долгосрочными последствиями насилия, но и проведут важную информационную, обучающую работу, основанную на научных наблюдениях за жертвами и свидетелями насилия. Мужчина сможет лучше узнать, что происходит с человеком в результате домашнего насилия, на что стоит обращать внимание, чтобы лучше понять своих близких и исправить тот вред, который он причинил. Один из важнейших эффектов описания последствий — то, что совершившему насилие мужчине становится трудно после такого описания отрицать масштабные последствия насилия, преуменьшать и багателизировать его.

5. Фокусировка на альтернативе

Когда насилие благодаря вышеописанному основательному анализу освещено во всех своих измерениях, становится возможно, с одной стороны, увидеть его опасные и обширные последствия, с другой — понять, что, по всей видимости, должны существовать не менее мощные альтернативы. То, что мужчина имеет возможность выбрать насилие либо отказаться от насилия, кажется вполне ясным. Он получает шанс задаться вопросом, сделал ли он когда-либо лучший выбор. Может ли он вспомнить какой-то особый случай, когда он поступил так, как хотел бы поступать почаще? Получился ли хоть раз явно удачный исход и видит ли он в этом модель поведения, которой он хотел бы следовать в дальнейшем? Есть ли у него уже, собственно говоря, доступ к альтернативам и если да, то при каких условиях? Может ли он в ходе терапии дорасти до альтернативного поведения? Или может ли он получить и принять советы от других членов группы, если, конечно, он участвует в групповой терапии? Если его попросить описать словами свое нынешнее поведение в противовес прежнему, носившему печать насилия, чем оно характеризуется?

Ответы, которые нам частенько дают мужчины, свидетельствуют о том, что для них открылся доступ к речи, к словам. «Ну, так теперь-то я могу говорить! Я решаюсь показать свои чувства. И я научился слушать. Нет необходимости раздражаться в ответ на все. Теперь я могу это отпустить». Разговор вместо насилия! Очень вдохновляющая и глубокая альтернатива. Наверное, большинство ненасильственных стратегий разрешения споров и развития отношений связано с развитием уровня коммуникативной культуры сторон. Это стоит отдельных совместных размышлений.

Важный аспект альтернативы — то, что, конечно же, совершенно необходимо остановить насилие. Убрать его как способ решения крупных и мелких конфликтов, будь то дома или на работе. Но недостаточно просто перестать применять насилие. Не может мужчина всю оставшуюся жизнь «переставать применять». Необходимо чем-то заполнить место насилия. «Устраните насилие, но, ради бога, вложите что-нибудь другое!» Без альтернативы мужчина будет чувствовать себя «не в своей тарелке».

Задачей психотерапевтов не является предлагать мужчине альтернативы. Такой подход способствовал бы искаженному представлению, что гендерно обусловленное насилие «излечивается» с помощью трюков и фокусов, если окажешься в конфликтной ситуации в рамках отношений. Напротив, гораздо более действенным оказывается, когда мужчины — прежде всего в группе — делятся своим опытом касатель-

но того, кто как себя повел и какие это дало результаты:

— *Я обычно считаю до десяти.*

— *Ну, мне-то пришлось бы до тысячи считать!*

Терапевт может объяснить в этом случае, что, вероятно, нельзя решить проблему одним каким-то приемом, что требуется изменение поведения в общем плане и приостановить собственные агрессивные позывы. Когда мы думаем и говорим с нашими клиентами об альтернативе насилию, можно назвать два направления размышления:

- Как я могу вести себя иначе в конкретный момент ссоры, в той ситуации, где раньше я прибежал к насилию?

- И второе, подымаясь к более высоким уровням обобщения, если для этого есть ресурсы: как изменится моя жизнь, если я перестану использовать насилие в самых разнообразных ситуациях? Каким я могу стать?

Мужчины могут вспоминать:

— *Мы обычно делаем, как в детском саду: тот, кто поднимает вилку вверх, получает возможность высказаться до конца.*

— *Мы тоже так делаем, хотя и без вилки.*

А терапевт получает возможность показать, что новым является слушание, а не «метод вилки».

— *Я замечаю, что это дает большой эффект, когда я просто сижу и выслушиваю ее вместо того, чтобы вскочить и начать скандалить.*

— *Трудновато сидеть и ждать, и слушать, но я тренируюсь. Это, во всяком случае, лучше, чем драться.*

Терапевт может подчеркнуть, как уважение находит свое выражение в усилении понять другого и сдержанности своих привычных паттернов реакции.

— *Я заметил, что раньше часто ругался с людьми в транспорте, а теперь просто еду и смотрю в окно.*

— *Меня очень злило большое число приезжих, иностранцев на улицах нашего города, а сегодня я разговорился с одним из них, и мне было интересно.*

Терапевт может поддержать этот любопытный поворот в беседе, быть внимательным к тому, как «новыми» глазами видится мужчинам «прежний» мир? Возможно, и место мужчины в этом мире изменится, да и сам мир может быть постепенно становится не совсем «прежним». Работа с альтернативой насилию заняла настолько центральное место в терапевтической работе, что для наших норвежских коллег она стала идентифицироваться с самой деятельностью. «Альтернатива насилию» — ATV — так с момента основания в 1987 году звучит название фонда. Для совершившего насилие уже в самом этом названии

заключено позитивное начало: существует другая возможность, кроме опустошительного насилия. Это название несет в себе позитивное отношение, с которым клиента встречают, оно стимулирует мужчину к самостоятельному поиску и опробованию этих альтернатив, оно внушает надежду в той сфере, которая всегда была столь отягощена унынием и неверием в свои силы.

Из истории становления модели НОКСА

В Санкт-Петербурге с моделью консультирования НОКСА мы познакомились благодаря усилиям скандинавских коллег. В апреле 2004 года норвежские психологи Мариус Рохель и Пол Кристиан Молин из АТВ провели тренинг в рамках проекта Кризисного центра для женщин «Пилотные группы для мужчин по гендерному насилию», был снят первый методический фильм по работе с мужчинами-обидчиками. Затем полномасштабный тренинг был повторен для специалистов кризисных и социальных служб Северо-Запада в рамках проекта «Транснациональная сеть кризисных центров для женщин Баренцева региона» Полом Молином и Дидриком Хогелундом из АТВ. На международной конференции «Роль мужчин в преодолении домашнего насилия» в 2004 году специалисты из Индии, Коста-Рики, Германии представили свои программы по работе с насильниками, тем не менее в Петербурге преимущество получила норвежская модель из «Альтернативы насилию».

В 2006–2011 годах регулярные семинары с группой российских специалистов проводил руководитель Консультации для мужчин по противодействию насилию в г. Уппсале (Швеция) Ханс Оберг. Ханс Оберг стал тем человеком, который, восприняв профессиональный запрос от норвежских коллег, организовал подобную работу в Швеции и, в свою очередь, во многом инициировал становление соответствующей практики в Санкт-Петербурге в центре «Альтернатива насилию» АНО «Мужчины XXI века». Ханса Оберга активно поддерживал и фактически организовал работу в Санкт-Петербурге еще один шведский психолог, Видар Веттерфальк («Men for Gender Equality»), который много сил уделил тому, чтобы международное эффективное сотрудничество в деле противодействия домашнему насилию состоялось.

Ханс Оберг характеризовал следующим образом практику, сложившуюся в Швеции: «Мужская консультация против насилия в Уппсале (Центр по работе с мужским насилием) (MVU), инициаторами создания которой стал я сам вместе с нашей рабочей группой и которая в течение десяти лет была местом моей работы, свою деятельность строила в основном на “фундаменте” вдохновения и знаний, полученных от Фонда «Альтернатива насилию» (Stiftelsen Alternativ til Vold, ATV) в Осло. Именно встречи в начале нашей работы в 2000 году с психологами ATV

Мариусом Рокилом и Пером Исдалом стали для нас источником основополагающей методики и решающего подхода к проблеме насилия.

Оказалось, что принятые ATV пять моментов фокусировки в терапии смогли не только указать нам путь в самом начале, когда мы заложили эти ключевые слова (Насилие — Ответственность — Контекст — Следствие — Альтернатива) в программу нашего базового обучения. Но и позднее у нас получалось год за годом осуществлять нашу деятельность, опираясь на эти пять краеугольных камней, так что мы превратили их в модель для экспертизы ситуации, осуществления терапии и ее оценки.

Начиная с конца 1980-х годов психологи из ATV весьма активно выступали в роли лекторов и консультантов в странах Северной Европы. Когда методика, несшая на себе яркий отпечаток деятельности ATV, была взята на вооружение в Швеции, году в 2006–2007 даже стали говорить об “ATV-модели”, несмотря на то, что ATV был и остается фондом (см. www.atv-stiftelsen.no).

Если пять ключевых слов из методики ATV составить в ряд, их начальные буквы на шведском образуют слово, или понятие “VASKA”⁸. Историю этого слова можно проследить до работы центра MVU с папа-группами, начавшейся в 2003 году. Слово “VASKA” стало удобным в обращении и популярным понятием в беседах с мужчинами/отцами. Так термин “VASKA”, взявший начало в подходах ATV и работе MVU с папа-группами, стал общепринятой моделью для социальной службы по всей Швеции при оценке ситуации и терапии. Сегодня в Швеции используют понятия “ATV-модель”, “норвежская модель”, “VASKA-модель/VASKA-обследование/VASKA-терапия” как синонимы для обозначения сфокусированной и систематизированной методики психотерапевтической работы с насилием, с которым хорошо знакомо большинство североευропейских психотерапевтов.

Изначально заданные норвежскими коллегами импульсы применялись, адаптировались и развивались по-новому, с учетом более чем десятилетнего опыта психотерапевтической работы MVU (годы с 2001 по 2011, на которые я ссылаюсь) — как индивидуальной, так и в группах — коллектива сотрудников приблизительно из десяти человек над разными задачами, нацеленными на различные типы проблем, связанных с насилием. Смещались акценты, появлялись новые знания, но при этом следует подчеркнуть, что пять моментов фокусировки

⁸ Начальные буквы шведских (и норвежских) слов действительно образуют глагол *vaska*, означающий «мыть, вымыть; промывать (руду, золото)». В русском языке, к сожалению, подобная игра слов не получается. (*Примеч. перев.*)

работы, которые нам сообщили коллеги из ATV в начале 2000-х годов, сохранили свою убедительную жизненность и все это время оставались нашим важнейшим инструментарием в работе с насилием».

Дополнение 2

Модель НОКСА: хронологический или тематический порядок?

В ходе обучения новых психотерапевтов всегда возникает вопрос: в каком порядке работать с этими пятью ключевыми словами — моделью «VASKA» (НОКСА) — хронологическом или тематическом? Я придерживаюсь той точки зрения, что оба аспекта необходимо активно использовать одновременно.

VASKA (НОКСА) как хронологическая модель

Когда слушаешь наших норвежских коллег, разработавших эти пять тем в рамках ATV, все выглядит так, что с темами следует работать в хронологическом порядке, и к этому существуют серьезные причины.

Насилие должно быть первым. Насилие необходимо вывести на свет в начальной стадии, чтобы было с чем работать в дальнейшем. Тема насилия в начале работы обеспечивает четкий вход в предмет, который будет важным в ходе терапии. Насилие является основанием для продолжения работы, а методологически оно дает старт процессу выстраивания отношений между клиентом и психотерапевтом. Если насилие не названо, не будет основы для разговора на остальные темы: нет насилия, за которое нужно принять ответственность, нет насилия, которое нужно поместить в контекст, невозможно увидеть следствия насилия, если не увидел самого насилия, невозможно подобрать альтернативы, если нет четкого понимания, альтернативами чему они должны являться.

Продолжение затем работы с темой ответственности выглядит вполне естественным. Попытка же начать работу с ответственности влечет за собой риск того, что беседа останется на уровне общих рассуждений о том, за что мужчина/мужчины/люди должны брать на себя ответственность. Другая опасность состоит в том, что мужчина займет оборонительную позицию, чувствуя, что его обвиняют за то, что он совершил, не взяв на себя полной ответственности за это.

Тема **контекста** естественным образом занимает свое место, когда работа уже продвинулась по пути терапии и теперь можно посвящать силы и время подробному рассмотрению — почти раскапыванию — разных деталей контекста, ближних и отдаленных, из детства и отрочества. Если начать работу с контекста, и особенно с биографии клиента, у мужчины возникнет соблазн принять все это в качестве оправдания насилия. «Вот ты только послушай, каково мне было! Постарайся понять, в каких условиях я рос!». Слишком глубокое и преждевременное погружение в контекст несет в себе риск того, что мужчина укрепитя в своей роли жертвы.

Существуют также серьезные риски, если начать работу с (по)следствий. Насильник часто уже находится там — либо из-за самообвинений («Надо же, что я натворил»), либо из-за обвинений и упреков со стороны («Ты что, не понимаешь, что наделал!? Как ты мог совершить такое!?»), — и есть опасность того, что мужчина будет уделять время оправданиям, разговору о том, что находится вне его — о том, что касается ее, о том, что касается других участников, о внешних обстоятельствах, — вместо того, чтобы достаточно скоро и последовательно увидеть в случившемся свою роль и следствия для себя самого. Наверное, легче всего понять, почему нельзя начинать работу с альтернатив. С одной стороны, имеется соблазн все же сделать это, предлагая добрые советы и приемы решения ситуаций, не быть таким «злым» терапевтом, а уже в начале работы представить что-то хорошее. Такой соблазн может быть частью духа времени — типа, позитивное мышление и конструктивные действия. С другой стороны, такие альтернативы, то есть альтернативы, предлагаемые на ранней стадии работы, не будут иметь почвы, на которой могли бы закрепиться. У этих альтернатив не будет опоры, и ценность их будет не больше, чем ценность умных изречений в сборнике полезных советов. Таким образом, альтернативы насилию должны вырасти из собственного репертуара мужчины на почве всей предыдущей проработки.

Модель "VASKA" (НОКСА) как тематическая работа

Причина работать с моделью «VASKA» (НОКСА) тематически

состоит, прежде всего, во взгляде на пять фокусировок как на элементы проработки насилия при предоставляемой психотерапевту свободе располагать их во времени в том порядке, в котором они наилучшим образом подходят для достижения поставленных целей. Эта позиция

представляет собой мощный протест против метода работы согласно руководствам. Она включает в себе уважение к клиенту, подразумевая проработку тем и вопросов по мере их «созревания», а не согласно заранее установленному графику.

Это совпадает с классическим психодинамическим подходом: принимать и прорабатывать актуальные темы и вопросы в том порядке, в котором клиент их поставляет. Благодаря этому клиент в большей мере ощущает, что он находится в средоточии процесса и направляет ход событий, вместо того чтобы быть объектом терапии, порядок которой установил кто-то другой.

В работе в MVU последовательно отвергалась мысль о следовании какому-либо учебнику или руководству, причисляя к ним распланированную по времени или расписанную по темам психотерапию. Крайне плохо срабатывало, например, когда тему группового занятия пытались установить заранее и надеялись, что такой план будет выдержан. Вместо этого последовательная уверенность в пяти предметах фокусировки в модели «VASKA» (НОКСА) влечет за собой то, что все эти темы пребывают одновременно активными как на заднем плане сознания терапевта, так и, собственно, в комнате, где проходит психотерапия. В рамках ознакомительного (установочного) собеседования следует обсудить все пять предметов фокусировки. В каждой отдельной индивидуальной или групповой беседе можно успеть обсудить большинство тем — более подробно или только поверхностно. При завершении терапии и оценке ее результатов необходимо, чтобы все пять тем успели стать предметом терапевтической работы. В течение периода терапии или половины периода групповой терапии все пять тем оказываются проработанными. При представлении программы терапии, супервизии или обобщении все пять предметов фокусировки имеют место в качестве рамок для описания или истолкования работы.

Таким образом, модель "VASKA" (НОКСА) и при тематическом подходе предстает весьма очевидным инструментом даже без хронологической последовательности. Мужчины-клиенты вполне могли и с нашим тематическим подходом вписать свою проблематику в рамки пятичастной тематики. Ни одного дня, ни одного часа эти предметы фокусировки не оставались без внимания, но при этом нам не было нужды запираť самих себя или наших клиентов в рамках жесткой схемы.

2.5. Норвежская интегративная модель терапии с мужчинами, склонными к насилию [108]⁹

В последнее десятилетие большинство работ, проводимых с мужчинами, склонными к насилию, осуществлялось в рамках фиксированных по времени профеминистских психопросветительских программ, настаивающих на необходимости изменения когнитивно-поведенческих характеристик насильника. Профеминисты подвергли критике традиционную психотерапию, в частности психоаналитические подходы, за то, что они опираются на сексистские и патриархальные ценности, тем самым паталогизируя реакции женщин, возникающие у них как результат домашнего насилия. Одновременно утверждается, что методики работы с мужчинами, склонными к насилию, должны превратиться в современную «не-паталогизирующую» психотерапию, опирающуюся на профеминистскую идеологию, которая рассматривает индивидуальный и культурный аспекты мужского насилия. Более того, для того чтобы добиться устойчивых изменений в отношении насилия мужчин против женщин, эти методики не должны сводиться только лишь к психопросветительским и когнитивно-поведенческим программам.

Работа женского движения в убежищах для женщин, подвергшихся насилию, исторически стала основным источником, документально фиксирующим наличие насилия в отношении женщин, а также значимость медицинских и социальных последствий проблемы. В течение последних нескольких лет в некоторых из Северных стран были проведены общенациональные исследования для выявления масштабов проблемы домашнего насилия. Исследование в Финляндии показало, что 22 % всех замужних женщин или женщин, живущих с партнером, подверглось физическому или сексуальному насилию и/или угрозам со стороны своих сожителей [90]. Подобное же исследование, проведенное в Швеции, выявило, что 46 % женщин в возрастной группе от 15 до 65 лет подвергались хотя бы раз в течение своей жизни насилию со стороны мужчины [100]. Домашнее насилие настолько распространено, что может рассматриваться как типичная черта нашего общества, влекущая за собой огромные экономические затраты на меди-

⁹ М. Рохиль возглавляет программу для мужчин в фонде ATV. Магистерскую степень по психологии он получил в университете г. Осло (Норвегия). Диссертация была посвящена психологическим характеристикам мужчин, подвергающих насилию своих партнеров. (См.: Краткая биографическая справка об авторе.)

цинскую и психологическую помощь, необходимую для исправления последствий ситуации насилия. Данный факт был документально зафиксирован в исследовательской литературе еще тогда, когда Ленор Уокер предложила понятие «синдром женщины, подвергшейся насилию» [116].

До 1970-х жертвам домашнего насилия приходилось довольствоваться услугами, предоставляемыми существующей системой здравоохранения. Эти профессионалы практически ничего не знали о том, как обращаться с женщинами, подвергшимися насилию. Своими психиатрическими или психоаналитическими рекомендациями эти практики оказывали паталогизирующий эффект на этиологию проблемы своей женщины-клиентки. Однако в 1970-х женское движение поместило проблему мужского насилия против женщин в повестку дня. Профеминистская традиция возникла как реакция на психиатрическую и психоаналитическую традицию предыдущих десятилетий. Профеминисты утверждали, что необходимо рассматривать мужчину-наильника как проблему, поскольку мужское насилие в контексте патриархата представлено как норма и поэтому не замечается. В результате такого подхода поведенческие и эмоциональные реакции женщин, подвергшихся насилию, стали рассматриваться как естественные реакции на ненормальную и неестественную ситуацию, а не наоборот.

Однако дебаты по поводу того, как проблема домашнего насилия должна преодолеваться, продолжают. Одним из самых главных вопросов стал вопрос о том, что делать с мужчинами, совершившими насилие в отношении женщины. В научной и медицинской литературе встречается крайне мало описаний успешных курсов терапий насильников, как индивидуальных, так и в группах [76]. Тем не менее встречается достаточно много описаний различных типов групповых психопросветительских программ [66; 77; 79; 83; 84; 87; 98; 101; 102; 105; 111; 113; 114]. Социологи и профеминистские исследователи и практики утверждают, что для того, чтобы понять и раскрыть сущность проблемы мужского насилия в отношении женщин, необходим анализ отношений власти и гендера.

Основная идея профеминистской аргументации состоит в том, что мужчина-наильник должен нести ответственность за свои собственные противоправные действия [75; 119]. Это подразумевает, что традиционное объяснение проблемы через индивидуальную психологию недостаточно. Для того чтобы стали очевидны и индивидуальный аспект мужского насилия, и культурный контекст, позволяющий мужчинам совершать насилие (например, ощущение мужского права на насилие), необходимы социологическая и культурологическая перспективы. В то

же время достаточно проблематичным является утверждение о том, что культура является решающим фактором в объяснении мужского насилия в отношении женщин. Хотя западное общество претерпело большие культурные и социальные изменения, уровень мужского насилия в отношении женщин не снизился.

Одна из первых программ для мужчин-правонарушителей Emerge («Появление») появилась в Бостоне, штат Массачусетс, в 1977 г. На сегодняшний день существует множество подобных программ в США, Канаде, Северной Европе и в Австралии. Дэвид Адамс [66] описал пять основных клинических моделей (инсайт, вентиляция, взаимодействие, когнитивно-поведенческая/психопросветительская и профеминистская), обосновал различия между ними и рассмотрел плюсы и минусы каждой модели. По его мнению, когнитивно-поведенческие/психопросветительские и профеминистские модели не обязательно совпадают, однако обе модели могут быть интегрированы. В частности, психопросветительская программа основана на профеминистской теории с акцентом на когнитивно-поведенческих аспектах мужского насилия в отношении женщин. Профеминистские программы, такие как Emerge («Появление»), the Duluth model («Дулутская модель») [105] и другие английские, канадские или австралийские программы, обычно фиксированы во времени, каждая программа длится определенное количество недель или месяцев. Программы заранее хорошо продуманы с точки зрения содержания. Когнитивно-поведенческие программы, опирающиеся на психопросветительский подход, согласно которым насилию как форме поведения научаются и его, соответственно, можно потеснить через научение новым, ненасильственным поведенческим моделям. Для данного типа программ работы с группами фиксированность курса во времени представляется необходимым условием успешности процесса научения.

Анализ, проделанный Дэвидом Адамсом [66], поднимает вопрос о том, должны ли профеминистские программы быть фиксированы во времени. Это, в свою очередь, вызывает ряд вопросов, например, не потребуют ли профеминистские программы, не имеющие каких-либо совокупных временных ограничений, изменений или дополнений в содержание программ? Не окажутся ли полезными какие-либо аспекты современных психотерапевтических моделей инсайта, вентиляции или взаимодействия? Возможно ли интегрировать определенные аспекты этих моделей и по-прежнему оставаться в рамках профеминистского подхода (т. е. подхода, акцентирующего внимание на ответственности мужчин за их собственные насильственные поступки; использовании стратегий власти и контроля; на мужском насилии как результате па-

триархальной структуры общества и на безопасности женщин)?

Исследование процессов, приводящих к каким-либо результатам программ, крайне мало. Новые метааналитические исследования [81] критически оценивают предыдущие исследования результатов психопросветительских программ в США. Дали, Пауэр и Гондолф [73] поясняют, что существует большая разница в степени полезности и результативности психопросветительских программ для мужчин, посещавших их. Исследование также показывает, что существуют разногласия по поводу количества клиентов, дошедших до конца программы и бросивших ее. Параллельно с исследованиями эффективности программ существуют исследователи, занимающиеся вопросами «типологии насильника» [68; 78; 80; 86; 91; 92; 96]. Подобные исследования стремятся к тому, чтобы создать портрет различных типов индивидов, склонных к насилию, которым, в свою очередь, могут потребоваться различные подходы с точки зрения формы и содержания программ интервенции. Эти факторы показывают, что психопросветительские программы далеки от совершенства, что позволяет нам задаться вопросом: каковы недостатки современных психопросветительских программ? Существуют ли какие-либо другие важные аспекты мужского насилия, не проанализированные в рамках данного подхода?

Как уже указывалось выше, насилие со стороны мужчин связано с рядом как психологических, так и культурных факторов, набор которых и значение варьируются на индивидуальном уровне. Исдал и Раакил [95] описывают пять различных психологических и культурных факторов, ассоциирующихся с проявлением насилия мужчинами в отношении женщин. Эти факторы не рассматриваются и не зафиксированы в качестве факторов, вызывающих насилие, но, скорее, рассматриваются в качестве факторов, поддерживающих насильственные поведенческие модели в мужчинах. Согласно логике подхода, устранение следующих факторов с большей вероятностью позволит прекратить насилие.

1. Эмоциональный уровень: невидимость.

Домашнее насилие характеризуется незаметностью на нескольких уровнях. Один уровень — это невидимость насилия для окружающих людей. Насилие остается секретом насильника и жертвы, а также детей, наблюдавших насилие дома. Другой уровень невидимости проявляется через ряд психологических механизмов, позволяющих самому насильнику не замечать совершаемое им насилие. Использование насилия в отношении своей партнерши вызывает чувства стыда и вины. Стыд и вина — разные явления. Теоретики особо подчеркивают концептуальное различие между этими двумя чувствами, уточняя, что вина ассоци-

ируется с поведением («Я сделал что-то плохое»), а стыд — с личностью или восприятием себя («Я — недостойный человек»). Ощущать себя в качестве «недостойного», «плохого» или «неуравновешенного» неприятно, болезненно и тяжело. Недумание и неговорение о насилии позволяют эмоциональной боли и неприятным ощущениям исчезнуть. Превращение насилия в несуществующую реалию посредством механизма «активного забывания» делает невидимым «источник» стыда. Этот процесс активного забывания отличается от феномена классического бессознательного вытеснения. Мужчины, посещающие программы терапии, различаются между собой по степени использования данного механизма.

2. Когнитивный уровень: «Насилие не является для меня проблемой».

Мужчины, посещающие программы терапии, очень часто высказывают прямо или косвенно данную идею. И данное утверждение представляет собой парадокс, поскольку насильники, озвучивая его, одновременно не отрицают, что насилие имело место. Как возможно, что мужчина, совершивший преступление, подтверждает факт совершения насилия и одновременно полагает, что насилие не является его проблемой? Данный феномен был описан несколькими исследователями [65; 89; 100; 107]. С помощью когнитивных стратегий экстернализации, отрицания, минимизации и фрагментации это становится возможным. Вопрос, на самом деле, заключается в том, как правонарушитель воспринимает и объясняет свое собственное жестокое поведение. Использование одной из вышеназванных когнитивных стратегий вовсе не обязательно подразумевает, что мужчины не считают свое жестокое поведение неправильным на уровне морали. Когнитивные стратегии скорее имеют отношение к способности или неспособности правонарушителя изменить свое насильственное поведение.

В отношении стратегии отрицания важно отметить, что она подразумевает отрицание на разных уровнях. Правонарушитель может признавать, что насилие существует и при этом отрицать как свою ответственность за насилие, так и его последствия; он также может взять на себя ответственность за совершенный жестокий поступок, но при этом отрицать его последствия. Понятие отрицания должно стать одним из ключевых вопросов и рассматриваться на всех пяти уровнях [104].

Другой распространенный когнитивный феномен — стратегия фрагментации; это подразумевает, что эпизоды жестокости и насилия представлены как разрозненные события, никак не связанные между собой и другими аспектами жизни правонарушителя, его жизнью, си-

туацией в семье или желанием обсудить лишь один фрагмент какого-либо эпизода. Суть состоит в том, что правонарушитель представляет жестокий поступок как случай, который никак или слабо повлиял на его жизнь.

3. Уровень психологии научения: насилие поддерживается и усиливается насильником.

Исследователи и практики склонны рассматривать негативные и пагубные последствия насилия. Оперантное обусловливание, одна из основных теорий научения человека, утверждает, что если немедленные последствия определенного поступка вызывают приятные ощущения, то высока вероятность того, что поступок будет повторен. Применительно к вопросу насилия мужчин в отношении женщин это обозначает, что нечто в немедленных последствиях жестокого поступка может быть воспринято насильником как приятное. Например, за ситуацией жестокого обращения может возникнуть ощущение катарсиса с точки зрения физической и/или эмоциональной разрядки напряжения. Насилие может также создать ощущение власти, силы и контроля, способных останавливать конфликты и прекращать ощущения бессилия, неполноценности, стыда, страха и неадекватности. После ситуации насилия правонарушитель получает возможность почувствовать власть, быть сильным, агрессивным и доминантным. Насилие может также вызываться эффектами негативного усиления, т. е. возможностью в результате жестокого действия устранить нечто неприятное, например чувство бессилия. Мужчины различаются по той степени, в которой они нуждаются в этих техниках усиления эффектов.

4. Уровень отличий индивидуальных историй жизни: бессилие.

С точки зрения исторической перспективы психотерапевты и консультанты упустили из виду гендерную переменную. В последние годы некоторые исследователи и практики начали заниматься различиями того, как мужчины и женщины справляются со своими психологическими проблемами и чувствами. Индивиды, скорее всего, будут чувствовать себя бессильными, если они постоянно подвергаются плохому обращению со стороны властного человека или системы/структуры. По причине гендерных различий в конструировании гендерных ролей девочек и мальчиков мужчины и женщины по-разному справляются с чувством бессилия. Норвежский психолог и исследователь Эва Аксельсен описала этот гендерный процесс. Например, детские рассказы норвежских мужчин, посещающих программы для правонарушителей, показывают, что ситуации домашнего насилия были для них нормой, а не исключением. Однако степень, в которой они были трав-

мированы этими детскими переживаниями, находится в сильной зависимости от того, кто совершал насилие — их отец или отчим.

5. Уровень культуры: патриархальные гендерные роли и отношение к женщинам.

В целом как результат социального конструирования гендера в западной культуре мужчины стереотипно стремятся разрешить эмоциональные проблемы через экстернализацию, выплеск эмоций через действия вовне, в то время как женщины в большей степени склонны к интернализации и внутреннему переживанию своей беспомощности. Мужское стремление к выплеску эмоций через действия вовне может найти свое выражение в криминальных действиях и жестокости, в то время как результатом женского стремления к интернализации могут стать депрессии, тревожность, интровертированность, расстройство питания и чувство беспомощности.

Бессилие в данном контексте отнюдь не обозначает, что у мужчин нет власти. Бессилие в данном случае обозначает, что у мужчин есть субъективное ощущение бессилия, вызванное их собственными чувствами и переживаниями по поводу своей «не-мужественности». Мужская жестокость есть злоупотребление властью за счет здоровья, целостности и автономии женщин.

Что обозначает мужская жестокость и почему мужчины, совершающие жестокие действия, выбирают в качестве объектов для выплескивания своего гнева своих партнерш? Возможно, то, что западная культура исторически легализовала мужское право подавлять и подчинять женщин, может объяснить причину, почему насилие и жестокость направлены на партнерш. Это отнюдь не означает, что мужчины, прибегающие к насилию, всегда направляют его исключительно на своих партнерш. Исследование типологических характеристик, упоминавшееся выше, говорит о том, что многие мужчины совершают насилие не только над женщинами, но и над мужчинами и детьми. То, в какой степени мужчины, посещающие программы терапии, впитали в себя сексистские убеждения, очень сильно варьируется.

Цель вышеприведенного описания пяти факторов, ассоциируемых с насилием мужчин в отношении женщин, доказать, что программы терапии должны принимать во внимание индивидуальные отличия мужчин. Это означает, что программы терапии должны включать и структурные элементы (психопросветительские аспекты характеристик, наиболее распространенных у мужчин, склонных к насилию в отношении женщин), и процессуальные элементы, обеспечивающие научение новым уважительным отношениям и поведению; это также подразумевает необходимость работы и изменения прошлого опыта

виктимизации, заброшенности и травматического опыта, связанного со злоупотреблением властью, насилием и жестокостью.

ATV-программа: методология и практика

Норвегия относительно маленькая страна, где действуют всего три программы для мужчин, склонных к насилию [101]. Две из программ сравнительно небольшие и появились всего 3–4 года назад; поэтому исследований результатов действия этих программ пока еще крайне мало. Третья программа, Альтернатива насилию (ATV), была начата в 1987 г. Эта программа ориентирована исключительно на проблему насилия в семье, ее ведут специалисты, работающие на постоянной основе. Практики, работающие в ATV, в основном психологи. Данная модель терапии опирается на профеминистскую идеологическую базу, терапевтические методы включают как групповую, так и индивидуальную терапии. Ни индивидуальная работа, ни работа в группе не ограничены временными рамками. Клиенты должны чувствовать приверженность группе, но члены группы могут присоединяться и покидать ее на разных этапах. И мужчины, посещающие групповую терапию, и мужчины, работающие в индивидуальном режиме, проходят 4-фазную терапию (которая описана ниже) в разном темпе. Некоторым мужчинам требуется больше времени, чтобы признать насилие важной проблемой и принять на себя ответственность за жестокость и насилие, совершенное ими. Другим требуется больше времени для работы с какими-то аспектами индивидуальной истории жизни, связанными с жестоким поведением. ATV-программа разработана таким образом, чтобы предоставить мужчинам возможность пройти групповую или индивидуальную терапию сразу же после начальной фазы индивидуальной оценки, состоящей из трех сессий. Оценка включает полуструктурированные интервью, в центре внимания которых история насилия конкретного мужчины. Кроме того, применяются перечень симптомов — 90 (SCL-90; Derogatis, 1975) и Миннесотский многопрофильный личностный опросник-2 (MMPI-2; Butcher, Dahlstrom, Graham, Tellegen, & Kaemmer, 1994). В стандартную процедуру входит предложение мужчинам групповой терапии. Однако мужчины, совершавшие особо жестокие действия и достаточно часто, что, как правило, сопровождается определенным уровнем психопатологии, рассматриваются как индивиды, для которых групповая терапия недостаточна, поэтому им рекомендуются сеансы индивидуальной терапии. Данное решение также вызвано представлением о том, что индивид, не вписывающийся в группу, может разрушить ее работу и достигнутый груп-

пой прогресс. Другой причиной для исключения из групповой терапии может стать проблема языка, вызванная тем, что мужчина-клиент является иммигрантом или тем, что клиент может оказаться аутсайдером в группе (например, если он единственный в группе, кто совершал противоправные жестокие действия в отношении детей). Данные за последние шесть лет о мужчинах, участвовавших в ATV-программе, показывают, что средняя продолжительность индивидуальной терапии — 10 месяцев (один сеанс в неделю) и 1,5 года для мужчин в групповой терапии (сдвоенные сеансы, раз в неделю).

ATV построена на добровольном желании мужчин участвовать в ней, хотя некоторым клиентам приходится это делать по решению суда. Процедура обращения в программу простая — достаточно позвонить, чтобы зарегистрироваться. Примерно 60 % клиентов звонят сами, часто будучи направленными своими партнерами или прочитав объявление об ATV в газете. Порядка 40 % направляются в программу официальными инстанциями (например, полицией, социальными работниками, врачами, детскими организациями, убежищами для женщин, пострадавших от насилия, психиатрическими лечебными заведениями, священниками, службами спасения, тюрьмами и т. д.).

Правонарушители, желающие пройти курс терапии, как правило, имеют внешнюю мотивацию для участия в программе. Зачастую партнер, подвергшийся жестокому обращению, в ультимативной форме выдвигает требование насильнику пройти курс терапии, угрожая в противном случае разрывом отношений. Для многих участников начальная стадия является критической, поскольку нет никаких официальных методов воздействия, которые бы вынудили их продолжать терапию; например, возвращение партнерши из убежища может заглушить мотивацию к дальнейшему участию в программе. Этот момент учитывается ATV-программой. Кроме того, чтобы повлиять на жестокое поведение новичка, много внимания уделяется работе по созданию у клиента внутренней мотивации. Проблемагизация жестокого поведения клиента с полным уважением и сочувствием позволяет создать хорошие рабочие отношения и поощряет клиента к продолжению посещений сеансов, даже если пострадавшая партнерша вернулась. Изначально мужчины характеризуются нежеланием менять свое жестокое поведение, что важно, поскольку, с одной стороны, у них все-таки есть подспудное желание измениться, а с другой стороны, они одновременно боятся, что их будут осуждать за их жестокое поведение [115]. Чтобы внешняя мотивация (желание партнерши) перешла во внутреннюю потребность исправиться, необходимо учитывать оба этих момента.

Для того чтобы оказать помощь клиентам наилучшим образом,

практики должны пройти специальную подготовку и научиться распознавать различные виды насилия: физическое, психологическое, сексуальное и имущественное. Особое внимание уделяется различным формам психологического насилия, которое может включать выраженные и невыраженные угрозы насилия, психическую деградацию и запугивания, контролирующее или изолирующее поведение, патологическую ревность. Именно психологическое насилие демонстрирует основание и сущность мужского насилия в отношении женщин: стратегия власти и контроля, которые держат ее в подчиненном положении, чтобы ситуация вписывалась в его представления о мужественности, женственности и интимности. В таком контексте психологическое насилие выступает как основа для всех других форм насилия.

Терапия, опирающаяся на ATV-модель, включает в себя четыре фазы, через которые клиент должен пройти. Эти этапы соответствуют четырем базовым принципам модели.

1. Фокус на насилии.

С самой первой встречи жестокое поведение клиента оказывается в центре обсуждений. Вежливо, но настойчиво его просят описать терапевту эпизоды насилия и жестокого обращения. Многие клиенты охотно говорят о вещах, не имеющих никакого отношения к насилию, но их постоянно возвращают к основной теме и просят восстановить события. Эпизоды насилия изучаются посредством постоянных вопросов с акцентом на деталях о том, что и как произошло. Вопросам о причинах произошедшего на данном этапе внимание практически не уделяется. Ожидаемым результатом работы на данном этапе является признание клиентом наличия насилия и жестокости в его поведении. Без этого признания невозможно помочь клиенту справиться с жестокостью в его поведении. Жестокость становится явной и реальной для клиента в ходе проговаривания. Детальные вопросы о самом насилии делают невозможным для клиента психически защищать себя от реальности своего поступка. Признанием наличия жестокости и насилия в своих действиях клиент разрушает один из поддерживающих насилие факторов, описанных выше, а именно невидимость насилия.

2. Фокус на ответственности.

Фокус на деталях эпизодов насилия не позволяет клиенту использовать когнитивные стратегии экстернализации, отрицания, минимизации и фрагментации. В терапевтических целях клиента вынуждают говорить о насилии в объективной описательной манере. Уходя в детали с точностью до минуты, включая последние минуты и секунды перед тем, как насилие было совершено, клиенту могут задать вопрос, напри-

мер: «О чем вы сейчас думаете?» Поскольку эпизод жестокого обращения был только что воспроизведен в деталях, он может, например, признать: «Я думаю, я хотел ее наказать и заставить заткнуться!» Подобная ситуация позволяет показать клиенту, что насилие — это одна из сознательно выбранных им стратегий поведения, а вовсе не результат потери контроля над собой. Для того чтобы клиент смог выбрать нечто иное вместо насилия, он должен ощутить себя актором/действующим лицом в своей жизни, а не пассивным объектом, зависящим от ситуации. Питер (56 лет), подводя итог своему участию в группе в течение 1 ½ лет, сказал: «Даже мои самые жестокие поступки совершались не потому, что я потерял контроль. Эмоционально и социально я ощущал, что я утратил контроль задолго до ситуации насилия. Использование насилия было для меня (намеренным) способом вернуть ощущение контроля над ситуацией, чтобы заставить ее прекратить спорить через угрозы, избиения и запугивание».

В этом примере Питер признает, что он осознанно избрал насильственное поведение; и в данных конкретных обстоятельствах его насилие имело цель и выполнило определенную функцию. Здесь наблюдается противоречие с его самовосприятием, вытекающим из когнитивных стратегий, к которым он прибегает. Он признает, что насилие — это не пассивная реакция на активные действия жертвы в отношении него. Признавая это, Питер ломает круг экстернализации, отрицания и минимизации.

Крайне важно, чтобы клиенты прошли через эти две фазы, перед тем как предпринимать дальнейшие шаги. Они должны признать, что насилие реально, и что на них лежит ответственность за его совершение, и что на них лежит ответственность за выбор в пользу ненасильственных поведенческих альтернатив. Если продолжить работу на следующих этапах, не достигнув успеха на первых двух, вся последующая работа может послужить оправданию и стать причиной дальнейшего насильственного жестокого поведения, вместо того чтобы стать источником понимания логики психологических связей в его истории жизни. Одним мужчинам нужно небольшое количество времени, чтобы выстроить эту платформу, другим — больше. Например, Алану, тридцатилетнему клиенту, несколько раз изнасиловавшему свою партнершу, потребовалось больше времени на работу с проблемой насилия и ее осознанием, чем Крису, молодому человеку 22 лет, который пришел в ужас от того, что впервые ударил свою подружку.

3. Фокус на связях индивидуальной истории жизни и использованием насилия в повседневной жизни.

После того как был начат процесс по принятию клиентом ответ-

ственности на себя, важно также заняться и другими аспектами жизни клиента. Например, должны быть обсуждены такие темы, как текущая жизненная ситуация, его отношение к мужчинам и женщинам, его социализация и индивидуальное восприятие маскулинности и интимности, важные жизненные переживания.

Многие клиенты ATV выросли, наблюдая или переживая лично домашнее насилие, и многие ощущали себя бессильными в подобных ситуациях. В каком-то смысле для ребенка вполне естественно реагировать на подобные события через выплеск эмоций действиями, направленными вовне. Однако повторение этих поведенческих реакций во взрослых отношениях оказывается деструктивным, отрицательным и опасным. Поэтому, когда клиент понимает, что бессилие и отрицание, которые он чувствует по отношению к партнерше, на самом деле уходят корнями в его детские переживания, а не вызываются действительной ситуацией, достигается терапевтический эффект.

Дэвид (26 лет) начал занятия в ATV с ряда индивидуальных сеансов перед тем, как начать сеансы терапии в группе, состоявшей в основном из «ветеранов». Как только он вошел в группу, остальные члены группы окружили его вниманием и заботой, но именно они же оказали сопротивление его взглядам на проблему насилия и отношение к женщинам. На второй встрече в группе его реакция на это противостояние в группе была следующей: «Женщины иногда заслуживают того, чтобы их били и указывали им на их место».

Дэвид вырос под влиянием жестокого отца, сторонника жестких сексистских взглядов. Несмотря на это, вокруг него было немало хороших людей, заботящихся о нем и в детстве, и в юности, включая его мать. И он вполне адекватно вел себя в большинстве социальных ситуаций, за исключением дома и семьи, где он копировал отца и его жестокое поведение.

Питер (56 лет) посещал группу два года; за это время он понял, что одним из наиболее важных и сильных чувств, которые он испытывал, когда избивал жену, было чувство глубокого стыда. Эта ситуация, о которой он говорил (выше) и о том, что пытался через насилие обрести чувство контроля. Исследуя свою индивидуальную историю жизни, он обнаружил, что стыд, а также нервозность преследуют его с самого детства. Питер, сын человека, который симпатизировал нацистам во время Второй мировой войны. Его ранние переживания стыда и нервозности напрямую связаны с тем, что он оказался жертвой социального статуса отца. Оба, Питер и его партнерша, занимали престижное положение в обществе и на работе. Питер связался с ATV после одного очень серьезного эпизода насилия, после которого его жена сбежала и

укрылась в убежище для женщин, пострадавших от насилия и изнасилований. До этого Питер не вспоминал о том времени, когда он жил с родителями, пока не уехал из родного дома.

Работа с важными моментами индивидуальной истории жизни каждого совершившего насилие, как это было описано выше, позволяет предотвратить рецидивы насилия в долгосрочной перспективе. Внимание таким аспектам жизни клиента, как повседневные жизненные ситуации, отношения к мужчинам и женщинам, социализация, формирование представлений о маскулинности и интимности, значимые переживания, позволяют создать механизм «анти-фрагментации», таким образом разрушая усиливающий фактор фрагментации.

4. У насилия и жестокости есть последствия, и они деструктивны, опасны и вредны.

Через вышеописанные процессы клиент узнает, что его жестокое поведение не является результатом потери контроля и ответом на поведение его партнерши. Он становится способным понять, что причины насилия в нем самом и связаны с его взглядами, его собственным самовосприятием и общественным восприятием его как индивида. Эти причины, в свою очередь, возникают из-за непризнания им своих собственных чувств бессилия, стыда и неполноценности. Непризнание связано как с его собственным опытом социализации, так и с определенным культурным контекстом, который задает правила, регулирующие нормы маскулинности и феминности.

Клиенты должны пройти все предыдущие фазы, описанные выше, чтобы продвинуться до осознания/понимания болезненных последствий для своих партнерш и детей, которые возникают в результате насилия. Более того, клиенты должны стать способными изменить свои навыки к сопереживанию и способность признавать влияние и последствия своего насилия на партнерш и детей.

Оценки интегративной модели терапии с мужчинами, склонными к насилию

Норвежская модель изучалась в разных количественных и качественных исследованиях. В частности, она изучалась количественным до- и постпрограммным исследованием, основанным на ММРІ-профилях [104], а также постпрограммным качественным исследованием посредством интервью с отобранной группой бывших клиентов программы, проведенным через 2,5–3 года после окончания ATV [108]. Нердум и Хогленд [104] отобрали группу для работы по ММРІ- профилю в целях проведения дотерапевтического тестирования. Группа продемонстрировала профиль 4–2 (антисоциальные черты, агрессия, фрустрация и депрессия), что с точки зрения медицины попадает по шкале в категорию «нормального», т. е. уровень отклонений +/- 2 от нормы. Этот результат можно сравнить с тем, что Холцворф — Мунро и Стюарт [92] описали как «только семейная» субтипичная группа правонарушителей. В своем исследовании Нердум и Хогленд [104] различают мужчин в изучаемой группе на «умеренно жестокую» группу (контролируемое жестокое поведение) и «опасно жестокую» группу (высокий риск телесных повреждений/угроза жизни). С точки зрения изменений профиля в сторону улучшения они обнаружили позитивные и те же самые результаты для группы «умеренных» и «опасных», прошедших сеансы индивидуальной терапии. У тех, кто проходил сеансы групповой терапии, они обнаружили позитивные изменения в группе «умеренных» и небольшие позитивные изменения в группе «опасных».

Тайфьорд в исследовании, построенном на интервью, выявил, что 7 из 8 мужчин прекратили прибегать к насилию уже к концу программы. Однако, говоря о том, что они отказались от насилия в своей повседневной жизни, они также отметили, что их психическая жизнь стала намного сложнее. Кроме того, они говорили о появлении депрессии и постоянной борьбе со своими чувствами в интимных отношениях.

Позитивные изменения профиля в сторону улучшения, показанные ММРІ-исследованием вкупе с результатами интервью, позволяют предположить, что разработанный метод вносит свой вклад в современные исследования и дискуссии, посвященные проблеме «что мы знаем и что

нам необходимо знать» о программах для людей, совершающих насилие. Оба исследования были проведены в соответствии с международными научными стандартами. Тем не менее у обоих исследований есть ряд недостатков. До- и постпрограммное ММРІ-исследование измеряло изменения в уровне насилия и жестокости *косвенно*, через анализ изменений в уровне патологии, как ее измеряют по клиническим/медицинским шкалам патологии ММРІ. Хотя постпрограммное качественное исследование «измеряло» изменения в уровне жестокости *непосредственно*, тем не менее возможно подвергнуть исследование критике, поскольку, во-первых, отобранная для исследования группа слишком мала, и, во-вторых, не использовались данные дополнительных отчетов об изменении уровня жестокости, собранные среди партнеров.

Оба приведенных исследования представляют собой скромное начало серьезного изучения норвежской модели как с точки зрения содержания программы, так и с точки зрения результатов. Более того, дальнейшее развитие программы может включать дополнительные специализированные подпрограммы, которые будут учитывать типологию мужчин, совершающих насилие, и которым, соответственно, могут понадобиться разного рода интервенции на различных этапах их прогресса.

На протяжении 1980-х и 1990-х гг. существование различных программ-терапий для мужчин, склонных к насилию, привело к необходимости создания некоторого набора стандартов приемлемости и неприемлемости программ. Эта работа по выработке критериев привела к улучшению качества существующих программ-терапий. Однако аккредитация психопросветительских программ на самом деле ограничила количество возможных терапий, поскольку основное внимание уделялось только когнитивным и бихевиористским аспектам мужского насилия в отношении женщин. И хотя стандарты, безусловно, нужны, тем не менее норвежский опыт показывает, что эти стандарты для оценки программ должны включать более разнообразные критерии. Например, от программ следует требовать создания особых методов работы с тем, как мужчины справляются с эпизодами своей жизни, связанной с насилием. В научной литературе также утверждается, что из тех критериев и стандартов, которые применяются сейчас, на самом деле не все опираются на научную основу. Некоторые исследователи утверждают, что своей структурой, психопросветительские программы создают ограничения, способные мешать работе над важными аспектами мужского насилия [103].

Статистика показывает, что мужское насилие в отношении женщин присутствует в огромных пропорциях в большинстве стран мира. Это

значит, что предпринимаемые меры для изменения сознания и поведения, влекущего за собой насилие мужчин в отношении женщин, не могут быть чересчур индивидуальными, эксклюзивными и дорогостоящими. В условиях ограниченности ресурсов, чтобы оказать помощь большому количеству людей, необходима выработка наиболее эффективных методов. Этот аргумент выдвигается в качестве «экономического» аргумента в пользу работы в группах. Однако этот аргумент по-прежнему не объясняет, почему содержание программ сводится исключительно к психопросветительским аспектам. Одним из возможных ответов может стать ответ о том, что организация программ, не ограниченных психопросветительской структурой, приведет к исключению из этих программ многих людей, которые в них сейчас работают (например, руководителей групп, не имеющих профессиональной подготовки в области социальной работы, психологии и т. д.) Безусловно, нужно учитывать тот факт, что руководители групп в программах терапий для правонарушителей финансируются крайне мало. Ограничение программ структурой психопросветительской групповой работы позволяет подготавливать в качестве руководителей групп непрофессионалов. Однако обратной стороной монеты оказывается исключение важных аспектов проблем мужчин, склонных к насилию, поскольку не учитываются индивидуальные различия, которым необходимо уделять внимание в ходе терапии, чтобы добиться значительных изменений в поведении мужчин. Одним из следствий внимания к психопросветительским программам стало то, что отсутствует литература и исследования, описывающие индивидуальную работу с мужчинами, применяющими насилие в отношении своих партнеров.

Даже в северных европейских странах мужчины живут с культурным стандартом, критикующим «не-маскулинные» чувства (например, грусть, неполноценность, страх, стыд и неадекватность), одновременно налагающим запрет на применение мужчинами насилия в отношении женщин. Это значит, что переживаемое мужчиной эмоциональное и субъективно воспринимаемое чувство бессилия формируется как на индивидуальном уровне, так и культурой. Именно на пересечении этих двух уровней необходимо искать ответы на вопросы, почему мужчины злоупотребляют властью в отношении женщин и что с этим делать? Это основной аргумент в пользу того, что эффективные терапии не могут сводиться только лишь к психопросветительским программам. Если мы хотим добиться изменений в долгосрочной перспективе с точки зрения проблемы насилия, то должны быть созданы методы и модели, учитывающие, что мужчинам нужна помощь, чтобы изменить способ разрешения ситуации своего бессилия на индивидуальном уровне (эмоции и индивидуальная история жизни). Исключительное внимание только

психопросветительским аспектам сужает содержание работы до только тех тем, которые являются общими для всех членов группы, без достаточного внимания специфическим индивидуальным причинным механизмам.

2.6. Оценка эффективности программ для обидчиков

Новые законодательные инициативы российских общественных организаций в области защиты от насилия в семье предполагают массовое внедрение профилактических программ для людей, совершивших насилие в отношении своих близких. Пока такие программы апробировались на небольших группах участников в нескольких городах России (Барнаул, Вологда, Санкт-Петербург) с начала 90-х гг. Опыт проведения и оценки подобных программ, реализуемых уже 30 лет в США и Европе, поможет учесть методологические проблемы проведения и оценки эффективности программ для обидчиков (ПО), совершающих насилие в отношении интимного партнера.

Программы по изменению агрессивного поведения мужчин, применяющих насилие к своим женам и партнершам, стали развиваться под влиянием женского феминистского движения с середины 70-х гг.

Первая программа в США стала реализовываться в Бостоне в 1977 г. В настоящее время практически на всех континентах и во всех странах такие программы проводят мужчины-психологи. Модификации этих программ достаточно подробно проанализированы в процессе их верификации (Adams).

Большинство исследователей в США и Европе разделяют мнение о том, что для систематического снижения рецидивов НИП необходимы программы по изменению поведения самих обидчиков (2003). Многие судьи в США и Европе понимают, что штрафы и арест имеют ограниченный и непрямой эффект на насильника, который ведет себя непредсказуемо и нерационально. Вместо этого судьи и прокуроры стали направлять мужчин на НИП до судебного процесса или в качестве дополнительного направления при тюремном заключении. Так, в 2007 году в США существовало уже 2 265 программ для насильников.

Основные дискуссии в отношении ПО касаются того, должны ли программы учитывать различия между типологией насильников и зависит ли от этого эффективность программ. По данным Голдольф и Вайт (2000), 60 % обидчиков, регулярно применяющих насилие, составляют пятую часть всех участников ПО и при этом не имеют никаких патологий и психических дисфункций. Консультирование для них является

весьма эффективным. Некоторые практики считают, что должны быть специальные программы для насильников, имеющих серьезные проблемы с алкогольной зависимостью. Некоторые программы использовали контракт с обязательством насильника сменить свое поведение в будущем. Например, если у насильника большое совпадение агрессивного поведения и употребления алкоголя, то он должен подписать обязательство не контактировать с жертвой до тех пор, пока не перестанет употреблять алкоголь и не завершит ПО до конца. Многие подчеркивают, что ПО должна начинаться непосредственно после инцидента насилия, когда обидчик чувствует себя наиболее раскаивающимся и сензитивным к требованию изменить свое поведение.

Первый метаанализ семи исследований программ ПО в 1998 году показал их невысокую эффективность. Так, уровень рецидивов у прошедших программу был 32 % в отличие от 34 % рецидивов у контрольной группы. Скромный эффект программ был обнаружен и при анализе данных судов и полиции, 14 % против 22 % в контрольной группе. Несмотря на множество проведенных в дальнейшем оценок исследований, большинство из них являются малоубедительными из-за методологических проблем, таких как маленькая выборка, отсутствие случайного распределения или контрольной группы, короткого и неконкретного описания самой программы, недостаточного промежутка времени, прошедшего после окончания программы, неполного источника данных (например, только данные арестов, только свидетельства жертвы или только данные самоотчета насильника), но все-таки большинство исследователей в дальнейшем констатировали статистически снижение рецидивов после ПО.

К 2008 г. 45 штатов разработали свои стандарты программ, которые отличались друг от друга продолжительностью, модальностью и акцентами. Анализ программ показывает, что большинство ПО построены на феминистском понимании НИП, то есть в программах акцент сделан на динамике власти и контроля между мужчинами и женщинами. Хотя индивидуальные психологические и психопатологические факторы могут влиять на поведение, тем не менее во многих штатах запрещено использовать программы, основанные на моделях лечения психических расстройств, психодинамическом подходе, понимании агрессии как болезни, созависимости, семейной системы или аддиктивной модели. Общий аргумент по ограничению использования подобных программ заключается в том, что вышеназванные подходы способствуют минимизации ответственности обидчика и тем самым представляют потенциальную опасность для пострадавших. Если

по ошибке жертва включена в программу, то это может еще более виктимизировать ее, особенно если она хочет прекратить отношения с насильником.

Метаанализ Клейн (2009) показал, что программы действительно имеют эффект превенции повторных актов насилия, но при этом необходимо типизировать насильников при помощи простой формы описания жалоб пострадавших и оценок самих насильников.

Предлагается, что выход из программы до ее окончания должен стать основанием для финального судебного приговора. Если обидчик не сможет контролировать свое поведение в период более короткого прохождения программы, то судья должен назначить более радикальный приговор в виде заключения под стражу. Поэтому программы, назначенные по суду, имеют высокий уровень завершения в отличие от ПО, посещаемых добровольно. Известно, что обидчики часто отрицают преступную природу своего поведения. Без приговора насильник может пойти на программу в период «медового месяца» или «раскаяния» и выйти из программы, когда у него изменится настроение безо всяких судебных или административных санкций.

Есть предположения, что насильники, которые пришли на программу добровольно, с большей вероятностью снова станут применять насилие, чем те, которые направлены судом. Оценка 840 участников ПО в течение 15 месяцев показала, что 44 % добровольных участников повторили насилие в отличие от 29 % участников, проходящих ПО по суду [83].

Петерсон и Танберг (2009) подтвердили, что посещаемость программы увеличивается после назначения ее судом. Там, где при условном заключении существовала система регулярного и бескомпромиссного мониторинга, посещение и окончание программы было на уровне 62 % в отличие от 32 % завершений программы, где не было такой жесткой супервизии (2004, 2009). Если обидчик посетил только половину занятий из 26-недельного курса или посещал их нерегулярно, он не может соответствовать требованиям программы, даже если достиг изменений в своих установках. С другой стороны, обидчик может посетить все занятия, но в конце у него не будут диагностированы изменения в установках, например, признание ответственности за свои действия. Поэтому важно пересмотреть критерии успешности завершения и прохождения программы. Для этого необходимо измерять не только краткосрочное влияние ПО, но и разработать индикаторы долгосрочного прекращения рецидивов насилия.

Исследования, использующие подсчет частоты рецидивов после

завершения ПО в качестве показателя эффективности, продемонстрировали, что существуют значительные различия между теми, кто закончил ПО, в сравнении с тем, кто вышел из нее.

Обзор 28 исследований ПО (1993) показал, что в зависимости от выбора критерия (полное прекращение насилия или снижение рецидивов и серьезности атак) рецидивы были подсчитаны от 4 % к 16 % и до 47 %.

Также учтем, что данные о рецидивах можно получать от жертв, полиции и самих насильников. Таким образом, большие различия по рецидивам могут отражать не только успех или неудачу конкретной программы, но и различия в отборе критериев реабилитации и источников данных о рецидивах.

Несмотря на то что ПО реализуются с начала 80-х гг. XX в., пока нет общепринятых оценок этой стратегии вмешательства. Тип программы не влияет на вероятность предпочтения успеха программы. Более того, программы, которые сфокусированы на культурных особенностях групп, также имеют не большую эффективность, чем те, которые не учитывают культурную специфику насильников. Остается предположение, что только длительность программы является тем критерием, который гарантирует снижение рецидивов хотя бы из-за страха оказаться в тюрьме, если ПО не пройти полностью [81].

Резюмируя обзор ПО, необходимо подчеркнуть, что прохождение программы во время заключения обидчиков в тюрьму является наиболее эффективным. С другой стороны, находясь в заключении с преступниками, те, кто применяет насилие к партнерам, могут научиться у сокамерников, как быть «ненасильственным террористом» и осуществлять насилие эффективно и легально. Например, они могут продолжать преследовать своих партнерш, находясь в тюрьме, наняв друзей или других людей для преследований или даже убийств.

Необходимо принимать во внимание и экономические ограничения, искажающие проведение ПО и весь юридический контекст, в котором они реализуются. Тип и длительность программы не так важны, как жесткий мониторинг за обидчиком со стороны судей и работников программ условного заключения. Самая важная проблема – обеспечение безопасности жертв. Дискуссионным остается вопрос о балансе расходов на сервисные службы защиты жертв в отличие от программ для обидчиков. Должна ли система правосудия тратить деньги на программы для обидчиков или они должны быть израсходованы на мониторинг поведения насильников? Не менее важными являются эти вопросы и для России при реализации будущего закона против насилия в семье.

ПРИЛОЖЕНИЯ

Приложение 1

Методы психологической саморегуляции

Важной составляющей при работе консультанта с мужчинами, склонными к применению насилия, является обучение клиента методам саморегуляции и побуждение его к активному их использованию. Необходимость такого рода обучения обусловлена в первую очередь самой моделью консультирования, принципом субъектности (опорой на желание и волю клиента к изменению, верой в его силы и возможности). Развитие навыков регуляции своего состояния позволяет клиенту лучше контролировать поведение, усиливает ощущение уверенности в себе, дает возможность почувствовать ответственность за свои поступки (но не как «груз», а как «способность»).

Основные задачи такого рода обучения — дать клиенту инструмент оценки имеющегося «напряжения», обучить способам снижения напряжения и развить способность к волевому самоконтролю поведения.

Первые шаги в освоении приемов саморегуляции клиент делает под руководством и в присутствии консультанта. Освоение методов самонаблюдения своего состояния на первом этапе происходит не в форме упражнений, а в процессе традиционной консультативной беседы. На этапе «фокусировки на ситуации насилия» консультант обращает внимание клиента не только на описание внешних событий, предшествовавших эпизоду применения насилия, но и на «внутреннюю ситуацию»: мысли, чувства и ощущения, а также на актуальное переживания «здесь и сейчас». Консультант может, например, указать на изменение дыхания или наличие мышечного напряжения, отметить формулировки, повторяющиеся в озвученной клиентом «внутренней речи», способствующей «самонакручиванию» клиента перед «срывом» в насилие. Таким образом могут быть выявлены «маркеры» напряжения, ориентируясь на которые клиент учится распознавать чреватое проявлением насилия повышение уровня

психического напряжения.

При переходе на второй этап консультирования («Ответственность клиента и способность осознавать себя») специалист может постепенно предлагать простые упражнения на развитие осознанности и снятие напряжения. Нужно объяснить цели, задачи, принцип действия и ожидаемый эффект от их выполнения. Такие упражнения клиент выполняет сначала во время консультации, а затем тренируется самостоятельно, в перерывах между встречами.

«Домашние задания» по освоению методов и приемов саморегуляции могут включать и ведение «дневника наблюдений» в выбранной совместно консультантом и клиентом форме, что дисциплинирует клиента, структурирует занятия и делает результаты более наглядными.

При консультировании мужчин, склонных к применению насилия, полезным будет обучение техникам самонаблюдения, тренировка внимания (волевое управление вниманием: концентрация, переключение внимания), приемы изменения тонуса мышц и дыхания, использование речи (самовнушение, самоприказ). При долгосрочной работе подготовленный консультант может обучить клиента аутогенной тренировке (АТ). Обучение методике саморегуляции может стать одним из подпунктов контракта с клиентом. При этом важно наличие опыта применения приемов саморегуляции у самого консультанта.

Психическая саморегуляция (от лат. *regulare* — *приводить в порядок, налаживать*) — самостоятельное целенаправленное и сознательное изменение субъектом регуляторных механизмов своей психики на основе использования ресурсов бессознательного уровня [24].

Психическая саморегуляция — это регуляция различных состояний, процессов и действий, осуществляемая самим организмом с помощью психической активности. Методики, техники и способы регулировать свое состояние несложны и легко выполнимы. Одним из достоинств метода психической саморегуляции является то, что его упражнения доступны каждому и не требуют каких-то особых условий, специального оборудования. В овладении ими и повышении их эффективности ведущую роль играет систематичность и регулярность занятий. Систематическое выполнение даже самых простых техник позволяет добиться ощутимого результата — формируется устойчивый навык, умение влиять на свое состояние как в спокойной обстановке, так и в напряженной, эмоционально «заряженной» ситуации. Однако действенность и эффективность методов саморегуляции, хоть и в значительно меньшей степени, можно ощутить и при однократном применении.

Самонаблюдение и управление вниманием — основа для использования методов саморегуляции. Для выполнения приемов

саморегуляции клиенту необходимо умение отследить и оценить свое актуальное состояние, другими словами, необходим хорошо отработанный навык самонаблюдения. Нужно научиться замечать (выделять) опасный уровень психического напряжения. Развитие способности осознания своего состояния и оценки уровня психического напряжения полезно любому человеку, а для мужчины, склонного к применению насилия, это жизненно необходимо.

Кроме того, для освоения и успешного применения саморегуляции необходимы навыки управления вниманием, в первую очередь способность к концентрации внимания на заданном объекте или процессе. Внимание обычного человека обладает произвольной переключаемостью с объекта на объект. Если во время занятий по саморегуляции ваше внимание постоянно будет переключаться то на внутренние ощущения, то на посторонние звуки, шумы, отвлеченные мысли, достичь успеха будет очень сложно — практически невозможно. Поэтому необходимо тренировать способность удержания внимания на каком-либо предмете или ощущении, постепенно доводя его до 4–5 минут. Это может быть любая точка, собственный палец, ощущение своего дыхания и т. д.

Управление вниманием ценно само по себе. Произвольное переключение внимания с объекта или явления, вызывающего негативные переживания, чрезмерное возбуждение нервной системы, является самостоятельной и к тому же весьма эффективной техникой регуляции психического напряжения.

Какие способы переключения внимания можно использовать, чтобы не «накручивать» себя в сложной напряженной ситуации? Во-первых, это обращение к памяти (воспоминание чего-либо), во-вторых, переключение на восприятие какого-либо объекта или процесса, в-третьих, концентрация на действии (только не монотонном, а требующем присутствия и вовлеченности).

Примеры задач на отвлечение (переключение внимания):

- назовите свой любимый цвет, вспомните и назовите 10 предметов этого цвета;
- закройте глаза и мысленно назовите какой-нибудь цвет. В течение 60 секунд попытайтесь вспомнить 5 предметов этого цвета, находящихся в одной с вами комнате;
- вспомните свой любимый кинофильм, восстанавливая в памяти максимальное число сцен вместе с диалогами и т. п.;
- посмотрите на что-то, что не связано с вашей текущей деятельностью, например, взгляните в окно и найдите дерево, которое вам

нравится. Внимательно посмотрите на него. Попробуйте определить его высоту. Обратите внимание на его ветви, ствол. Посчитайте крупные ветви, скользните взглядом по изгибам. Обратите внимание на цвет листы, расцветку коры. Отметьте как можно больше оттенков цвета. Заметьте, в какую сторону дует ветер, насколько сильно он раскачивает дерево. Наблюдайте за деревом некоторое время, около 5 минут. Найдите нечто, что станет для вас неожиданным и удивительным. Запомните это ощущение.

Для совершенствования навыка концентрации внимания используются простые и эффективные упражнения. Основное при их выполнении — настойчивость и регулярное выполнение.

- Выбрать монотонно движущийся предмет (стрелки часов) и сконцентрироваться на нем.
- Концентрироваться на простых неинтересных объектах (спичка, скрепка, простой карандаш...).
- На белом листке бумаги нарисовать тушью кружок диаметром 1–1,5 см и повесить на стену. Сесть напротив на расстоянии 1,5 метра и сконцентрировать на нем внимание. При усталости — моргнуть несколько раз и продолжать концентрацию. Наблюдая за кружком, одновременно нужно следить, чтобы не только взгляд, но и мысли не «растекались» в разные стороны. Попробовать мысленно «ощупать» кружок, почувствовать его границы, насыщенность цвета.

Важно, что упражнения по произвольной концентрации внимания являются также отличным средством тренировки воли, волевой регуляции поведения.

Упражнения, одновременно тренирующие внимание и навык самонаблюдения телесных ощущений.

Сидя, с закрытыми глазами, дать себе команду: «Правая кисть!» и попытаться сосредоточить внимание на правой кисти.

Через 10–15 секунд — следующая команда: «Левая кисть!», затем: «Правая стопа!» и т. д., сосредотачиваясь на различных объемах тела.

Постепенно следует переходить к более малым объемам — палец, ногтевая фаланга и к более тонким ощущениям, например, биение пульса в кончике пальца.

В завершении — в поле внимания все тело целиком, наблюдаемое спокойно, на фоне общего расслабления [48].

Оценить различие в состояниях до и после упражнения.

Продолжительность выполнения упражнений постепенно нарастает от 1 до 5 минут.

В напряженной ситуации, а также в целях тренировки использу-

ется экспресс-методика самонаблюдения «самоконтроль-саморегуляция» [19].

Необходимо мысленно пройтись по всему телу, задавая себе вопросы:

- какова моя поза?
- как мои мышцы? Не напряжены ли?
- какова моя мимика в данный момент?
- как я дышу?

Все упражнения на концентрацию внимания лучше делать на свежую голову, желательно через 2–3 часа после приема пищи.

Освоение **навыков самовоздействия** можно начинать с физиологических методов. Они довольно просты, достаточно эффективны сами по себе и входят составной частью в комплексные методики тренировки психики. Тело и психика оказывают друг на друга взаимовлияние, воздействие на физиологические реакции вызывает желаемое изменение психических состояний.

Физиологические методы

В первую очередь необходимо обратить внимание на дыхание, которое является не только важнейшей функцией организма, но и эффективным средством влияния на тонус мышц и эмоциональные центры мозга. Медленное и глубокое дыхание понижает возбудимость нервных центров и способствует мышечному расслаблению. Частое дыхание, наоборот, обеспечивает высокий уровень активности организма, ведет к росту психического напряжения [48].

Наряду с дыханием скелетная мускулатура является одним из самых сильных источников стимуляции мозга. Импульсы, идущие от мышц, способны в широких пределах изменять его тонус. Испытывая негативные влияния, организм максимально мобилизуется для интенсивной мышечной работы. В состоянии эмоциональной напряженности мышцы тела тоже находятся в тонусе. Для снятия чрезмерной психической активности, напротив, необходимо мышечное расслабление (релаксация).

Упражнение «Глубокое дыхание с задержкой на выдохе» [63]

Сядьте ровно или встаньте достаточно устойчиво. Сделайте медленный глубокий вдох на три счета (вдох должен начинаться с живота, куда заходит первая порция воздуха, а живот несколько выпячивается вперед). Затем расширяется и приподнимается грудная клетка. Таким образом, получается волнообразное движение снизу вверх.

Сделайте медленный выдох, считая до пяти (выдох производится в обратном порядке — сначала втягивается живот, а затем опускается грудная клетка).

Пауза на выдохе — 2–4 счета в зависимости от ваших возможностей.

Таким образом, рисунок дыхания при выполнении этого упражнения будет выглядеть так:

Вдох (3 с) — выдох (5 с) — пауза (3 с).

Повторяем так 5–6 раз.

Результаты этого упражнения

Физиологический: дополнительное насыщение крови кислородом, возвращение частоты сердечных сокращений к норме, расслабление мышц, которые до этого находились в напряженном состоянии.

Психологический: уменьшение эмоционального напряжения, отвлечение от источника стресса, восстановление способности к рациональному мышлению.

Практиковать данную технику можно не только в напряженных ситуациях, но и несколько раз в течение дня (до 10–15), уделяя ей максимум 1 (одну) минуту. Отвлекаясь о текущей работы на мгновение, вы устраняете загруженность своего сознания текущими делами, это приводит к восстановлению сил и сохранению работоспособности, а также усиливает способность психики к регуляции состояния. Кроме того, в момент выполнения техники вы достигаете расслабленного эмоционального состояния.

Существуют три основных типа дыхания: ключичное, грудное и диафрагмальное (брюшное). Они получили название и различаются между собой в соответствии с типом вдоха, открывающего дыхательный цикл.

- Ключичное дыхание является самым коротким и поверхностным. Его можно определить как легкое поднятие ключиц вверх вместе с небольшим расширением грудной клетки на вдохе.

- Грудное дыхание представляет собой (в различной степени) более глубокое дыхание; более глубокое в том смысле, что вдыхается большее количество воздуха, большее количество альвеол наполняется воздухом и сильнее расширяются легочные доли. Оно начинается с сокращения межреберных мышц, которые расширяют грудную клетку вверх и вширь. При грудном типе дыхания наблюдается большее расширение грудной клетки, за которым следует поднятие ключиц на вдохе. Грудное дыхание — наиболее часто встречающийся тип дыхания

- Диафрагмальное дыхание является самым глубоким из всех типов дыхания. При таком дыхании вдыхается больше всего воздуха; в дыха-

тельном процессе участвует наибольшее количество альвеол, а также наполняются воздухом нижние отделы легких. Диафрагмальное дыхание насыщает кислородом большее количество крови за один дыхательный цикл по сравнению с другими типами дыхания. Именно диафрагмальное дыхание является самым простым и наиболее эффективным методом регулируемого дыхания, используемого в борьбе с чрезмерным стрессом.

Освоение полного дыхания.

Освоение нижнего (брюшного) дыхания.

Начинать нужно с выдоха, предварительно сосредоточившись на области живота. При выдохе втянуть стенку живота, а при вдохе, расслабляясь, отпустить ее. При этом живот слегка надувается, а нижняя часть легких наполняется воздухом. В процессе нижнего дыхания грудная клетка остается неподвижной, а живот производит волнообразные движения.

Для облегчения освоения нижнего дыхания в ходе тренировок можно одну руку класть на грудь, а вторую — на живот. При этом рука, лежащая на груди, должна оставаться неподвижной, а та, что лежит на животе, — двигаться вместе с брюшной стенкой в ритме дыхания.

Для того чтобы лучше освоить этот тип дыхания, перед сном тренируйте диафрагму. Для этого положите на живот тяжелую книгу и медленно дышите 3–5 минут, делая небольшие паузы на выдохе [63].

Овладев данным видом дыхания, используйте его как можно чаще.

Освоение среднего (грудного) дыхания.

Сконцентрируйте внимание на грудной клетке. При выдохе необходимо сжимать ребра, а при медленном вдохе — растягивать их. При среднем дыхании воздухом наполняется средняя часть легких.

При освоении данного упражнения руки можно положить на боковые части грудной клетки, осуществляя несильный нажим при вдохе и прекращая его при выдохе.

Освоение верхнего (ключичного) дыхания.

Внимание необходимо сосредоточивать на верхних частях легких. При вдохе — медленно поднимаются плечи и ключицы, при выдохе — опускаются. Живот и грудь при верхнем дыхании неподвижны. Воздухом наполняются верхние части легких.

При обучении этому упражнению руки можно положить на ключицы и следить за подъемом и опусканием плеч.

После обретения навыков рассмотренных видов дыхания можно приступать к освоению полного дыхания, представляющего собой сочетание нижнего, среднего и верхнего дыхания.

Полное дыхание.

Отвлечься от всех посторонних раздражителей, сосредоточиться

на тренировке. Сделать полный выдох. В ходе медленного вдоха в одном непрерывном движении объединить все изученные виды дыхания. Вначале наполнить воздухом нижние части легких (при этом надувается живот), далее средние части (расширяются ребра) и, наконец, верхние части легких (поднимаются ключицы и плечи). Выдох осуществляется в том же порядке: втягивается брюшная стенка, сжимаются ребра, опускаются плечи и ключицы. При этом весь дыхательный аппарат находится в последовательном волнообразном движении.

Продолжительность вдоха (3 с) должна быть примерно в два раза меньше продолжительности выдоха (6 с).

Между выдохом и следующим вдохом целесообразно сделать паузу до возникновения желания сделать очередной вдох. При этом следует избегать волевых усилий, направленных на задержку дыхания.

Важной характеристикой полного дыхания является также его бесшумность. Необходимо научиться дышать тихо, без хрипа, сопения и других специфических звуков.

Тренировать *полное дыхание* можно также при ходьбе. При этом вдох осуществляется на 4 шага, а выдох на 8.

Только *полное дыхание* дает возможность нашему организму полностью расслабиться, соответственно, освоение полного дыхания совершенно необходимо для достижения эффекта восстановления. По мере освоения и применения техники полного дыхания приходит ощущение уверенности, уравновешенности, заметно повышается способность управления своим состоянием, улучшается общий фон настроения.

К физиологическим методам можно отнести управление состоянием с помощью изменения тонуса мышц. Мышцы тела подразделяются на гладкие (непроизвольные) и поперечно-полосатые (произвольные). Непроизвольные мышцы — это, например, мышцы зрачка, кишечника, сердечные мышцы. Они сокращаются и расслабляются без волевого участия человека. А произвольные, например, бицепсы, трицепсы и др., подчиняются сознательному усилию.

Умение расслабиться, снимать мышечные зажимы, возникающие под воздействием психических нагрузок, позволяет организму получать полноценный отдых, быстро восстановить силы и снимать нервно-эмоциональную напряженность. Добиться полноценного расслабления сразу всех мышц тела, как правило, не удается. Сосредоточившись на одной группе мышц (мышцы ног) и добившись их полного расслабления, вы можете заметить, что при этом напряглись другие мышцы тела (брюшной пресс, мышцы лица или др.). Расслабляя же их, можно вызвать сокращение только что расслабленных групп

мышц. Даже во сне неподготовленный человек не может снять мышечного напряжения во всем теле, хотя это и необходимо для полноценного отдыха. Поэтому рекомендуется последовательное расслабление различных групп мышц с соблюдением ряда правил.

При выполнении упражнений следует обратить внимание на то, что расслабление лучше всего ощущается по контрасту с напряжением, и для человека неподготовленного наиболее доступным в исполнении будут упражнения на расслабление через еще большее напряжение. Общие принципы выполнения такого рода упражнений следующие:

1) Задача упражнений — дать возможность осознать и запомнить ощущение расслабленной мышцы по контрасту с ее напряжением.

2) Каждое из упражнений состоит из трех фаз: напрячь — прочувствовать — расслабить.

3) В начальной фазе напряжение избранной мышцы или группы мышц должно нарастать плавно, завершающее расслабление («сбрасывание» напряжения) осуществляется резко.

4) Медленному напряжению мышц сопутствует медленный глубокий вдох. Расслабление синхронно со свободным полным выдохом.

5) Закрепление упражнения можно выполнить в несколько приемов в течение дня. Их не следует выполнять непосредственно перед сном, так как мышечное напряжение обладает возбуждающим действием.

6) Каждое из упражнений повторяется 3–4 раза. Длительность всего подготовительного курса — около недели.

7) Упражнения в мышечном расслаблении проходят более успешно у лиц с хорошо развитой мышечной системой. Чтобы научиться расслаблять мышцы, надо их иметь, поэтому ежедневные физические занятия существенно повышают эффективность упражнений, направленных на расслабление мышц.

Формирование навыков расслабления мышц следует начинать с расслабления мышц лица и правой руки (у левшей — левой руки). Эти части тела имеют самое большое представительство в двигательной и чувствительной зоне коры головного мозга.

Тренировка навыка расслабления через напряжение на примере кисти руки

Оцените уровень расслабления кисти вашей ведущей руки по 10-балльной шкале. Запишите это число. Теперь максимально сожмите кисть и напрягите мышцы. Зафиксируйте руку в таком положении 7–8 секунд. Сбросьте напряжение и расслабьте руку. Сосредоточьтесь на ощущениях, которые вы испытываете. Повторите так три раза. Оцените теперь степень расслабления по 10-балльной шкале. Что вы испытываете после расслабления? Какие ощущения? Как их можно

описать?

Скорее всего, вы испытывали чувство тепла, тяжести, распирания, которые связаны с расслаблением мышц и приливом крови к кисти. Эти ощущения следует запомнить и стараться их воспроизводить, так как они свидетельствуют о глубоком расслаблении тела.

Примечание: предварительная оценка уровня напряжения может не проводиться. Задача упражнения — запомнить основные принципы выполнения техники.

Упражнение «маски релаксации»

Вначале рекомендуется несколько подготовительных упражнений, позволяющих управлять мимической мускулатурой. Каждому из таких выражений лица соответствует не только свое положение мышц, но и определенное настроение. Работая с мимической мускулатурой, можно не только приобрести навыки ее расслабления, но и научиться наиболее простым приемам управления своими эмоциями. Эти упражнения: «Маска удивления», «Маска гнева», «Маска презрения», «Маска страха», «Маска смеха», «Маска брезги», «Маска трубача», «Упражнения для мышц челюсти». Они выполняются стоя или сидя — под контролем зеркала. Содержание упражнений вытекает из их названия. «Маска удивления» — одновременно с медленным вдохом надо поднять обе брови, как это делает удивленный человек. Зафиксировав положение бровей, на свободном выдохе даем возможность бровям вернуться на свое место. Остальные упражнения аналогичны. Важно мышечное усилие сначала наращивать со вдохом, а затем освобождать от нагрузки, медленно выдыхая.

Сама «Маска релаксации» заключается в поочередном расслаблении мимических мышц лица, начиная со лба. При этом расслаблении все мышцы лица разглаживаются, лицо становится сонным, вялым. Глаза закрыты, нижняя челюсть чуть-чуть опускается, словно пытается произнести звук «ы», а язык слегка прижимается к зубам, словно говоря «да». В такой позе надо пробыть 4–5 минут, чтобы снять повышенное нервно-психическое напряжение или просто отдохнуть. «Маску релаксации» можно вызывать 5–6 раз в день и желательно сочетать с легким массажем мышц лица, до выработки «маски» или после. Упражнение хорошо снимает повышенное нервно-психическое напряжение.

Одной из основных техник релаксации в современной психологии и психотерапии является тренинг прогрессирующей мышечной релаксации. Особенным его делают простота в обучении и применении, а главное — это упражнение основано на физиологических механизмах и поэтому оказывает свое воздействие независимо от силы самовнуше-

ния и веры в данное упражнение. Единственный вариант, когда прогрессирующая мышечная релаксация не дает своего эффекта, — если не доделать это упражнение, не довести нагрузку до необходимой. Автор методики — Э. Джекобсон. Предлагаемая в электронной версии пособия модификация многие годы успешно применяется, в том числе при подготовке специалистов МЧС России (см. Приложение 2).

Использование речи для регуляции. Самовнушение и самоприказ

Воздействие слова (произносимого не только вслух, но и мысленно) на психофизиологические функции организма связано с его регулирующей функцией.

Самовнушение.

Мысленно произносимые (особенно перед засыпанием или сразу после пробуждения) слова приобретают внушающее свойство, включаются в функциональную систему программирующего аппарата мозга и вызывают соответствующие изменения в организме и психике. Организующее влияние самовнушения проявляется особенно эффективно, когда словесные сигналы сопровождаются образными представлениями.

В расслабленном состоянии влияние словесного самовнушения на физиологические функции значительно возрастает.

Характер этого влияния зависит от смысла словесных формулировок. Используя самовнушение, можно способствовать выработке навыков самоконтроля. Фразы самовнушения должны быть предельно простыми и краткими, а их мысленное произношение — медленным, в такт дыханию.

Существует ряд требований, которым должны отвечать формулы самовнушения [48]:

- вы должны четко знать, чего вы хотите достичь во время сеанса самовнушения;
- формула должна быть четкой, короткой, отражать самую суть;
- фраза должна носить позитивный характер, без содержания частицы «не», так как подсознание не воспринимает частицы «не»;
- задача должна быть сформулирована в терминах цели (не «чего избегаю», а «чего хочу достичь»);
- фраза должна быть в настоящем времени так, будто желаемое уже достигнуто;
- фраза должна произноситься в ритм дыхания, при этом решающая ее часть на выдохе; хорошо, если фраза носит несколько иронично-веселый характер или заранее зарифмована.

Примеры формул самовнушения для тренировки клиентов, склонных к применению насилия: «Я абсолютно спокоен, уверен в сво-

их силах. Сохраняю спокойствие и уверенность в себе в любых условиях. Управляю собой, владею своими эмоциями. Я весь собран, хладнокровен. Полностью уверен в успехе».

Самоприказ.

Это один из важных элементов эмоционально-волевой саморегуляции, который обеспечивает решительность действий и поступков, особенно в ситуации ограничения времени для раздумий. Формируется самоприказ в ходе тренировок на преодоление себя.

Формируя у себя навыки волевого управления, следует учиться совершать волевые действия после отдачи самоприказа, например, «Вперед!», «Давай!», «Держись!» и т. п. Частое сочетание волевого действия с самоприказом закрепляется рефлекторно. Это позволит в сложных условиях создать волевое напряжение путем отдачи самоприказа. В ситуации роста напряжения и возникновения опасности потери самоконтроля могут помочь формулы самоприказа, направленные на остановку действия и переключение: «стоп», «остынь», «вдох-выдох-считаю до 10».

Формулировка целей и задач самоубеждения и самоприказов, типа: «Возьми себя в руки!» или «Ты должен довести это дело до конца» должна быть не только точной, но и не допускать возможностей к отступлению. Внутренний монолог здесь относительно короткий, но категоричный.

Техника мгновенного успокоения [52].

Лучший способ справиться со стрессом — распознать первые признаки напряжения и немедленно отреагировать на них. Техника состоит из пяти шагов.

1. Непрерывное дыхание.

Несмотря на возникшее напряжение, продолжайте дышать ровно и глубоко.

2. Позитивное выражение лица.

Улыбнитесь слегка, как только вы почувствуете, что стрессовая ситуация стала влиять на ваше состояние.

3. Баланс осанки.

Расправьте грудь, поднимите голову, вытяните шею, выставьте подбородок вперед. Представьте, что вас поднимают за ниточку, прикрепленную к затылку.

4. Волна релаксации.

Пустите «волну релаксации» к тем частям тела, где есть напряжение.

5. Сознательный контроль.

Оцените реальное положение дел. Скажите вслух или про себя:

«То, что происходит, происходит на самом деле, и сейчас я найду лучшее из возможных решений».

Аутогенная тренировка (АТ) — это самовнушение, «целевые» формулы самовнушения в состоянии аутогенной погруженности. Приступая к занятиям, делают акцент на предварительную формулу: «Я спокоен, я совершенно спокоен». Важно не автоматическое повторение фразы, а полная сосредоточенность на ее содержании и отсутствие других мыслей. Кроме того, нужно яркое представление содержания фразы (это относится и к остальным формулам самовнушения).

Низшая ступень АТ состоит из шести упражнений с последующим их свертыванием до формул: «Я спокоен, я совершенно спокоен» и дальше «Я в аутогенной погруженности» и уже затем следует (по овладении низшей ступенью) целевое внушение:

1-е упражнение: вызывание тяжести в руках и ногах, сначала по отдельности, а потом и вместе;

2-е упражнение: вызывание теплоты в руках и ногах по той же схеме, 1-е и 2-е упражнения обычно заканчиваются формулами «Мои руки и ноги тяжелые и теплые»;

3-е упражнение: «Мое сердце бьется ровно, ритмично, спокойно»;

4-е упражнение: «Дыхание ровное, спокойное, ритмичное»;

5-е упражнение: «Мое солнечное сплетение излучает теплоту».

6-е упражнение: «Мой лоб прохладен».

Заключительная формула: «Я спокоен, я в аутогенной погруженности». При этом возникает своеобразный феномен состояния аутогенной погруженности. Классические положения для освоения АТ: поза кучера, полусидя, лежа. Позы, на самом деле, не имеют особого значения: важна тренировка произвольной сосредоточенности, отключения внимания от всего остального и яркое представление содержания формулы.

Приступая к занятиям, необходимо предложить клиенту принять удобное положение, желательно позвоночник прямой, плечи опущены.

Сосредоточившись на произносимой про себя фразе: «Я спокоен, я совершенно спокоен», приступают к 1-му упражнению: «Моя правая рука тяжелая». Обычно рекомендуют произносить фразу 6–8 раз, но опыт показывает, что лучше просто в течение 2–3 минут удерживать мысль и ярко представлять тяжесть в правой руке, вспоминая ощущение тяжести в реальной жизни, потом «Я спокоен» и «В левой руке тяжесть», дальше правая нога, левая нога. Дальше второе упражнение: «Моя правая рука теплая» и т. д.

Обычно начинают с первых двух упражнений, на усвоение которых уходит около 10–14 дней, по 10–15 минут 5 раз в день (важна

тренировка произвольного внимания, концентрации внимания, яркое представление). На последующие 3–4 упражнения уходит около 7 дней или немного больше (учитывая уже тренированную способность концентрации внимания). Такой же промежуток времени уходит и на 5–6-е упражнения. В целом необходимо 1–1,5 месяца при условии ежедневной суммарной траты времени 1 час, т. е. требуется 30–45 часов.

После овладения низшей ступенью можно включать в АТ целевые формулы самовнушения, например, «Я сдержан, спокоен, способен контролировать себя».

Противопоказания к АТ

Это общесоматические и общепсихиатрические противопоказания, личностные особенности (истерическая психопатия: неустойчивые, инфантильные личности; недостаточный уровень интеллектуального развития). Осложнения возникают крайне редко и в основном при несоблюдении противопоказаний.

Прогрессирующая релаксация по Э. Джекобсону [52]

Этот метод доступен для использования, когда человек ощущает чрезмерное эмоциональное и физическое перенапряжение, которое превышает необходимый уровень и препятствует конструктивной деятельности.

Предлагаемая модификация данного метода позволяет добиться состояния расслабления через напряжение, используя переутомление (создаваемое за счет быстрого и интенсивного статического мышечного напряжения) и последующее естественное физиологическое расслабление мышц.

Последовательность выполнения.

- *Мышцы рук и плечевого пояса.*

Крепко сожмите кисти в кулак. Мысленно отсчитайте десять секунд — спокойно и не торопясь. При этом удерживайте максимальное напряжение мышц на протяжении всех десяти секунд. Смысл этой тактики состоит в удержании мышечного напряжения на постоянно высоком уровне. Дело в том, что пока вы напрягаетесь, мышцы начинают постепенно уставать и «растрачивать» тот заряд энергии, который был в них выброшен эмоциональным «взрывом».

- *Мышцы предплечья.*

Предплечьем называется часть руки, расположенная между лучезапястным и локтевым суставами. Чтобы качественно напрячь мышцы предплечий, согните руки в лучезапястных суставах, максимально приближая кулаки к внутренним частям предплечий. Все, что не удалось напрячь в этой области, — надо донапрячь волевым усилием.

- *Мышцы плеч.*

Делайте то же, что на предыдущих этапах и плюс к этому разведите руки в стороны, согните их в области локтя и напрягите соответствующие мышцы со всей возможной мощностью. Внешне вы должны напоминать сейчас культуриста, демонстрирующего свои бицепсы. Прочувствуйте напряжение ваших плеч. Не забываем считать до десяти.

- *Мышцы спины.*

Чтобы достичь напряжения в указанной области и в то же время сделать это безопасно для вашей спины и позвоночника, необходимо, во-первых, максимально свести лопатки вместе, а во-вторых, из этого положения опустить их вниз. И тогда вы сможете ощутить, как ваш

позвоночник принял положение так называемого «позвоночного столба». Именно в положении «столба» позвонки расположены друг над другом, и вы не рискуете защемить корешки или выбить диски неловким движением или при поднятии тяжелого веса. Нам такое положение позвоночника необходимо для безопасного и в то же время сильного напряжения мышц спины. Итак, напрягаем спину вместе с напряжением мышц кисти, предплечья, плеча, т. е. со всем тем, что делали ранее. Мысленно считаем от одного до десяти.

- *Лицевая мускулатура.*

Лицо — это главный выразитель всех наших эмоций: от радости до агрессии. Схематично лицо можно разделить на три части. Верхняя часть включает в себя лоб и брови. Средняя — глаза и нос. А нижняя часть состоит из челюстей, губ и скул. Попробуем напрячь все три группы мышц по очереди.

Для того чтобы напрячь лоб, можно либо со всей силой поднять брови, либо с усилием свести их вместе. Лучше использовать поднятие и сведение бровей поочередно. Сосредоточьтесь на ощущении напряженных мышц лба и попытайтесь запомнить это ощущение.

Теперь переходим к напряжению средней зоны, а именно мышц, окружающих глаза и нос. Во-первых, сильно зажмурьтесь, как будто вам в глаза попало мыло или как делают дети при сильном испуге.

Для того чтобы полноценно напрячь мышцы носа, нос должен наморщиться с отвращением, как от самого неприятного запаха. Одновременно постарайтесь сознательно напрячь крылья носа.

Нижняя треть будет эффективно вовлечена в напряжение, если вы сожмете челюсти и в максимально возможной улыбке растяните углы рта от уха до уха. Теперь надо соединить все эти три части воедино. Это непросто. Более того, есть некоторые нюансы, так, например, невозможно одновременно поднимать брови и жмуриться. Поэтому просто вспомните напряжение, которое возникает в области лба, когда вы поднимаете брови, и мысленно помогайте себе, когда вы будете жмуриться. Либо используйте в комплексе только сведенные вместе брови.

В итоге вы должны выглядеть следующим образом: нахмуренные брови, зажмуренные глаза, сведенные к переносице, разведенные в стороны ноздри наморщенного носа, сжатые челюсти, желваки вместо щек и, конечно, улыбка «до ушей».

Обязательно запомните возникающее напряжение, ибо главное — не эстетика и даже не правильность выполнения этого задания, а интенсивность напряжения всех мышц на вашем лице. Они, в чем мы имели возможность убедиться, хоть и не велики, но зато очень чувствительны к текущим эмоциям. Не забывайте мысленно считать

до десяти, но концентрируйтесь не на счете, а на напряжении.

- *Шея.*

Сложность заключается в том, что это просто непривычно напрягать одновременно и переднюю, и заднюю группы мышц шеи. Поэтому сначала опустите подбородок к груди, а затем закиньте голову назад и запомните возникающее ощущение напряжения и в том, и в другом положении.

Теперь попробуйте удерживать навесу кисть и надавить на нее подбородком. Тогда вы сможете почувствовать напряжение передних мышц шеи. Затем удерживайте ладонью затылок (ближе к темени), а головой постарайтесь продавить сопротивление руки. Тогда вы сможете почувствовать напряжение задних мышц шеи. Запомните работу обеих групп мышц, вам предстоит их напрячь волевым усилием.

- *Мышцы брюшного пресса.*

Для того чтобы напрячь мышцы пресса, представьте себе, будто бы вас хотят ударить в живот. Одновременно создайте напряжение и в зоне промежности. Сведите ягодицы и втяните промежность в себя. Прodelайте все это упражнение 2–3 раза, считая про себя до десяти. Теперь прodelайте это упражнение, сочетая его со всем тем, что вы делали прежде.

- *Ноги.*

Стопа. Для того чтобы напрячь мышцы стоп, нужно с усилием согнуть пальцы ног, как вы делали это с пальцами рук, сжимая их в кулаки. Тогда вы почувствуете напряжение свода стопы.

Голень. Для того чтобы напрячь мышцы голени, нужно потянуть стопы на себя (но не разгибая пальцы ног!). Сделайте это с усилием. А после этого, вторым этапом, сведите носки и разведите пятки.

Бедра и ягодицы. Для этого сядьте ровно на ягодицах. Почувствуйте себя неваляшкой: напрягите их и чуть-чуть покачайтесь из стороны в сторону. Теперь из этого положения вытяните ноги вперед под прямым углом и почувствуйте, как при этом напрягутся мышцы бедра.

Соедините напряжение мышц бедер и ягодиц с напряжением стоп и голеней, как мы делали это только что. Почувствуйте единое напряжение всех мышц нижних конечностей, от кончиков пальцев до ягодиц.

Теперь прodelаем все прежде изученные напряжения. Соберите пальцы в кулак, согните кисть к внутренней части предплечья, а предплечья в локтях. Разведите руки в стороны и напрягите мышцы обоих плеч. Теперь сведите лопатки и, почувствовав между ними кожную складку, опустите их вниз. Зафиксируйте голову в процессе наклона ее вперед и создавая при этом противодействие. А теперь добавьте к этому соответствующую мимику. Считайте про себя до десяти и делайте это

упражнение с полной самоотдачей. Помните, вам необходимо добиться максимального напряжения для того, чтобы затем суметь полноценно расслабиться. Сделайте это с таким усилием, которое позволит исчерпать всю энергию, находящуюся в мышцах.

Теперь вы готовы к тому, чтобы напрячься целиком. Вспомните то ощущение напряжения, которое вы вызывали прежде в верхней части вашего тела. Повторите все от начала до конца быстро, но не спеша, стараясь ничего не упустить. А теперь напрягитесь целиком всем телом и с максимальным усилием. Сосчитайте до десяти и откиньтесь на спинку стула, внимательно исследуя свои ощущения. Значительная часть вашего тела расслабится, однако, скорее всего, вы сможете найти и участки, где напряжение хотя бы в минимальной степени сохранилось. Если этих участков больше, чем три зоны, необходимо повторить весь комплекс заново, в той же последовательности. Затем вновь прочувствуйте текущее состояние своих мышц, плавно и не торопясь, вдаваясь во все, даже минимальные, ощущения по пути от стоп до затылка. Если зон напряжения, пусть и минимального, осталось три или менее, цикл можно уже не повторять, а давать нагрузку только непосредственно на мышцы, которые еще сохраняют напряжение. Причем для создания этой нагрузки вы можете использовать не только статическое напряжение мышц из изученного нами комплекса, но и динамическую нагрузку из любых известных вам упражнений (банальной зарядки, гимнастики, аэробики, шейпинга и тому подобного). Выявляем конкретную мышцу, находящуюся в состоянии напряжения, а затем стараемся определить, каким действием или движением ее можно вовлечь в работу (например, при напряжении мышц спины — отжимание от пола, ног — приседание и т. п.), создавая этим сначала дополнительное напряжение, затем переутомление этой мышцы и последующее ее неизбежное расслабление. Главный принцип — это не столько правильность исполнения всех элементов комплекса и последовательное их выполнение, а полноценность проделанной работы и следующего за напряжением расслабления. Напряжение для нас лишь средство достигнуть желаемого результата.

При достижении определенного навыка эту схему можно применять самостоятельно.

Насилие как форма девиантного поведения

Девиантное, отклоняющееся поведение вызывает живой интерес у психологов, врачей, педагогов, работников правоохранительных органов, социологов, философов. Тема отклоняющегося поведения носит междисциплинарный и дискуссионный характер. Сопряженность термина с понятием «социальная норма» многократно усложняет проблему, поскольку границы нормы весьма условны, а человека абсолютно нормального по всем показателям просто не существует.

*Змановская Е. В. Девиантология
(психология отклоняющегося поведения)*

Насилие является одной из наиболее опасных форм девиантного поведения.

Девиантность — это интегральное качество субъекта социальных отношений (личности, группы), которое проявляется в его направленности на отклонение от социальных норм. Девиантное поведение проявляется в форме конкретных действий субъекта социального взаимодействия (личности, группы), противоречащих социальным нормам.

Девиантность личности (группы) может быть латентной или фактически реализуемой (скрытой или актуальной). В первом случае необходимо говорить о внутренней девиантности, проявляющейся в высокой личностной (групповой) готовности к отклоняющемуся/девиантному поведению. Во втором случае имеет место реальное (фактическое) проявление девиантности в социальной сфере в форме девиантного поведения и девиантного образа жизни.

Поскольку в любом социуме табуируются выраженные формы деструкции и ауто-деструкции (убийство, насилие, самоубийство), девиантность приобретает качество деструктивности и аутодеструктивности.

Девиантное поведение личности (группы) есть внешнее проявление девиантности в форме повторяющихся действий, отклоняющихся от социальных норм, представляющих объективную

угрозу для личности или общества, получающих негативную общественную оценку и одновременно имеющих высокую индивидуальную значимость вследствие их направленности на компенсацию нарушений в системе социальных отношений личности (группы).

Социальные девиации и девиантность относятся к социально-психологическим феноменам, то есть являются одновременно свойствами и личности, и социальной системы, в которую личность включена. Сущность феномена девиантности заключается в рассогласовании социальных отношений личности (группы). Это означает, что личность (группа) с девиантным поведением имеет такую систему отношений (ценностей, представлений, установок), которые существенно отличаются от общепринятых норм и закономерно приводят к интрапсихическим, межличностным и социальным конфликтам.

Девиантность как социально-психологический феномен характеризуется нарушением баланса трех основных процессов социализации личности: социальной адаптации, социально-психологической интеграции и индивидуальной самореализации (индивидуализации). В случае девиантности наблюдаются: 1) недостаточная и (или) неэффективная адаптация к социальной среде; 2) снижение активности, направленной на интеграцию общепринятых ценностей в систему личных смыслов; 3) доминирование процессов индивидуализации и девиантной самореализации.

С точки зрения генезиса девиантность и девиантное поведение формируются в процессе развития личности (группы) как способ приспособления к дезадаптивным индивидуальным особенностям, дисфункциональным межличностным отношениям и неблагоприятным (дезинтегрированным) социальным процессам.

Отмечая относительную устойчивость девиантного поведения, следует различать несколько его вариантов в зависимости от длительности его существования: 1) краткосрочные (аффективные) девиантные реакции; 2) преходящие девиантные состояния; 3) устойчивое девиантное поведение; 4) девиантное развитие личности.

Структурно-уровневая организация девиантности предполагает:

1) общие свойства, присущие всем видам девиаций и создающие основу для объединения различных поведенческих проявлений в единую группу, обозначаемую как «девиантное поведение»;

2) частные характеристики, выражающие специфику отдельной формы девиации, позволяющие выделять классы и подвиды девиантного поведения.

Содержательно-динамические характеристики девиантности рас-

крывают индивидуальное своеобразие девиантного поведения при сохранении общих свойств девиантности. Так, например, многие люди страдают химической зависимостью, но в каждом конкретном случае имеют место: собственная история, индивидуальный ритм и форма зависимости, личные мотивы и, что особенно важно, индивидуально окрашенные мотивы и переживания.

Ведущим психодинамическим механизмом и фактором девиантности является нарушение в системе детско-родительских отношений, деструктивная направленность и содержание которых воспроизводятся в последующей межличностной коммуникации, вызывая устойчивую девиацию социального поведения.

С целью эмпирической проверки сформулированных положений было организовано социально-психологическое исследование девиантности и девиантного поведения [3; 5]. В исследовании участвовали 503 жителя Санкт-Петербурга, мужчины и женщины в возрасте от 18 до 70 лет. В основу выделения групп были заложены два критерия: форма девиации (внешне деструктивная или ауто-деструктивная) и степень выраженности девиации (от средней, совместимой с жизнью — до реально угрожающей самой жизни). В результате были сформированы 4 группы:

1-я — без каких-либо проявлений девиантного поведения (194 человека — 107 женщин и 87 мужчин);

2-я — с алкогольной зависимостью в форме бытового пьянства, диагностированного на основе поведенческого интервью, без признаков социальной дезадаптации (113 человек — 40 женщин и 73 мужчины),

3-я — с наркозависимым поведением (96 человек — 30 женщин и 66 мужчин), с установленным диагнозом «опийная наркомания», проходящих реабилитацию в медико-психологических центрах Санкт-Петербурга и Севастополя, со сроком ремиссии от 1 мес. до 9 лет;

4-я — осужденные с криминально-агрессивным поведением (100 человек — 43 женщины и 57 мужчин), отбывающие наказание в исправительных учреждениях Санкт-Петербурга за убийства и тяжкие телесные повреждения, признанные виновными по результатам психолого-психиатрической экспертизы.

Очевидно, что 1-я группа характеризуется отсутствием девиации, 2-я — легкой девиацией и последние 2 группы (3-я и 4-я) характеризуются тяжелой степенью девиации. Таким образом, все изучаемые лица расположились на оси «норма — неосложненная девиация без признаков социальной дезадаптации — тяжелая девиация, сопровождаемая

социальной дезадаптацией».

В ходе исследования была использована методика комплексной диагностики девиантности и девиантного поведения личности, содержащая:

- поведенческое интервью, разработанное автором в целях анализа истории формирования и особенностей конкретной формы девиантного поведения;

- методику оценки социальной фрустрации в модификации

В. Бойко;

- шкалу ориентации на выполнение нравственно-правовых норм в модификации Ямпольского;

- тест межличностных отношений Т. Лири;

- тест психологических защит Плутчика — Келермана — Конте;

- методику субъективной оценки детско-родительских отношений, разработанную на основе семантического дифференциала.

В результате проведенного исследования были выделены общие свойства девиантности, к которым были отнесены личностные характеристики, выявленные при всех изучаемых формах девиаций.

Первое общее свойство девиантности проявляется как пониженный уровень удовлетворенности (высокий уровень фрустрации) различными аспектами собственной жизни (диаграмма 1). Неудовлетворенность представляет собой устойчивую личностную черту (вероятно, формирующуюся уже на ранних этапах онтогенеза на основе возбудимой нервной системы), которая проявляется в высоком психофизическом напряжении, а также пониженной эмоциональной толерантности к фрустрации (нетерпимости к негативной оценке, отказу или препятствию на пути реализации актуального желания).

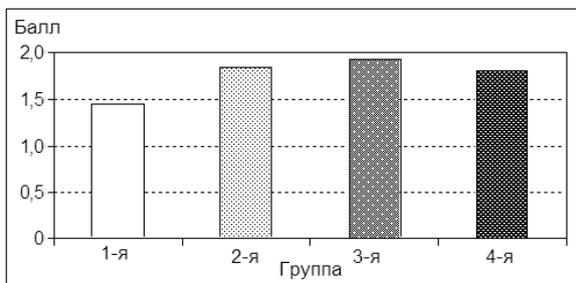


Диаграмма 1. Уровень социальной фрустрации

Наряду с повышенным уровнем социальной фрустрации у лиц с девиантным поведением (независимо от формы девиации) были выявлены качественно-количественные нарушения нравственно-нормативного сознания (диаграмма 2).

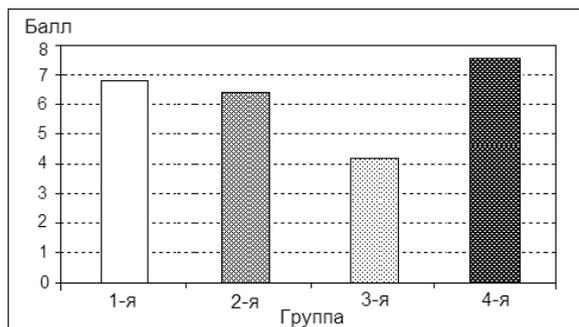


Диаграмма 2. Выраженность установок на выполнение социальных норм

В 1-й группе (нормы) выявлен средний уровень ориентации на выполнение социальных норм. Отмечается последовательное снижение показателей в направлении: «группа нормы — группа с алкогольной зависимостью в форме систематического пьянства — группа с наркотической зависимостью». Количественные различия между 1-й и 3-й группой статистически значимы ($p < 0,01$). В 4-й группе, напротив, наблюдается повышение баллов по «Шкале ориентации на выполнение социальных норм» ($p < 0,05$) вследствие учащения выбора второстепенных мотивировок, склонности к самооправданию, категоричности суждений, диссимуляции — стремления произвести лучшее впечатление на окружающих.

Одновременно с количественными изменениями при девиантном поведении наблюдаются выраженные структурные нарушения нормативного сознания. В норме для людей наиболее значимы такие мотивировки, как: обязательность выполнения законов; справедливость и обязательность наказания; соблюдение принципов нравственности и морали; высшие чувства (стыд, долг, ответственность). В случае с девиантным поведением субъективная ценность нравственных норм и законов снижается при одновременном повышении значимости биологических и индивидуальных мотивировок (например: страх наказания, риск, физиологическое удовольствие, доминирование). Отказ от ориентации на социальные нормы одновременно может проявляться как нестандартность поведения и креативность в интеллектуально-познавательной сфере.

Результаты использования методики Т. Лири свидетельствуют о

том, что в межличностных отношениях людей с девиантным поведением нарастают такие негативные тенденции, как агрессивность и подозрительность. По соответствующим шкалам получены более высокие баллы в девиантных группах в сравнении с 1-й группой (диаграмма 3).

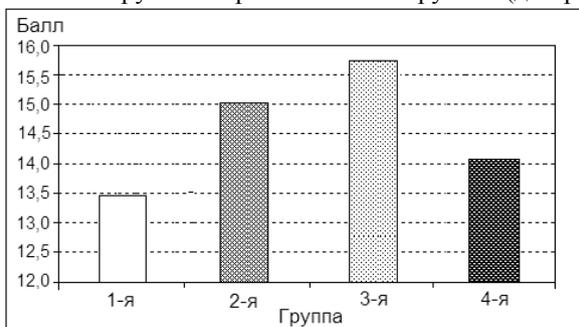


Диаграмма 3. Средние показатели конфликтности (агрессивности и подозрительности)

В группах с девиациями поведения рассматриваемые показатели статистически значимо превышают аналогичный коэффициент в 1-й группе ($p < 0,01$). В соответствии с литературными данными [6] суммарное повышение баллов по данным характеристикам можно интерпретировать как повышение конфликтности личности в ситуациях межперсонального взаимодействия. Данную особенность мы обозначили как оппозиционную predisposition личности.

Вследствие перечисленных особенностей девиантность как внутренняя готовность личности нарушать общепринятые нормы сопровождается внутренними и (или) межличностными конфликтами. В основе конфликтов лежат такие качества личности, как высокий уровень психофизического напряжения, подозрительность, низкая терпимость, ригидность, склонность к самооправданию при завышенных требованиях к окружающим людям, малопродуктивные и архаичные психологические защиты.

В структуре психологических защит людей с девиантным поведением наблюдаются ярко выраженные качественно-количественные изменения в сравнении с группой нормы (диаграмма 4).

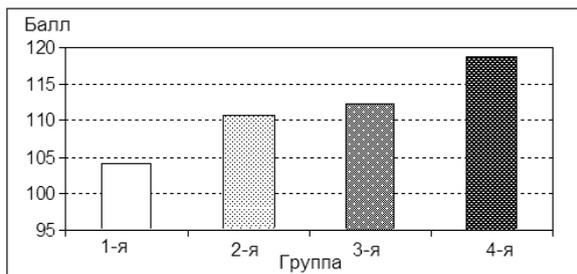


Диаграмма 4. Напряженность психологических защит

При переходе от нормы (1-я группа) к девиации, а также от легких (2-я группа) к более тяжелым девиациям (3-я и 4-я группы) наблюдается статистически значимое повышение уровня активности (напряженности) бессознательных защитных механизмов. Напряженность психологических защит рассчитывалась как сумма средних оценок по всем 8 шкалам опросника Плутчика (отдельно по каждой группе) и интерпретировалась как уровень остроты внутреннего конфликта и выраженности негативных аффектов. В целом результаты теста психологических защит подтверждают факт эмоционально-регуляторной дестабилизации личности с девиантным поведением.

Наряду с ростом общего уровня напряженности защит отмечаются изменения в их структуре. При усилении девиантного поведения снижается удельный вес зрелых защит, таких как рационализация или компенсация. В группах с девиантным поведением повышается удельный вес таких архаичных защит, как регрессия ($p < 0,01$); проекция ($p < 0,01$); замещение/смещенная агрессия ($p < 0,05$).

Одновременно с перечисленными характеристиками для девиантного поведения в целом характерны множественные нарушения в системе детско-родительских отношений. Анализ биографии лиц с девиантным поведением, участвовавших в исследовании, в сочетании с использованием авторской методики субъективной оценки их значимых отношений привели к выводу о наличии ряда негативных тенденций в детско-родительских отношениях лиц с девиантным поведением [3; 5].

Эмоциональное отношение к отцу снижено во всех группах с девиантным поведением в сравнении с 1-й (диаграмма 5). Образ отца респондентов 1-й группы имеет более позитивную эмоциональную окраску, чем в любой группе с девиантным поведением (различия статистически значимы). Напротив, в группах с девиациями регистриру-

ются различные проявления дефицита положительного влияния отца. Наибольший дефицит отцовского влияния наблюдается во 2-й и 4-й группах: в этих группах показатели (на уровне тенденции) снижены по всем шести функциям отцовского влияния (теплота, забота, близость, авторитет, поддержка, требовательность).

Общее эмоциональное отношение к матери нарушено в группах с зависимым поведением (диаграмма 6). Различия в отношении к матери между 1-й группой и 2-й и 3-й группами с зависимым поведением статистически значимы ($p < 0,05$). В случае зависимого поведения снижены показатели по всем 6 функциям материнского влияния. Отношение к матери у лиц с криминальным поведением, напротив, более позитивно, чем в норме (особенно у мужчин). Следовательно, делинквентная направленность личности сопровождается не только выраженной склонностью к самооправданию на фоне напряженности аффектов, но и инфантильной идеализацией образа матери.

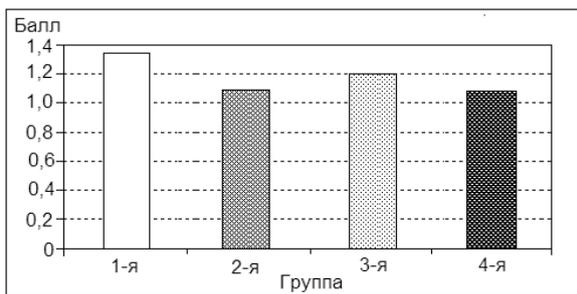


Диаграмма 5. Общее эмоциональное отношение к отцу

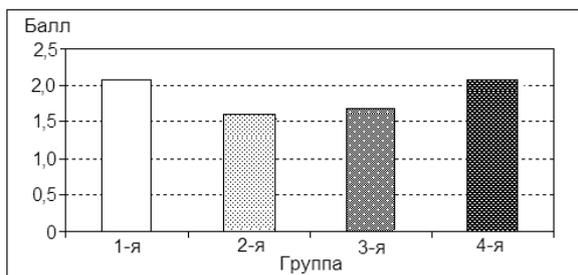


Диаграмма 6. Общее эмоциональное отношение к матери

В итоге получены данные о нарушении значимых отношений с родителями во всех изучаемых группах с девиациями: в 4-й группе

доминирует дефицит позитивного отцовского влияния; в 3-й — преобладают нарушения в отношениях с матерью в форме симбиотической связи либо дефицита заботы, авторитета и требовательности; во 2-й — отмечается общая неудовлетворенность отношениями с обоими родителями (объектный голод).

В целом в сравнении с 1-й группой наблюдается снижение позитивного эмоционального отношения к родителям (в сумме) при усилении девиации. Экспериментальное исследование подтверждает психодинамическую гипотезу о том, что людей с девиантным поведением целесообразно рассматривать в контексте нарушенных объектных отношений — как людей, с раннего детства испытывающих дефицит позитивных отношений со значимыми фигурами.

Использование метода семантического дифференциала для самооценивания выявило тенденцию поляризации самооценки в группах с девиантным поведением (диаграмма 7). В сравнении с 1-й группой при зависимом поведении самооценка достоверно снижается ($p < 0,01$), а при криминальном поведении (4-я группа), напротив, повышается ($p < 0,05$), несмотря на совершенные тяжкие преступления. Данный факт можно интерпретировать как следствие повышения активности психологических защит при девиациях: отрицания собственной ценности при зависимостях и проекции нежелательных качеств вовне, при криминально-насильственном поведении.

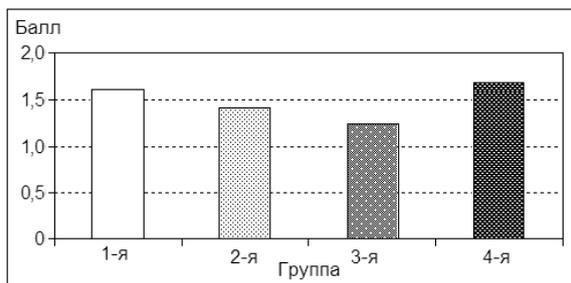


Диаграмма 7. Показатели самооценки

Таким образом, в ходе проведенного исследования были эмпирически выявлены и статистически подтверждены следующие общие свойства личности с девиантным поведением:

- 1) социально-психологическая фрустрированность в форме повышенного недовольства жизнью в целом и ее отдельными аспектами;
- 2) оппозиционная направленность личности как результат изме-

нений в ценностно-нормативном сознании, рассогласование индивидуальных ценностей с социальными приоритетами;

3) высокая напряженность межличностных отношений, проявляющаяся как повышенная конфликтность, интолерантность и поляризация (существенное снижение или повышение) зависимости от других людей;

4) эмоционально-регуляционная дестабилизация вследствие доминирования негативных аффектов (тревоги, агрессии, депрессии), повышенной напряженности психологических защит и активизации архаичных защит;

5) нарушения в системе детско-родительских отношений, проявляющиеся в форме нарушения родительских функций, негативной оценки родительских фигур, и низкой удовлетворенности отношениями с родителями;

6) нарушения самосознания в форме поляризации самооценки.

Корреляционный анализ показал, что в 1-й группе ориентация на выполнение социальных норм положительно и достоверно связана: с комплексом интерперсональных тенденций, включающих лидерство, дружелюбие и альтруизм; с общей положительной оценкой матери, восприятием ее как авторитетной и требовательной; со средним уровнем самооценки.

В группах с девиантным поведением ориентация на выполнение социальных норм отрицательно коррелирует с подозрительностью и активностью архаичных защит (регрессии, агрессивной разрядки и проекции).

Социальная фрустрация лиц с девиантным поведением сопряжена с: агрессивностью и враждебностью; низким качеством отношений и с отцом, и с матерью; высоким уровнем активности архаичных защит.

В ходе регрессионного анализа устанавливалось влияние отношения к родителям на девиантное поведение личности. Выявлено, что ведущими психодинамическими факторами, вызывающими девиантное поведение, являются:

- 1) переживание дефицита материнского тепла;
- 2) восприятие матери как нетребовательной;
- 3) переживание дефицита поддержки (помощи в адаптации) со стороны обоих родителей;
- 4) переживание дефицита отцовской заботы;
- 5) низкий уровень отцовского авторитета.

Важно подчеркнуть, что психодинамика детско-родительских отношений реализуется в форме спонтанного, частично или полностью неосознаваемого процесса, не всегда совпадающего с внешне

наблюдаемыми особенностями семьи и декларируемыми семейными ценностями.

Доминирующий тип нарушенных отношений определяет форму социальной девиации — ее деструктивный или аутодеструктивный вариант. Перечисленные паттерны межличностных отношений сопровождаются специфическими аффектами и рационализациями, образуя единый мотивационный комплекс и определяя устойчивую девиантную направленность личности.

Наряду с общими (универсальными) свойствами девиаций были определены отличительные особенности отдельных форм девиантного поведения. Специфической особенностью людей с алкогольной зависимостью на уровне бытового пьянства (2-я группа) можно считать высокую склонность к регрессу и смещенной агрессии на фоне выраженной неудовлетворенности отношениями с обоими родителями. По всей видимости, алкоголь компенсирует как дефицит «теплых отношений» (объектный голод), так и внутреннюю агрессию, которую зависимые от алкоголя люди стараются подавлять (не проявлять вовне) вследствие достаточно развитого нормативного сознания и жесткого Супер-эго (совестливости).

При наркозависимом поведении (3-я группа) выявлены более тяжелые, чем при бытовом пьянстве, нарушения личности. Для наркозависимых характерны выраженные нарушения совестливости — для этих людей социальные нормы и правила не имеют большого значения, а их нарушение не вызывает мук совести, как при алкогольной зависимости. Одновременно с этим при наркозависимом поведении отмечается максимальный уровень враждебности и подозрительности на фоне самых высоких показателей зависимости (несамостоятельности) в межличностных отношениях. Выявляются самая высокая тревога и активность архаичных защит (регрессия, отрицание, проекция), а также напряженность гедонистических влечений и нарциссических переживаний. В случае наркотической зависимости отмечают тотальный регресс и выраженная склонность к защитному фантазированию. В сравнении с другими подгруппами у наркозависимых отмечается наиболее нарушенные отношения с матерью в форме тревожного симбиоза. В целом функционирование взрослых людей, злоупотребляющих тяжелыми наркотиками, осуществляется по законам самого раннего возраста — от 1 года до 3 лет.

Для лиц с криминально-насильственным поведением (4-я группа) характерны: внешняя демонстрация уважения к закону, доминирование проекции в структуре защит, идеализация матери, завышенная самооценка и тенденция к самооправданию. Индивиды, склонные к

насилию, твердо убеждены в собственной правоте. Они отрицают собственные ошибки, обостренно воспринимая невнимательность, грубость и неуважение по отношению к себе. Они предъявляют многочисленные претензии к окружающим людям, воспринимая мир как несовершенный и несправедливый.

Антисоциальная (социопатическая) личность как личность, склонная к насилию

В зарубежной психологической и медицинской литературе для описания поведения взрослых людей (от 18 лет), склонных к насилию, широко используются термины: *антисоциальная, социопатическая, психопатическая личность*. Данные понятия не тождественны привычным для нас понятиям — *криминальная личность, характерологический психопат* и не могут выступать в качестве медицинского диагноза. ***Социопатическая (антисоциальная) личность представляет собой психологический тип, описанный через глубинные психологические механизмы функционирования личности.*** Основной вклад в изучение социопатической динамики сделан психоанализом. Август Айхорн (1876–1949), известный своей работой с трудными подростками, определяет делинквентность как «динамическое явление, результат взаимодействия психических сил, производящих искажения» [2].

Данное искажение прежде всего связано с нарушением взаимоотношений между Эго и Супер-эго. Супер-эго (как критическая инстанция) может быть не сформировано, в других случаях оно может быть чрезмерно жестким-карающим. Наконец, Эго-идеал (как часть Супер-эго) может содержать антисоциальные идентификации [31].

Нэнси Мак-Вильямс описывает социопатическую личность через *выраженную потребность ощущать власть над другими*. Это может проявляться как стремление влиять на людей, манипулировать ими, «подняться» над ними. Многие авторы отмечают, что данный характер связан с *базовой неспособностью к человеческой привязанности*.

Уровень социальной адаптации при этом может быть различным. А. Айхорн ввел понятие ***явной и латентной делинквентности***. Если в первом случае имеют место антисоциальные действия, то во втором — это состояние существует, но не проявляется внешне.

Человек с антисоциальной организацией личности не обязательно совершает преступления, но его жизнь в целом определяется *специфической мотивацией*. Представители некоторых уважаемых профессий, несомненно, в большей степени, чем другие, проявляют склонность к давлению и контролю (педагоги, судьи, хирурги), сочетая свою индивидуальность с интересами общества.

Личности, ставшие на путь нарушения закона, тем более могут быть достаточно точно описаны с точки зрения данного психологического диагноза. Интересным фактом является то, что, если социопатической личности удалось избежать тюрьмы или саморазрушения, она имеет тенденцию «выгорать» к среднему возрасту (к сорока годам), нередко достигая уровня «примерного гражданина».

Психоанализ рассматривает делинквентов как тех, кто не в состоянии разрешить свои *внутренние конфликты*. Антисоциальные люди порывают с реальностью и спасаются от внутренней действительности тем, что предпринимают запрещенные действия, пресекаемые государством и преследуемые законом. Основной психологической защитой социопатических людей является *всемогущий контроль*. Они также используют проективную идентификацию, множество тонких диссоциативных процессов и отыгрывание вовне. *Потребность оказывать давление*, как указывает Мак-Вильямс, имеет преимущественное значение [32]. Она защищает от стыда (особенно у грубых психопатов) или отвлекает от поиска сексуальных перверсий (которые также могут лежать в основе криминальности).

При делинквентном поведении часто используется проекция на общество личных негативных качеств. При этом общество выглядит иллюзорно более плохим, чем оно есть в действительности, а представители правоохранительных органов низводятся до «ментов» с самыми отрицательными характеристиками.

Знаменитое отсутствие совести у социопатов свидетельствует не только о *дефективном Супер-эго*, но также о *недостатке первичных взаимных привязанностей к другим людям*. Для антисоциальной личности ценность других людей редуцируется до их полезности, которая нередко определяется явным или бессознательным согласием последних терпеть «затрещины». Социопатические люди открыто хвастаются своими победами, махинациями или обманами, если думают, что на слушателя произведет впечатление их сила. Служители закона не перестают удивляться тому, как легко преступники сознаются в убийстве и спокойно рассказывают о его ужасных подробностях, скрывая при этом меньшие проступки или то, что, по их мнению, может быть расценено как признаки слабости.

Например, в телеинтервью каналу НТВ (октябрь 1998 года) серийный убийца Анатолий Оноприенко эмоционально рассказывал, что в убийствах его назначение, что он ничего не боится и что он самого Бога превзошел. Свою цель преступник сформулировал как «вызывать страх», поясняя, что, даже будучи заключенным под стражу, он вызывает животный страх у людей. (В большинстве же заурядных случаев при объяснении преступных действий наблюдается склонность к миними-

зации своей роли — преуменьшению своей ответственности — «просто повздорили, плохо подумал и т. д.»).

Тот факт, что *делинквенты не страдают от дискомфорта из-за своего поведения*, составляет одну из основных трудностей социального и психотерапевтического воздействия на них.

Таким образом, основным механизмом саморегуляции социопатической личности является *отыгрывание вовне* внутреннего напряжения и негативных чувств. При этом у таких людей возникает ментальное побуждение к действию. Они также не обладают опытом повышения самоуважения через контроль над собственными импульсами. Социопатов часто рассматривают как недостаточно тревожащихся. Н. Мак-Вильямс [32] объясняет это обстоятельство моментальным отыгрыванием вовне в комбинации с отказом признавать «слабые» чувства. Это означает, что если социопат и испытывает тревогу, то он отыгрывает ее так быстро, что окружающие не успевают ее заметить. Не совсем понятен механизм формирования антисоциальной направленности. Доказано, что младенцы с рождения отличаются по темпераменту. В таком случае конституциональными предпосылками социопатии могут выступать, например, большая базальная агрессия или сниженная реактивность нервной системы (более высокий порог возбуждения). Действительно, чтобы чувствовать себя бодро и хорошо, социопат нуждается в резком, более встряхивающем опыте. «Особая конституция» может объяснять постоянное стремление таких людей к острым ощущениям, их сниженную способность воспринимать педагогическое воздействие и обучаться социально-приемлемому поведению, их невозможность получать удовольствие от обычных для других вещей — музыки, природы, хорошей работы. Врожденно гиперактивному, требовательному или рассеянному ребенку необходимо значительно большее участие отцовской фигуры, чем это принято. Ребенок, обладающий гораздо большей энергией, чем родители, может усвоить, что можно игнорировать потребности других людей, делая все, что хочется, умело управляя поведением окружающих.

Для ранних детских отношений таких личностей со стороны родителей характерны: нестабильность, отсутствие дисциплины, потворство, эмоциональное непонимание, эксплуатация и иногда жестокость. Детство антисоциальных людей нередко отличается безнадзорностью, обилием опасностей и хаоса (хаотическая смесь суровой дисциплины и сверхпотворства; слабая мать и вспыльчивый садистичный отец; алко-

голизм и наркотики в семье; семейные разрывы). В таких нестабильных и угрожающих обстоятельствах *ребенок не получает чувства защищенности* в необходимые моменты развития, что может подтолкнуть его потратить остаток жизни на поиск подтверждения своего *всемогущества*.

Для семей антисоциальных личностей в целом нетипично понимание и проговаривание своих чувств (явление алекситимии). В то время как большинство из нас используют слова для выражения собственной личности, социопатические личности применяют их для манипуляции. Родители оказываются неспособными отвечать на эмоциональные потребности ребенка. Родители могут также бессознательно проявлять неповиновение и ненависть к авторитетам, с возмущением реагируя на ситуацию, когда педагоги или кто-то еще ограничивают поведение их ребенка. В целом родители оказываются глубоко вовлечены в демонстрацию силы, а социопат имеет серьезные затруднения в обретении самоуважения нормальным путем через переживание любви и гордости своих родителей.

В историях наиболее деструктивных, криминальных психопатов почти невозможно найти последовательного, любящего, защищающего влияния семьи. З. Фрейд указывал, что: *«Доверчивость любви является самым важным и самым первым источником авторитета»* [57]. Антисоциальный индивид, вероятно, просто никогда не испытывал в нормальной степени привязанности и взаимной любви. Он не идентифицировался с теми, кто о нем заботился. Вместо этого оказалась возможной идентификация с «чуждым сэлф-объектом», который переживается как хищный. Цитируя Мелой, Мак-Вильямс [32] пишет о *«недостаточности глубоких и бессознательных идентификаций, первоначально с первичной родительской фигурой и, в особенности, архетипических и направляющих идентификаций с обществом и культурой человечества в целом»*.

Последующие контакты ребенка со взрослыми вне круга семьи также не обогащают его личность необходимыми идентификациями. *Окружающих людей любят, пока они способны удовлетворению и ненавидят, как только они в нем отказывают*. Из-за отсутствия полноценного Сверх-Я не существует и никаких внутренних требований, которые бы вызывали чувство вины. Хотя имеется интеллектуальное понимание последствий поведения, эмоциональное понимание отсутствует. Сиюминутное удовольствие важнее, чем угроза неудовольствия в будущем. Таким образом,

нарушение ранних объектных отношений приводит к серьезному личностному расстройству, переживаемому как *неспособность к установлению привязанности и признанию авторитетов*.

Несмотря на очевидное сходство, О. Кернберг [21] отмечает *психологическую неоднородность самой группы «антисоциальная личность»* и предлагает выделять в ней несколько диагностических подгрупп.

- *Собственно антисоциальное расстройство личности* характеризуется, прежде всего, *тяжелой патологией Супер-эго*. Это неспособность к ощущению вины и раскаяния; неспособность эмоционально привязываться (даже к животным); отношения, основанные на эксплуатации людей; лживость и неискренность; слабость суждений и неспособность учиться на жизненном опыте; неспособность следовать жизненному плану. В одних случаях такое поведение может иметь активно-агрессивную форму (злобно-садистическую), в других — пассивно-паразитическую (эксплуатирующую). Если собственно антисоциальное расстройство не выявлено, может иметь место так называемый *«злокачественный нарциссизм»*. Он проявляется в типичном нарциссическом расстройстве личности (грандиозность, превосходство Я), характерологически укорененной агрессии (садизме к другим или направленной на себя), параноидальных тенденциях и убежденности в собственной правоте. В отличие от антисоциальной личности как таковой при злокачественном нарциссизме сохраняется потенциал привязанности и участия к другим людям или ощущение вины. Такие люди могут понять наличие у других моральных убеждений, могут иметь реалистичное отношение к своему прошлому и планировать будущее. Далее, антисоциальное поведение (в основном пассивно-паразитического типа) может встречаться в структуре просто *нарциссического расстройства личности*, с преобладанием неспособности к длительной глубокой привязанности. Оно может проявляться в форме сексуальных аддикций; безответственности; эмоциональной или финансовой эксплуатации других.

Следующая группа включает *антисоциальное поведение при других — ненарциссических — расстройствах личности* (инфантильное, истероидное и др.).

В случае *невротического расстройства личности* антисоциальное поведение происходит из бессознательного чувства вины, что нередко может выглядеть как личная драма. Например, человек ворует мелкие предметы на работе, боясь разоблачения и увольнения.

Антисоциальное поведение можно рассматривать и как часть *симптоматического невроза* в форме подросткового бунтарства, нарушения адаптации, влияние окружения, облегчающего перевод психических конфликтов в антисоциальное поведение.

Наконец, это могут быть *диссоциальные реакции* — некритичная адаптация к социальной подгруппе с антисоциальным поведением.

Таким образом, такая психологическая реальность, как *делинквентное поведение личности* содержит в себе как общие закономерности, так и выраженное индивидуальное своеобразие. В обращении с делинквентными личностями целесообразно (насколько это возможно) игнорировать как их недоверие, так и провокации. Следует исходить из того, что «они не умеют сдерживаться, но имеют страстное искаженное желание привязанности», не удовлетворенное в раннем детстве.

Эффективные стратегии построения близких отношений

По опыту работы программ «Укрепление семьи», «Детские Деревни», «SOS — Россия» для построения близких отношений в семье специалисты нашей организации дают следующие рекомендации.

Выстраивание паритетных взаимоотношений в семье.

Паритетными отношениями в семье считаются такие отношения, в которых супруги способны договориться. Необходимо понять, кто в ваших отношениях лидер, и не менять его в текущем жизненном сценарии семьи. Каждый член семьи должен иметь свои обязанности: заработок денег, распределение семейного бюджета, покупка техники, ремонт, приготовление ужина и так далее. В том случае, если муж потерял работу, он не должен взваливать на жену все обязанности по дому, если она является единственным кормильцем в семье. Его помощь будет полезной для всей семьи и для нормальной психологической атмосферы в доме. Это отношения, в которых комфортно каждому из членов семьи и каждый может получить то, что ему необходимо; где присутствует возможность открыто обсуждать происходящее. Построение паритетных отношений в семье предполагает основываться на следующих принципах.

- *Отсутствие дискриминации к любому члену семьи.*

Любой вид дискриминации отрицает равную ценность всех членов семьи. В наибольшей степени дискриминации подвергаются женщины и дети, пожилые. При отсутствии уважения к каждому участнику семейных отношений невозможно ценностное отношение к каждому. В такой ситуации существуют важные члены семьи и не важные. Такая позиция ведет к ролевому, авторитарному и дискриминационному взаимодействию «Над» — «Под»: есть уважаемые и не уважаемые, мнение которых не обязательно учитывать.

- *Наличие интереса к любому члену семьи.*

Интерес к любому члену семьи — это то, что позволяет поддерживать стремление узнавать тех, с кем ты живешь рядом, их потребности и особенности. Нарушение интереса приводит к стереотипному видению («про тебя и так все понятно»), «и так известно, что ты скажешь, хочешь, думаешь» и т. д.). Интерес — это процессуальная сторона отношений в отличие от стагнации. Необходимо быть готовым исследо-

вать как близкое окружение, так и отношения в семье.

- *Наличие у членов семьи общей цели.*

Общая цель — это пространство, в контексте которого происходит взаимодействие. Цель — это связующее звено и сам предмет взаимодействия. Если цели и потребности каждого не известны членам семьи, то попытки достичь и удовлетворить их в совместных отношениях приводят к непониманию, конфликтам и развитию манипуляторных отношений. Для того чтобы члены семьи могли поставить перед собой общую цель и достичь ее, необходимо учитывать некоторые аспекты.

1) Осознанное понимание, чего хочу я сам. Чем более четко и правильно сформулированы собственные желания, тем легче выстраиваются отношения. А для этого необходимо быть в контакте с самим собой. Очень часто люди постулируют, что хотят одного, но реально за этим скрывается другая истинная потребность.

2) Умение согласовать цели всех сторон взаимодействия, признавая ценность каждой, не игнорируя, не оценивая их как незначимые.

В практической работе при анализе отношений важно привести уважение в реальное взаимодействие. Если это является затруднительным, то прояснить, что мешает признать ценность мнения каждого. Часто за данными проблемами стоят стереотипы, собственный опыт как объекта дискриминации, страхи и потери.

Исходя из вышеизложенного, можно обозначить, что для построения модели эффективного взаимодействия в семье необходимо:

- понять потребности каждой стороны («что Я хочу, что ТЫ хочешь»);
- найти единую цель («что ОБЩЕГО есть в наших целях, даже разнонаправленных или на первый взгляд не связанных между собой»);
- договориться о том, как достигать цели, уважая потребности партнера, не нарушая значимых принципов друг друга.

Следующая стратегия выстраивания эффективных стратегий взаимодействия, по мнению Д. Новикова, посвящена поискам гармонии с самим собой.

Важно ощутить, что ты делаешь то, что любишь, и любишь то, что делаешь. Важно честно признаться себе в своих желаниях, страхах, сильных и слабых сторонах, увлечениях, взглядах на жизнь и на многие ее аспекты.

Причиной кризисов многих отношений является то, что члены семьи проживают множество лет жизни других людей: они увлекаются не своими увлечениями, работают не на своей работе, ведут себя не так, как им нравится, играют чуждые себе роли, не реализуют себя, живут

не с теми людьми.

Пути поиска гармонии с собой

1. Тебе нужно понимать, что именно вызывает в тебе те или иные чувства.

В противном случае ты не сможешь это изменить. Иными словами, ты можешь изменить только то, что осознаешь. Понимание причины проблемы, ее природы, ее подноготной — это уже половина ее решения. Преодоление препятствия может быть успешным, только если ты трезво оцениваешь, что это за препятствие. Только так ты сможешь составить план, приводящий к желаемому результату. Чем более детальным и точным является описание проблемы, тем больше вероятность того, что ее решение удастся найти в этом описании.

2. Ты делаешь только то, что приносит тебе какую-либо пользу.

Польза может быть либо осознанной, либо нет. Но если нет пользы, то не будет и действия. Соответственно, если ты совершаешь какое-то действие, которое осознанно не хочешь совершать, то, согласно первой установке, прежде чем ты что-либо сможешь изменить, тебе необходимо увидеть ту выгоду, которая стоит за твоим действием. Нередко люди гонятся за двумя зайцами, пытаются получить сразу две или больше несовместимых выгод, и чем дольше они делают это, тем дольше страдают. Как бороться с этим? Только расстановкой приоритетов и принятием однозначного решения.

3. Ты в ответе за собственный опыт.

Ты — создатель своих мыслей и достигаемых тобой результатов. Твоя жизнь — это зеркало, отражающее твои внутренние процессы. Своим поведением ты проецируешь происходящие вокруг тебя события. Мы все живем по одним и тем же законам, естественным законам Вселенной. Мы все имеем дело с одной и той же силой, силой притяжения. Притяжения не только гравитационного, но и событийного. Все, что приходит в твою жизнь, ты сам(а) притягиваешь в нее. И это притягивается с помощью того образа, который ты держишь в своем сознании, тех мыслей, которые доминируют в твоей голове. Благодаря естественным природным законам, эти мысли неизбежно овеществляются.

4. Ты учишь окружающих, как обращаться с тобой.

Из третьей установки можно сделать вывод о том, что отношение окружающих людей к нам — это результат наших мыслей и нашего поведения. Обрати внимание на то, что люди вокруг тебя получают иное

отношение окружающих к себе, нежели ты. Почему так происходит? Они внутренне создают определенный образ и определенные нормы, которые неминуемо передаются другим людям. Твои мысли, твоё самоуважение, твоё самооценка генерируют твоё поведение. А твоё поведение создает отношение людей к тебе.

5. Жизнь вознаграждает тех, кто действует.

События в нашей жизни представляют собой бесконечную череду вероятностей. Ничто в этом мире не имеет стопроцентную вероятность до того, как оно случилось. И разумеется, везет обычно больше тем, кто больше пытается. Чем чаще и больше реальных действий ты предпринимаешь для достижения своей цели, тем выше вероятность твоего успеха. Человеку может сильно повезти один или два раза, но постоянно везет только тем, кто пытается во много раз чаще других.

6. Жизнь можно только управлять — ее нельзя исправить.

На жизнь можно посмотреть, как на график, на котором взлеты и падения чередуются с относительной регулярностью. У более счастливых людей доминируют подъемы и участки повыше, у более несчастных — спуски. Однако и у тех, и у других удовлетворенность жизнью волнообразна. При этом большинство людей полагает, что, как только они заработают много денег, как только выглянет солнце, как только встретится принц, как только изменится партнер и т. д., их жизнь преобразится и станет счастливой. Но счастье — это не результат, а процесс. Процесс следования твоей продуманной жизненной стратегии. Процесс, который требует твоего постоянного участия и постоянного развития. Как писал Льюис Кэрролл, «для того, чтобы стоять на месте, надо очень быстро бежать».

7. Тебе нужно точно определить, что тебе нужно, чтобы добиваться этого.

Ты никогда не сможешь получить результат, превосходящий то, что ты запланировал(а). Чем четче ты можешь обрисовать свою цель, чем ярче твоё представление о том моменте, когда ты добьешься желаемого, тем выше твой шанс на успех. Ставь реалистичные и обоснованные цели, в значимости и нужности которых ты ни капли не сомневаешься.

8. Каждая малейшая деталь имеет значение.

Поиск волшебной таблетки является сверхпопулярным занятием среди народа. Им занимаются все, кроме тех немногих, которых мы называем успешными людьми. Эти люди не пытаются изобрести ковер-самолет, а шаг за шагом, не останавливаясь, поднимаются в гору. Они используют любую возможность для развития, даже если прогресс самый незначительный.

9. То, что ты хочешь, не обязательно совпадает с тем, что

хотят от тебя другие.

Возьми лист бумаги и напиши как можно больше ответов на простой вопрос: «Кто ты?» Не ограничивай себя во времени. Остановись тогда, когда твои идеи иссякнут. Взгляни на получившийся список. Обрати внимание на первые места. Скорее всего, там находятся роли, которые для тебя наиболее приоритетны. Что это за роли? С кем ты себя ассоциируешь прежде всего? Большинство людей идентифицируют себя по социальной или деловой роли. А теперь подумай, насколько эти роли в полной мере соответствуют тому, что ты действительно хочешь. Насколько ты счастлив в своей семье, на своей работе, насколько для тебя ценны твои друзья и твои увлечения, насколько цели, которые ты ставишь в жизни, отвечают твоим истинным внутренним желаниям? Для того чтобы тебе было легче ответить на эти вопросы, тебе нужно проанализировать свой опыт: посмотреть на тех нескольких людей, на те несколько определяющих моментов, а также на те несколько критических выборов, которые повлияли на становление твоей личности. Какую роль сыграли эти люди и ситуации в твоей жизни? Как изменилась твоя личность благодаря им? Какие твои истинные внутренние качества обнажились, благодаря этим людям и ситуациям? Какие чувства ты испытывал до и после взаимодействия с этими людьми и попадания в эти ситуации? Почему? Чтобы твои выводы были более полными, выдели из памяти как можно больше фактов, начиная с того детского возраста, который тебе под силу вспомнить. Проанализируй те результаты, которые твой прошлый опыт привнес в твою жизнь. Весьма вероятно, что так ты обнаружишь многие скрытые выгоды своего образа жизни, на которые прежде не обращал(а) внимания. А сейчас самое сложное: тебе предстоит взглянуть на свое настоящее и увидеть в нем те вещи, которые ты делаешь потому, что ты действительно хочешь их делать, и те вещи, которые ты делаешь вследствие привычек, ограничивающих убеждений, социальных установок, семейных норм. Будь предельно честным(ой) перед собой. Тебе нужно ответить себе на сложный вопрос: «Когда ты являешься собой, а когда ты обманываешь себя?» После того как ты ответишь на него, тебе моментально откроются новые горизонты для личностных и жизненных изменений. Ты по-другому помотришь на свои особенности, на свои таланты, на свои скрытые желания, ты увидишь новые цели и приоритеты.

Приложение 6

Конструктивное поведение в конфликтной ситуации

Конструктивное поведение в конфликтной ситуации можно трансформировать в следующие шаги.

Шаг 1. Прояснение конфликтной ситуации.

Здесь важно дать возможность высказаться каждой из сторон. Пусть первым начнет инициатор конфликта. Важно показать всем своим видом, что мы внимательно выслушиваем другую сторону и действительно заинтересованы в том, о чем нам говорят. После выслушивания оппонента (супруга или партнера) следует сообщить о собственном желании или проблеме. Интересно, что часто супруги поддаются иллюзии, будто их половина должна обо всем догадываться, а потому не утруждают себя объяснениями, чем именно вызваны их обида, злость или раздражение. Важно уметь пояснить партнеру свои мысли, волнения, страхи, обиду, а не ожидать, что он должен все правильно прочесть и проинтерпретировать по выражению вашего лица или тону голоса. При этом строить свои объяснения следует при помощи так называемых «Я-сообщений». Это значит, что уместно строить свои предложения следующим образом:

«Я чувствую... (конкретное чувство — обида, злость, раздражение, страх), когда мне приходится делать... (действие, которое вы совершаете или, напротив, не совершаете)». Например, фраза: «Я чувствую раздражение, когда мне приходится выносить мусор» гораздо лучше фразы: «Вечно ты не выносишь мусор!!!» Возможно, ваш супруг даже не догадывался, насколько это для вас принципиально.

Шаг 2. Сбор предложений.

«Как же нам быть?», «Что теперь делать?», «Как нам лучше поступить?». После этого надо дать возможность оппоненту первому сделать предложение и только затем предлагать свои варианты. На этом этапе лучше отказаться от комментариев тех предложений, которые делает ваш партнер. В противном случае не стоит обижаться, если партнер перестанет предлагать альтернативные варианты разрешения проблемы.

Шаг 3. Оценка предложений и выбор наиболее приемлемого варианта.

Здесь важно отказаться от желания во что бы то ни стало на-

стоять на собственном мнении, если оно не самое лучшее для сторон.

Важно осознать, что если партнер будет вынужден выполнять ваше предложение вопреки своему желанию, то это скажется как на качестве выполнения навязанного вами решения, так и на возможном затаивании обиды против вас.

Шаг 4. Детализация принятого решения.

Важно максимально детализировать выбранное решение. Лучше всего, когда каждый из партнеров проговаривает, что ему предстоит сделать. Это позволяет другой стороне оценить, насколько правильно она была услышана и проинтерпретирована.

Шаг 5. Выполнение решения, проверка.

Кроме непосредственно алгоритма разрешения конфликтной ситуации можно предложить воспользоваться правилами поведения в конфликтной ситуации.

Правила поведения в конфликтной ситуации-1

1. Попробуйте установить истинную причину конфликта. Как описывалось выше, кроме тех причин, которые лежат на поверхности, могут быть скрытые мотивы, побудившие вашего партнера вступить на тропу скандалов и ссор. Важно научиться правильно понимать друг друга. Чаще всего истинная причина обрастает несущественными претензиями и придирками, за которыми не видно истинного смысла конфликта.

2. В семейном конфликте важна не победа одной из сторон, а умение налаживать отношения. В связи с этим стоит обсуждать ошибки, просчеты, проступки, а не личные недостатки друг друга.

Нельзя втягивать в конфликт детей, родителей, знакомых, соседей, друзей. Третье лицо обязательно, вольно или невольно, примет какую-нибудь сторону. При этом едва ли посторонние люди будут справедливы в оценке ситуации. Неприемлемо участие в конфликте ребенка, так как именно он страдает больше всего от ссор родителей. Постарайтесь также избегать агрессивного поведения и повышенного эмоционального тона. Если вы будете вести себя спокойно и сдержанно, вам легче будет договориться, так как не будет возникать раздражение.

3. В обсуждении конфликтной ситуации придерживайтесь существа разногласий, не отвлекайтесь от обсуждения темы. Не стоит пытаться решить сразу все проблемы. Может потребоваться много времени для выяснения всех разногласий. Обсуждайте самую большую точку отношений, обстоятельно разберите все нюансы и ошибки. Не высмеивайте мнение супруга, даже если оно кажется вам нелепым,

абсурдным. Важно понять позицию друг друга.

4. Ищите компромисс. Конфликт возникает потому, что супруги имеют разные мнения, интересы и не имеют желаний, а иногда и не могут уступить друг другу и отказаться от своих интересов. Поэтому конфликт часто долго не угасает. Необходимо для выхода из ситуации хотя бы частично принять и выполнить просьбы супруга. С другой стороны, не настаивать на идеальном, максимальном выполнении претензий, довольствоваться надо хотя бы частичной уступкой.

5. Проявите чувство юмора. Иногда это помогает сгладить конфликт, но не избавляет от обсуждения проблемы. Также можно иногда промолчать или проигнорировать выпад супруга, чувствуя, что он расстроен и встревожен. Имейте мужество признать ошибку, если вы ее допустили, необходимо подойти и извиниться. Не обостряйте конфликт из-за пустяка, так как он может превратиться в затяжную войну.

Подводя итоги, хочется отметить, что снизить негативные составляющие конфликтов помогает гибкость во взаимоотношениях супругов, взаимное уважение друг к другу, ощущение ценности и значимости собственной семьи, открытость в восприятии окружающего мира, способность приобретать новый опыт и использовать его в дальнейшем.

Правила поведения в конфликтной ситуации-2

1. Дайте партнеру «выпустить пар». Если партнер раздражен и агрессивен (переполнен отрицательными эмоциями), договориться с ним трудно, а зачастую невозможно, поэтому постарайтесь помочь ему снизить внутреннее напряжение. Во время его «взрыва» рекомендуется вести себя спокойно, уверенно, но не высокомерно.

2. Сбивайте агрессию неожиданными приемами. Например, задайте неожиданный вопрос совсем о другом, но значимом для партнера деле или доверительно попросите у конфликтующего собеседника совета.

3. Не давайте партнеру отрицательных оценок, а говорите о своих чувствах. Не говорите: «Вы меня обманываете», лучше звучит: «Я чувствую себя обманутым».

4. Попросите сформулировать желаемый конечный результат и проблему как цепь препятствий. Проблема — это то, что надо решать, а отношение к человеку — это фон, условия, в которых приходится принимать решение. В случае неприязненного отношения к клиенту или партнеру вы можете не захотеть решать проблему. Этого делать нельзя! Не позволяйте эмоциям управлять вами. Вместе с собеседником определите проблему и сосредоточьтесь на ней. Иными словами,

отделите проблему от личности.

5. Предложите человеку высказать свои соображения по разрешению возникшей проблемы и свои варианты решения. Не надо искать виновных и объяснять создавшееся положение. Ищите выход из него. Не останавливайтесь на первом приемлемом варианте, их должно быть найдено много, чтобы выбрать лучший (альтернатива). При этом всегда помните, что искать следует взаимоприемлемые варианты решения, т. е. вы и клиент (партнер по общению) должны быть взаимно удовлетворены конечным результатом.

6. В любом случае дайте партнеру «сохранить свое лицо». Не позволяйте себе распускаться и отвечать агрессией на агрессию и задевать достоинства партнера; он этого не простит, даже если уступит нажиму. Не затрагивайте его личность, а давайте оценку только действиям и поступкам, например, можно сказать: «Вы уже дважды не выполнили свое обещание», но нельзя говорить: «Вы — необязательный человек».

7. Отражайте, как эхо, смысл высказываний и претензий. Употребление фраз типа «Правильно ли я вас понял?», «Вы хотели сказать...» устраняет недоразумения и демонстрирует внимание к собеседнику, что уменьшает его агрессию.

8. Не бойтесь извиниться, если чувствуете свою вину. К извинениям способны уверенные и зрелые люди, что обезоруживает клиента и вызывает у него уважение и доверие.

9. Ничего не надо доказывать. В конфликте никто никогда и никому ничего не сможет доказать, так как отрицательные эмоции блокируют способность понимать и соглашаться с «врагом». Человек в этот момент не думает, его рациональная часть отключается, а поэтому незачем пытаться что-либо доказывать. Это пустая трата времени и бесполезное занятие.

10. Замолчите первым. Если так получилось, что вы не заметили, как «втянулись» в конфликт (по наблюдениям, 80 % конфликтов возникает помимо желания их участников), попытайтесь сделать единственное — замолчите. Не от собеседника-«противника» требуйте: «Замолчи», «Прекрати», а от себя. Однако ваше молчание не должно быть обидным для партнера и не должно быть окрашено злорадством и вызовом.

11. Не характеризуйте состояние оппонента. Избегайте словесной констатации отрицательного эмоционального состояния партнера: «Что ты злишься, нервничаешь?» — такие «успокоители» только укрепляют и усиливают конфликт.

12. Независимо от результата разрешения противоречия старайтесь не разрушать отношения. Выразите свое уважение и расположение клиенту, партнеру и выскажите согласие по поводу возникших

трудностей. Если вы сохраните отношения и дадите клиенту «сохранить свое лицо», вы не потеряете его как будущего клиента или партнера.

ГЛОССАРИЙ

АНДРОГИНИЯ, андрогинность — термин происходит от греческих слов *andro* — мужчина и *gynai* — женщина и обозначает комбинацию маскулинных и фемининных характеристик в человеке. Идея андрогинии относится к эпохе античности и коренится в классической мифологии и литературе. В то время андрогиния обозначала сочетание мужских и женских качеств.

БРАК — юридически и социально санкционированный институт упорядочивания сексуальных отношений, который существует в любом обществе, но имеет разные формы. В большинстве стран брак является базовым союзом для образования семьи, рождения и воспитания детей, сексуальных, эмоциональных и хозяйственно-бытовых отношений между членами семьи. Брачные отношения регулируются

ВСЕОБЩАЯ ДЕКЛАРАЦИЯ ПРАВ ЧЕЛОВЕКА — международный акт универсального характера по правам человека, принятый Генеральной Ассамблеей ООН 10 декабря 1948 года.

ВСЕМИРНАЯ ДЕКЛАРАЦИЯ ПРАВ ЧЕЛОВЕКА — единый эталон для всех народов и всех наций, признающих естественное достоинство и равные неотчуждаемые (неотъемлемые) права всех представителей человечества на основе свободы, справедливости и мира во всем мире. 10 декабря 1984 г. Генеральная Ассамблея ООН приняла и провозгласила Всемирную декларацию прав человека. Декларация состоит из 30 статей.

ГЕНДЕР — социальный пол. Социокультурный конструкт пола, представляющий собой заданные характеристики так называемого «мужского» и «женского».

ГЕНДЕРНЫЙ КОНФЛИКТ — действие или состояние, обусловленное столкновением гендерных ролей, норм, ценностей отношений. Например, мужчины с красивой внешностью часто бывают фрустрированными из-за этого, поскольку обладают качеством, более соответствующим женщинам. Традиционное противопоставление красоты уму приводит к тому, что окружающие начинают воспринимать красивых мужчин как глупых и пустых. Еще один пример гендерного конфликта — женщин-руководителей, не проявляющих мягкости и понимания человеческих слабостей подчиненных, осуждают более

жестко, чем суровых мужчин-руководителей.

ГЕНДЕРНЫЙ РАЗРЫВ — разрыв в любой области между женщинами и мужчинами с точки зрения их участия, возможностей, т. е. доступа к ресурсам, правам, вознаграждениям или выгодам.

ГЕНДЕРНОЕ РАВНОПРАВИЕ — равноправие мужчин и женщин перед законом. Гендерное равноправие не следует путать с гендерным равенством.

ГЕНДЕРНЫЕ РОЛИ — социальные роли, предписываемые мужчинам и женщинам в соответствии с социальными и культурными нормами, существующими в данном обществе.

ГЕНДЕРНАЯ СОЦИАЛИЗАЦИЯ — в общем смысле термин «социализация» обозначает усвоение и принятие индивидом существующих в обществе социокультурных норм и правил поведения. Гендерная социализация обозначает процесс усвоения норм и образцов «мужественности» и «женственности».

ГЕНИТАЛЬНЫЕ УВЕЧЬЯ — процедуры, приводящие к частичному или полному удалению наружных половых органов при отсутствии медицинских показаний.

ГЕТЕРОСЕСУАЛЬНОСТЬ — в самом общем смысле — ориентация на сексуальные отношения с людьми противоположного пола. В социологическом смысле — привилегированное и доминирующее выражение сексуальности, часто оцениваемое как «естественная» форма сексуального желания у человека.

ДЕКЛАРАЦИЯ ООН ОБ ИСКОРЕНЕНИИ НАСИЛИЯ В ОТНОШЕНИИ ЖЕНЩИН — определяет насилие в отношении женщин как любой акт насилия в общественной и личной жизни, совершенный на основании признака пола и причиняющий или способный причинить физический или психологический ущерб (ст. 1). Угроза совершения таких действий, принуждение или произвольное лишение свободы также считаются актами насилия. В Декларации отмечается, что необходимым условием разработки и выполнения таких программ является сотрудничество государственных и неправительственных организаций.

ДИСКРИМИНАЦИЯ — практики и действия, препятствующие членам определенной социальной группы иметь равные права и получать равные возможности и доступ к ресурсам только на основании их принадлежности к иной группе. Вызвать негативное отношение могут самые разные характеристики — расовая, этническая или религиозная принадлежность, пол, возраст, место проживания и многое другое. На их основе формируются расовые, национальные, гендерные предрассудки и стереотипы, «оправдывающие» дискриминационные практики.

ДИСКРИМИНАЦИЯ В ОТНОШЕНИИ ЖЕНЩИН — дискриминация по признаку пола, гендерная дифференциация в оплате труда, разделение труда по половому признаку, Конвенция ООН о ликвидации всех форм дискриминации в отношении женщин, репродуктивный труд, «стеклянный потолок»

ДИСКРИМИНАЦИЯ ПО ПРИЗНАКУ ПОЛА — практика, посредством которой одному полу отдается предпочтение по сравнению с другим. Дискриминация по признаку пола может также возникнуть, когда гендерно нейтральные политика и практика оказывают несомерно большее негативное влияние на какую-либо незащищенную группу населения, чаще всего женщин.

ДОМАШНЕЕ НАСИЛИЕ — любая форма физического, сексуального или психологического насилия, которая угрожает безопасности или здоровью членов семьи со стороны других членов семьи. Формами домашнего насилия считаются угрозы применения физической силы, побои и избиения, психологическое и сексуальное насилие. Чаще всего жертвами оказываются женщины и дети, хотя могут быть и мужчины, особенно если речь идет о психологическом насилии; изнасилование женщин в браке во многих странах также считается формой домашнего насилия.

ДОМАШНЕЕ НАСИЛИЕ — насилие со стороны партнеров/мужей, бывших партнеров/мужей или членов семьи. Виды домашнего насилия: физическое, сексуальное, психологическое, экономическое.

ДУХОВНОЕ НАСИЛИЕ — один из видов психологического домашнего насилия, при котором обидчик принуждает жертву сменить вероисповедание, мировоззрение, заставляет отступить от ее жизненных принципов, высмеивает ее убеждения, навязывает собственные ценности [28; 74].

ИНТЕРАКТИВНЫЙ АСПЕКТ НАСИЛИЯ — психологическое взаимодействие, при котором играют роль свойства личности: доминантность, аффективность, непредсказуемость, непоследовательность, неадекватность, непринятие со стороны насильников, нарушение субординации, ригидность, безответственность, неуверенность, беспомощность.

КОНВЕНЦИЯ — международный правовой документ, имеющий (в отличие от декларации или обращения) статус закона, обязательного для исполнения государствами, которые его подписали и ратифицировали (т. е. получили одобрение парламента).

КОНВЕНЦИЯ О ЛИКВИДАЦИИ ВСЕХ ФОРМ ДИСКРИМИНАЦИИ ЖЕНЩИН — принята Генеральной Ассамблей ООН 19 декабря

1979 года; вступила в силу 3 сентября 1981 года.

НАСИЛИЕ В ОТНОШЕНИИ ЖЕНЩИН — вид агрессивного поведения и использование силы для нанесения вреда — от словесных оскорблений и угроз до побоев и изнасилования. Женщины гораздо чаще, чем мужчины, становятся жертвами экономического, психологического, физического и, особенно, сексуального насилия.

НАСИЛИЕ НА ГЕНДЕРНОЙ ПОЧВЕ — акты физического, психического, сексуального или социального насилия, проявляющиеся в угрозах, запугивании, манипуляциях, культурных ожиданиях, обмане, применении оружия или экономического насилия, направленные против личности в силу его или ее гендерной роли в обществе.

ПРАВА ЧЕЛОВЕКА — во Всеобщей декларации прав человека, принятой ООН в 1948 г., провозглашается, что «все люди рождаются свободными и равными в своем достоинстве и правах» и должны обладать всеми правами и свободами, провозглашенными в Декларации, «без какого-либо различия в отношении расы, цвета кожи, пола, языка, религии, политических или иных убеждений, национального или социального происхождения, имущественного, сословного или иного положения».

ПРИНУДИТЕЛЬНЫЙ БРАК — брак без согласия одного или двоих партнеров, с применением физического или эмоционального насилия. Ранние браки связаны с принудительными браками, поскольку несовершеннолетние неспособны предоставить информированное согласие.

ПСИХОЛОГИЧЕСКАЯ САМОРЕГУЛЯЦИЯ (лат. *regulare* — приводить в порядок, налаживать) — самостоятельное, целенаправленное и сознательное изменение субъектом регуляторных механизмов своей психики на основе использования ресурсов бессознательного уровня.

ПСИХОЛОГИЧЕСКОЕ НАСИЛИЕ — поведенческое, интеллектуальное, эмоциональное — преднамеренное манипулирование человеком (ребенком или взрослым) как объектом, игнорирование его субъектных характеристик свободы, достоинства, прав и т. п., разрушающее отношения привязанности между людьми или, напротив, фиксирующее эти отношения и приводящее к различным деформациям и нарушениям психического развития — поведенческого, интеллектуального, эмоционального, волевого, коммуникативного, личностного [67. С. 61].

РАСШИРЕНИЕ ВОЗМОЖНОСТЕЙ ЖЕНЩИН — целенаправленный процесс, призванный способствовать, с одной стороны, осознанию женщинами существующих проявлений неравенства по принципу пола, а с другой стороны, формированию их активной позиции в борьбе с существующим неравным положением в семье, на рабочем

месте, в общественной жизни. Речь идет о возможностях женщин самим контролировать свою жизнь, т. е. ставить перед собой определенные цели и задачи, получать профессиональную подготовку, развивать чувство уверенности в собственных силах, решать проблемы и реализовывать свою личность.

РЕПРОДУКТИВНОЕ ЗДОРОВЬЕ — уровень физического, психического и социального благополучия мужчин и женщин, позволяющий им вести безопасную половую жизнь и свободно принимать решения о рождении и воспитании детей. Репродуктивное здоровье зависит от множества факторов, включая обеспечение доступа к безопасным и надежным средствам контрацепции, половой грамотности, профилактики венерических заболеваний и т. д.

РЕПРОДУКТИВНЫЕ ПРАВА — права любого индивида или группы свободно и ответственно решать вопрос о числе, месте и времени рождения своих детей, на доступ к получению соответствующей информации, а также право на обеспечение высоких стандартов сексуального и репродуктивного здоровья.

РОДИТЕЛЬСКИЙ ОТПУСК — индивидуальное, не передаваемое право на отпуск по уходу за детьми для работников обоего пола, имеющих родных или усыновленных/удочеренных (приемных) детей.

СЕКСУАЛЬНОЕ НАСИЛИЕ — преднамеренное манипулирование телом человека (ребенка или взрослого) как сексуальным объектом, приводящее к вовлечению в сексуальные действия с целью получения сексуального удовлетворения или какой-либо иной выгоды; к сексуальному насилию относится не только сексуальное совращение, но и вовлечение в проституцию, порнобизнес и т. п.

СЕКСУАЛЬНЫЕ ДОМОГАТЕЛЬСТВА — поведение сексуального характера, затрагивающее достоинство женщины или мужчины. Носит чрезмерный, агрессивный и оскорбительный характер для объекта домогательства, особенно когда неприятие или прятие такого поведения оказывает влияние на последующие решения, касающиеся трудоустройства или условий работы объекта домогательств. Сексуальные домогательства на рабочем месте, дома или в других местах становятся насилием на сексуальной почве, если они сопровождаются физическим насилием или психологическим давлением или угрозами.

СУРРОГАТНОЕ МАТЕРИНСТВО — вспомогательная репродуктивная технология, при применении которой женщина добровольно соглашается забеременеть с целью выносить и родить биологически чужого ей ребенка.

ТРАНССЕКСУАЛ — человек, испытывающий глубокое и постоянное противоречие между своим физиологическим полом и припи-

санным гендером и принятой гендерной идентичностью. Часто у таких людей возникает потребность изменить биологический пол, чтобы он совпал с субъективной гендерной идентичностью.

УБИЙСТВО ЖЕНЩИН — убийство на гендерной почве (убийство женщин из-за их половой принадлежности).

ФЕМИНИЗМ — термин образован от латинского слова *femina* — женщина; в самом общем смысле он означает защиту прав женщин как в практическом, так и в теоретическом смысле.

ФЕМИНОЛОГИЯ — букв.: наука о женщинах. Феминология является альтернативным термином, используемым для обозначения женских исследований в некоторых странах.

ФИЗИЧЕСКОЕ НАСИЛИЕ — преднамеренное манипулирование телом человека (ребенка или взрослого) как объектом, приводящее к нанесению физических повреждений различной степени тяжести; к физическому насилию относятся не только побои, но и ограничения в еде и сне, вовлечение в употребление алкоголя и наркотиков и т. п.

ЭГАЛИТАРИЗМ — синоним равенства в отношениях.

ЭКОНОМИЧЕСКОЕ НАСИЛИЕ — наличие финансовой зависимости со стороны мужа/партнера; ограничение доступа женщины к финансам или к независимой экономической деятельности. Отказ предоставлять денежные средства и удовлетворять базовые потребности; контроль доступа к медицинскому обслуживанию и трудоустройству и т. д.

ЭКОНОМИЧЕСКОЕ НАСИЛИЕ — один из видов домашнего насилия, при котором обидчик не позволяет жертве работать, лишает ее собственных денег, вынуждает просить у него деньги, контролирует семейный бюджет и единолично принимает финансовые решения или отказывается работать и вносить долю в семейный бюджет.

ЭМАНСИПАЦИЯ ЖЕНЩИН — термин «эмансипация» обозначал в античности освобождение рабов из-под власти патриарха семьи. М. Уолстоункрафт (1792) ввела понятие «эмансипация женщин» в смысле их освобождения от правового бесправия. С середины XIX в. эмансипацией стали называть движение женщин за юридические права. Возродившееся в середине XX в. женское движение выдвигало цели не только равенства юридических прав, но и более глубоких изменений в обществе, появилось понятие «движение за освобождение женщин». Позже — феминистское движение.

ЭТИКА ЗАБОТЫ — одно из понятий культурного феминизма, приписывающее женщинам особый тип отношений к другим людям, который отличается от мужской этики, основанной на формальных правилах, проявления заботы.

СПИСОК ЛИТЕРАТУРЫ

1. *Айхорн А.* Трудный подросток. — М.: Апрель Пресс; Эксмо-Пресс, 2001. — 304 с.
2. *Алексеева Л. С.* Социально-психологические аспекты семейного насилия // Гендерный подход к проблеме насилия: исследовательские стратегии и роль образовательных программ / Ред. коллег. Г. Ф. Беляева и др. — М.: Макс Пресс, 2002. — С. 10–13.
3. *Алешина Ю. Е.* Индивидуальное и семейное психологическое консультирование: Практ. пособие. — М.: Независимая фирма «Класс», 2000. — 203 с.
4. *Аристотель.* Политика. — М.: Мысль, 1983. — (Серия «Философское наследие». Т. 90). — С. 401.
5. *Бендас Т. В.* Гендерная психология. — СПб.: Питер, 2006. — 431 с.
6. *Берн Ш.* Гендерная психология. — СПб.: Прайм-ЕВРОЗНАК, 2001. — 320 с.
7. *Бейтсон Г.* Экология разума: Избранные статьи по антропологии, психиатрии и эпистемологии / Пер. Д. Я. Федотова, М. П. Папуша. — М.: Смысл, 2000. — 476 с.
8. *Битянова М. Р.* Социальная психология: Учеб. пособие. Изд. 2-е, перераб. — СПб.: Питер, 2008. — 368 с.
9. *Бойченко Л. Д.* Гендерное насилие: причины и следствие. — Петрозаводск: Изд-во ПетрГУ, 2005. — 200 с.
10. *Бойченко Л. Д.* Кризисные центры как новые социальные технологии: опыт Норвегии, Швеции, Финляндии и возможность его использования в России // Права женщин в России. Законодательство и практика. — 2004. — № 4–2. — С. 48–53.
11. *Васильева Н. Л., Иванов В. Ю., Скочилов Р. В., Полякова М. А.* Психолого-социальное сопровождение личностного развития как технология // Вестник Южно-Уральского ГУ. Серия «Психология». — 2009. — № 30. — Выпуск 6.
12. *Горшкова И., Шурыгина И.* Насилие мужей против жен // Женщина плюс... — 2003. — № 2 [Электронный ресурс] // Режим доступа: <http://www.owl.ru/win/womplus/2003/index.htm>.

13. Доклад Уполномоченного по правам человека в РФ за 2007 г. [Электронный ресурс] // Режим доступа: <http://www.rg.ru/2008/03/14/doklad-dok.html>.
14. Домострой. 3-е изд. — СПб.: Наука, 2007. — (Серия «Литературные памятники»). — 424 с.
15. Дружинин В. Н. Психология семьи. — М., Екатеринбург: Деловая книга, 2000. — 158 с.
16. Забадыкина Е. Помощь жертвам домашнего насилия // Насилие и социальные изменения. Ч. II–III. — 2000.
17. Забелина Т. Ю. Россия и СНГ: Кризисные центры в действии // Достижения и находки: кризисные центры России. — М.: Пресс-Соло, 1999. — С. 35–44.
18. Змановская Е. В. Девиантология (психология отклоняющегося поведения). — 1-е изд., 2003; 2-е изд., 2004; 3-е изд., 2005; 4-е изд., 2007; 5-е изд., 2008. — М.: Издательский центр «Академия». — 288 с.
19. Каменюкин А. Г. Ковпак Д. В. Антистресс-тренинг. — СПб.: Питер, 2008. — 224 с.
20. Кауфман М. Семь «П» мужского насилия // Женские миры-99: гендерные исследования в России / Под ред. О. В. Шныровой. — Иваново: Ивановский центр гендерных исследований, 1999. — С. 56–77.
21. Кернберг О. Ф. Агрессия при расстройствах личности и перверсиях. — М.: Независимая фирма «Класс», 1998. — 368 с.
22. Клецина И. С. Отцовство в аналитических подходах к изучению маскулинности // Женщина в российском обществе. Российский научный журнал. — 2009. — № 3 (52). — С. 29–41.
23. Клецина И. С. Психологическое насилие в гендерных межличностных отношениях: сущность, причины и последствия // Жизнь без насилия. Материалы научно-практического семинара «Домашнему насилию НЕТ» / Под ред. С. Л. Акимовой. — СПб.: Островитянин, 2009. — С. 7–30.
24. Королюк Н. И. Психическая саморегуляция сотрудников органов внутренних дел. — М.: МЦ при ГУК МВД России, 1997. — 60 с.
25. Кочеткова С. В. Опыт анализа насилия в семье // СОЦИС. — 1999. — № 12. — С. 114–117.
26. Кратохвил С. Психотерапия семейно-сексуальных дисгармоний. — М.: Медицина, 1991. — 336 с.
27. Кризисные центры Баренцева региона: материалы проекта «Сеть кризисных центров Баренцева региона. 1999–2002 / Под ред. А. Саринен, О. Е. Ляпуновой, И. Ю. Драчевой. — Архангельск: Поморский университет, 2005. — 235 с.

28. Кризисный центр для женщин опыт создания и работы / Отв. ред. и сост. Е. В. Израелян, Т. Ю. Забелина. — М.: Преображение, 1998. — 243 с.
29. *Кутер П.* Современный психоанализ. — СПб.: Б. С. Г.-Пресс, 1997. — 356 с.
30. *Лысова А. В.* Насилие в семье: основные теоретические проблемы. — Владивосток: изд-во ДВГУ, 2001. — 206 с.
31. *Майерс Д.* Социальная психология. — СПб.: Питер, 2002. — 678 с.
32. *Мак-Вильямс Н.* Психоаналитическая диагностика. — М.: Класс, 1998. — 480 с.
33. *Менделл А.* Игры, в которые играют мужчины. — СПб.: Питер, 1997. — 352 с.
34. *Мещерякова О. М.* Насилие в семье как социальная проблема (по результатам пилотажного исследования в г. Иваново) // Женщина в российском обществе. — Иваново, 2006. — № 1–2. — С. 83–85.
35. Насилие в семье: Особенности психологической реабилитации: Учеб. пособие для вузов / Под ред. Н. М. Платоновой, Ю. П. Платонова. — СПб.: Речь, 2004. — 154 с.
36. Насилие в семье: работа с нарушителями, общественностью и организациями // Вопросы общей психиатрии. Advances in Psychiatric Treatment 2001; vol. 7, 65–72 [Электронный ресурс] // Режим доступа: <http://www.psyobsor.org/1998/10/4-1.php>.
37. Насилие домашнее // Энциклопедия социальной работы в 3 т. / Под ред. Л. Э. Кунельского, М. С. Мацковского. — Т. 2. — М.: Центр общечеловеческих ценностей, 1994. — С. 105–107.
38. Насилие и его влияние на здоровье: Пособие для медицинских и социальных работников / Под общ. ред. Л. С. Алексеевой и Г. В. Сабитовой. — М.: Государственный НИИ семьи и воспитания, 2005. — 96 с.
39. Насилие и социальные изменения. Альманах. Центр «Анна». — М.: Центр «Анна», 2000. — Вып. 1. — 112 с.
40. *Обозов Н. Н., Оксенченко Т. П.* Психология семейных кризисов. — СПб., 2006. — 360 с.
41. *Орлов А. Б.* Психологическое насилие в семье — определение, аспекты, основные направления оказания психологической помощи // Психолог в детском саду. — 2000. — № 2–3. — С. 182–187.
42. *Палуди М.* Психология женщины. — СПб.: Прайм-ЕВРОЗНАК, 2003. — 384 с.
43. *Писклакова М. П., Синельников А. С.* Анатомия насилия // Социальному работнику о проблеме домашнего насилия / Сост. Е. Потапова, А. Синельников. — М.: Проспект, 2001. — 378 с.

44. Пискалова М. П., Синельников А. С. Домашнее насилие как объект социальной работы // Социальная политика и социальная работа: гендерные аспекты: Учеб. пособие для студентов высших учебных заведений / Под ред. Е. Р. Ярской-Смирновой. — М.: РОССПЭН, 2004. — С. 219–241.
45. Пискалова М. П., Синельников А. С. Домашнее насилие: теоретические аспекты проблемы // Здоровье женщины и насилие: Сб. метод. материалов [Электронный ресурс] // Режим доступа: <http://laspodmoga.ru>.
46. Потапова Е. А. Что такое домашнее насилие: концептуальный подход к проблеме // Гендерный калейдоскоп: Курс лекций / Под общ. ред. М. М. Малышевой. — М.: Academia, 2002 — С. 489–502.
47. Практическая психология для женщин, или Как быть счастливой: тексты. — М.: АСТ-ПРЕСС, 1998. — 384 с.
48. Приемы саморегуляции: Методическое руководство / Под ред. Т. Ю. Матафоновой. — М., 2005.
49. Психологическое обеспечение участников аварийно-спасательных работ при экстремальных ситуациях / Под ред. С. С. Алексанина. — СПб.: ФГУЗ ВЦЭРМ, 2005. — 151 с.
50. Решение проблем насилия в семье: Сб. статей к международной конференции «Насилие в семье». — Самара: ГП «Перспектива», 2001. — 184 с.
51. Середя Н. Настолько широко, что даже и не видно // Насилие и социальные изменения / Под ред. М. Пискаловой, А. Синельникова. — М.: Центр «Анна», 2002.
52. Сидоров П. И., Мосягин И. Г., Маруняк С. В. Психология катастроф. — М.: Аспект-пресс, 2008. — 414 с.
53. Сильная женщина и мужчины. Как стать сильной женщиной, и стоит ли мужчинам ее бояться. — М.: Вече, АСТ, 1997. — 464 с.
54. Синельников А. Усмирение агрессии // Ред. Т. Забелина, Е. Израелян. Кризисный центр для женщин: опыт создания и работы. — М.: Преображение, 1998. — 133 с.
55. Солодников В. В. Социология социально-дезадаптированной семьи. — СПб.: Питер, 2007 — 384 с.
56. Тартаковская И. Н. Гендерная социология. — М.: ООО «Вариант», 2005. — 368 с.
57. Фрейд З. Очерки по психологии сексуальности. — М.: МЦ «Система», 1989. — 305 с.
58. Ходырева Н. Причины физического насилия: сущность рода или дисбаланс власти? // О муже(Н)ственности. — М.: Новое литературное обозрение, 2002. — С. 161–185.
59. Ходырева Н. В. Насилие и общество // Гендер и общество / Под ред.

- С. В. Ураловой и А. А. Ширококовой. — Иркутск: Иркутский госуд. технический университет, 2001. — 279 с.
60. *Цветкова Н. А.* Социально-психологическое обслуживание женщин: Учеб. пособие. — Псков: Псковский юридический институт, 2012. — 123 с.
61. *Цимбал Е.* Проблемы домашнего насилия в России // Сексуальные домогательства на работе. — М.: МЦГИ, 1996. — С. 54–99.
62. *Чалдини Р., Кенрик Д., Нейсберг С.* Социальная психология. Пойми других, чтобы понять себя! — СПб.: прайм-ЕВРОЗНАК, 2002. — 256 с.
63. *Щербатых Ю. В.* Психология стресса. — М.: Эксмо, 2006. — 304 с.
64. Энциклопедия глубинной психологии. Т. 2. — М.: Когито-Центр; МГМ, 2001. — 752 с.
65. *Юров И.* Обида на мужа // Наша психология.— 2011. — №3 (48) [Электронный ресурс]// Режим доступа: <http://www.psyh.ru/rubric/9/articles/751.html>.
66. *Adams D.* (1988). Treatment models for men who batter: A pro-feminist analysis. In K. Yllö & M. Bograd (Eds.), *Feminist perspectives on wife abuse* (pp. 176–199). Beverly Hills, CA: Sage Publications.
67. *Barker R.* *Ecological Psychology.* — Stanford, Calif., Stanford University Press. 1968.
68. *Bell C.* (2000). Working with men who are violent to known women: Towards motivational typologies. Master's Thesis (Education). Submitted to the University College of St. Mark and St. John, Plymouth, England.
69. *Brofenbrenner U.* Toward an Experimental Ecology of Human Development // *American Psychologist.* —1977. — № 32. —P. 513–531.
70. *Brofenbrenner U.* *The Ecology of Human Development.* Cambridge. Massachusetts. Harvard University Press. 1979.
71. *Butcher J. N., Dahlstrom W. G., Graham J. R., Tellegen A., & Kaemmer B.* (1994). Minnesota Multiphasic Personality Inventory-2 (MMPI-2). Minneapolis, MN: NCS Assessments.
72. *Buzawa E. S., Buzawa C. G., Stark E.* Responding to Domestic Violence. *The Integration of Criminal Justice and Human Services.* — N.Y.: SAGE, 2012. — 496 p.
73. *Daly J. E., Power T. G., & Gondolf E.* (2001). Predictors of batterer program attendance. *Journal of Interpersonal Violence*, 16(10), 971–991.
74. *Derogatis L. R.* (1975). Symptom Checklist-90-Revised (SCL-90-R). Minneapolis, MN: NCS Assessments.

75. *Dobash R. E., & Dobash R.* (1979). Violence against wives. A case against the patriarchy. NY: MacMillan Publishing Co. Inc.
76. *Dobash, R., Dobash, R., Cavanagh, K., & Lewis, R.* (1996). Research Evaluation of Programs for Violent Men. Edinburgh: Scottish Office.
77. *Dutton D. G.* (1986). The outcome of court-mandated treatment for wife assault: A quasi-experimental evaluation. *Violence and Victims*, 1, 163–175.
78. *Dutton D. G.* (1998). The abusive personality. Violence and control in intimate relationships. —NY: The Guilford Press Inc.
79. *Edleson J., & Tolman R.* (1992). Intervention for men who batter: An ecological approach. Newbury Park, CA: Sage.
80. *Gondolf E. W.* (1988). Who are those guys? Toward a behavioral typology of batterers. *Violence and Victims*, 3(3), 187–203.
81. *Gondolf E.* (2002): Batterer Intervention Systems. Issues, Outcomes and Recommendations. Thousand Oaks, CA, SAGE.
82. *Gondolf E.* (2009): Outcomes from Referring Batterer Program Participants to Mental Health. *Journal of Family Violence* 24(8).
83. *Gondolf E.* (1997). Batterers programs: What we know and what we need to know. *Journal of Interpersonal Violence*, 12(1), 83–98.
84. *Gondolf E., & Russell D.* (1986). The case against anger control treatment for batterers. Response to the Victimization of Women & Children, 9(3), 2–5.
85. *Green C., & Babcock J.* (2001, July). Does batterer's treatment work? A meta-analytic review of domestic violence treatment. Paper presented at the 7th International Family Violence Research Conference, Portsmouth, NH.
86. *Hale G., Zimostrad S., Duckworth J., & Nicholas D.* (1988). Abusive partners: MMPI profiles of male batterers. *Journal of Mental Health Counseling*, 10(4), 214–224.
87. *Hart B.* (1988). Safety for women: Monitoring batterers programs. Harrisburg, PA: Pennsylvania Coalition Against Domestic Violence.
88. *Hastings J.E., & Hamberger L.K.* (1988). Personality characteristics of spouse abusers: A controlled comparison. *Violence & Victims*, 3 (1), 31–48.
89. *Hearn J et al* (2004): Ending Gender-based Violence: A Call for Global Action to involve men. Sida
90. *Heiskanen M., & Piispa M.* (1998). Faith, Hope, Battering. A survey of Men's Violence Against Women in Finland. Helsinki: Statistics Finland.
91. *Hellstrand H.O., & Raakil M.* (1991). Psychological characteristics of men who abuse their partners: A comparative MMPI-study. Unpublished master's thesis, University of Oslo, Norway.

92. *Holtzworth-Munroe A., & Stuart G.L.* (1994). Typologies of male batterers: Three subtypes and the differences among them. *Psychology Bulletin*, 116 (3), 476–497.
93. *Isdal P.* (2000; 2009): *Meningen med volden*. Kommuneforlaget, Oslo (на норвежском или шведском языке).
94. *Isdal P.* (2000). *Meningen med volden [The Meaning of Violence]*. Oslo, Norway: Kommuneforlaget Publishing Co.
95. *Isdal P., & Raakil M.* (2001). Umulige menn eller menn med muligheter [Impossible men or men with possibilities? Treatment of men who use violence against women]. In B. Betell (Ed.), *Barn som ser pappa slå [Children witnessing their fathers violence, (pp. 68–103)]*. Stockholm, Sweden: Gothia Publishing Co.
96. *Jacobson N., & Gottman J.* (1998). *When men batter women: New insights into ending abusive relationships*. NY: Simon & Schuster Inc.
97. *Jeffrey L. Edleson and Richard M. Tolman.* *A Comprehensive Ecological approach//Intervention for the men who batter// An Ecological approach*. IVPS: Interpersonal violence. The practice Series. Sage, California, L., 1992. Routledge, L., NY., 1999.
98. *Jenkins A.* (1990). *Invitations to responsibility*. Adelaide, SA, Australia: Dulwich Centre Publications.
99. *Lewin K.* *Principles of Topological Psychology*. NY: McGraw-Hill. 1936.
100. *Lundgren E., Heimer G., Westerstrand J., & Kallioski A-M.* (2001). *Slagen Dam. Mäns våld mot kvinnor i jämställda Sverige — en omfattningsundersökning*. Brottsoffer-myndigheten och Uppsala Universitet [Battered woman. Men's violence against women in the Swedish society of gender equality: A national survey. University of Uppsala, Sweden].
101. *Meredith C., & Burns N.* (1990). *Evaluation of batterer's treatment programs*. Abt. Associates of Canada.
102. *Morran D., & Wilson M.* (1997). *Men who are violent to women: A groupwork practice manual*. Dorset, England: Russell House.
103. *Murphy C.M., & Baxter V.A.* (1997). Motivating batterers to change in the treatment context. *Journal of Interpersonal Violence*, 12 (4), 607–619.
104. *Nerdrum P., & Høglend P.* (1996). *Alternativ til Vold — Evaluering*. Særtrykk, Oslo Kommune [Evaluation of Alternative to Violence, Internal publication by Oslo Municipality].
105. *Pence E., & Paymar M.* (1993). *Education groups for men who batter: The Duluth model* New York, NY: Springer Publishing Company Inc.

106. *Ptacek J.* (1988). Why do men batter their wives? In K. Yllö & M. Bograd (Eds.), *Feminist perspectives on wife abuse*, (pp. 133–157). Beverly Hills, CA: Sage.
107. *Raakil M., & Molin P.K.* (1999). Responses to men who use violence against women: A European comparative analysis. The Norwegian perspective. Report commissioned by the 'Associazione contro la violenza alle donne', Modena, Italy, on behalf of the DAPHNE (European Community) Initiative. In G. Creazzo (2000). *Responses to men who use violence against women: A European comparative analysis*. Final report (pp. 95–106).
108. *Råkil M.* (2002): A Norwegian Integrative Model for the Treatment of Men Who Batter. *Family Violence & Sexual Assault Bulletin*, 18.
109. *Responding to Domestic Violence. The Integration of Criminal Justice and Human Services* (2012) Eds. by Eve S. Buzawa, Carl G. Buzawa, Evan Stark. SAGE, 496 p.
110. *Responding to Domestic Violence. The Integration of Criminal Justice and Human Services* (2012) Eds. by Eve S. Buzawa, Carl G. Buzawa, Evan Stark. SAGE, 496 p.
111. *Saunders D., & Hanusa D.* (1986). Cognitive-behavioral treatment for men who batter: The short-term effects of group therapy. *Journal of Family Violence*, 1, 357–372.
112. *Skinner B.* *Science and Human Behavior*. NY: Macmillan. 1953.
113. *Sonkin J.S., Martin D., & Walker L.E.A.* (1985). *The male batterer: A treatment approach*. NY: Springer Publishing Company.
114. *Stordeur R., & Stille R.* (1989). *Ending men's violence against their partners*. Newbury Park, CA: Sage Publications, Inc.
115. *Taffjord G.* (1997). Å Slutte med Fysisk Vold. En dybdeintervjuundersøkelse av 7 menn som har avsluttet behandling for sine voldsproblemer for 2.5 år siden. Hovedoppgave i psykologi, Universitetet i Oslo [To Stop Using Violence. Qualitative Interviews with 7 Men 2.5 Years After Ended Treatment]. Unpublished master's thesis, University of Oslo, Norway.
116. *Walker L.E.* (1984). *The battered woman syndrome*. NY: Springer Publishing Co.
117. *Wicker A.* *An Introduction to Ecological Psychology*. Monterey, Calif.: Brook-Cole. 1979.
118. WHO (2005) *World Report on Violence and Health*.
119. *Yllö K., & Bograd M.* (1988). *Feminist perspectives on wife abuse*. Newbury Park, CA: Sage Publications.

АВТОРСКИЙ КОЛЛЕКТИВ

ВОРОНЦОВА Ольга Геннадьевна — врач-психотерапевт.

ГОГОЛКИН Александр Алексеевич — кандидат философских наук, доцент, руководитель АНО «Мужчины XXI века».

ДМИТРИЕВА Виктория Юрьевна — психолог, консультант, преподаватель Санкт-Петербургского Учебно-методического центра по гражданской обороне, чрезвычайным ситуациям и пожарной безопасности и Учебно-спасательного центра «Вытегра» МЧС России.

ЗМАНОВСКАЯ Елена Валерьевна — доктор психологических наук, профессор, завкафедрой прикладной конфликтологии и девиантологии СПбГИПСР.

ИОФФЕ Елена Викторовна — кандидат психологических наук, лаборатория психологии гендерных отношений РГПУ им. Герцена.

ИСЬЁМИН Андрей Евгеньевич — консультант, супервизор, ведущий психолог АНО «Мужчины XXI века».

КОЛПАКОВ Андрей Иванович — консультант, супервизор, ведущий психолог АНО «Мужчины XXI века».

КУЛЬКОВА Евгения Яковлевна — кандидат педагогических наук, доцент кафедры антропологии, гендерологии и фамилистики СПбГИПСР, почетный работник высшего профессионального образования.

ЛИПНИЦКАЯ Ольга Геннадьевна — кандидат педагогических наук, консультант, арт-терапевт, советник программ укрепления семьи ФПСС «Укрепление семьи».

ОБЕРГ Ханс — педагог, консультант, писатель, психолог, психотерапевт, супервизор, инициатор создания и до 2011 года руководитель консультации для мужчин по предотвращению насилия в г. Уппсула (Швеция).

ПЛАТОНОВА Наталья Михайловна — доктор педагогических наук, профессор, завкафедрой теории и технологии социальной работы СПбГИПСР.

ХОДЫРЕВА Наталия Валериевна — кандидат психологических наук, доцент факультета психологии СПбГУ, консультант, тренер, директор Кризисного центра для женщин.

**СЕМЬЯ И ДОМАШНЕЕ НАСИЛИЕ
ПРАКТИКА КОНСУЛЬТИРОВАНИЯ
МУЖЧИН — СУБЪЕКТОВ ДОМАШНЕГО НАСИЛИЯ**
Учебное пособие

Тираж 1000 экз.

Над электронной версией пособия работали:
Технический редактор Гуцин А.В.
Корректор Дралова Н.П.



**Автономная некоммерческая организация
по оказанию социальных услуг «Мужчины XXI века»**
www.men21.ru

С 2007 года организация работает над созданием в Санкт-Петербурге и России устойчивой системы по реализации практики консультирования мужчин, совершающих насилие в отношении близких, и желающих по той или иной причине изменить свое разрушительное поведение. Такая работа должна вестись целенаправленно подготовленными специалистами на надежной научно-методической основе и может строиться только во взаимодействии с кризисными центрами для женщин, службами помощи детям, пострадавшим от домашнего насилия, правоохранительными органами и другими социальными институтами.



**Санкт-Петербургская региональная общественная организация
«Институт недискриминационных гендерных отношений (ИНГО).
Кризисный центр для женщин»**
www.crisiscenter.ru

Один из первых кризисных центров для женщин в России. За 20 лет работы создал систему комплексной адвокации женщин, пострадавших от сексуального и физического насилия, торговли людьми. Обучил множество специалистов в России и СНГ. Член европейских сетей кризисных центров (WAVE, RCNE), международной сети убежищ для женщин.



**Санкт-Петербургский государственный институт
психологии и социальной работы**
www.psypsocwork.ru

Ведущий государственный вуз в области психолого-социального образования на Северо-Западе России. Институт, являясь научным и методическим центром по подготовке и переподготовке специалистов психолого-социальной сферы, реализует программы высшего и дополнительного профессионального образования. В институте активно осуществляется научно-исследовательская и издательская деятельность.

Санкт-Петербург, 2013