

почему
происходит
домашнее
насилие
и как его
остановить

18+

за закры- тыми две рюжками

Татьяна
Орлова

Татьяна Игоревна Орлова
За закрытыми дверями.
Почему происходит домашнее
насилие и как его остановить
Серия «Есть смысл»

Текст предоставлен правообладателем
http://www.litres.ru/pages/biblio_book/?art=67126677
ISBN 978-5-6046470-2-8

Аннотация

«За закрытыми дверями» – исследование психолога-практика Татьяны Орловой о домашнем насилии. Автор рассматривает и социальные причины, и внутренние психологические механизмы этого явления. Она описывает, как стереотипы, сложившиеся в российском обществе (включая вредные патриархальные установки, передающиеся из поколения в поколение), мешают решению проблемы. В книге найдутся инструменты самопомощи и практические советы для тех, кто хочет поменять свою семейную ситуацию. Благодаря реальным кейсам читатели смогут лучше понять внутренние процессы, сопровождающие насильственные отношения, разобраться в себе и разорвать порочный круг.

Книга подойдет и тем, кто хочет узнать, как помочь близким, страдающим от домашнего насилия. В последней главе описана система государст

Содержание

Введение	5
Глава первая	19
Насилие – довольно неопределенное понятие	20
Домашнего насилия нет?	25
Насилие – это ненормально. А есть ли норма?	28
Как российское сознание заметило домашнее насилие	30
Как этические войны создали новую норму	33
Почему семья осталась закрытой от новой нормы	37
Как семья создает собственную норму	39
Что влияет на индивидуальное опознавание насилия	41
Насилие маскируется	43
Влияние патриархального нарратива на семью	46
Конец ознакомительного фрагмента.	49

Татьяна Орлова

За закрытыми дверями.

Почему происходит домашнее насилие и как его остановить

Введение

Фактически работать над этой книгой я начала лет десять назад. Но сразу написать ее не удалось. В то время я находилась в абьюзивных отношениях¹, причем уже второй раз. Из первых таких отношений я выходила почти семь лет, но тут же встретила другого человека, с которым опять что-то пошло не так. На этот раз я намного быстрее поняла, что происходит, и уже через год мы расстались.

Однако тогда у меня возникло много вопросов к себе. Как же это все случилось? Почему я, будучи психологом и даже тренером психологического института, имея любящих роди-

¹ Абьюзивные отношения – отношения с применением насилия. Абьюз (от англ. abuse – злоупотребление, оскорбление, жестокое обращение) – насилие в межличностных отношениях. Здесь и далее, кроме особо отмеченных случаев, примечания автора.

телей и друзей, так долго оставалась в странных партнерских отношениях? Почему не могла уйти, несмотря на призывы и предупреждения моих друзей? Как я выбирала именно таких партнеров? Что со мной не так? И не наступлю ли я на те же грабли в новых отношениях?

Именно в это время мне предложили набрать команду психологов для вновь открывающегося Московского кризисного центра помощи женщинам и детям. Это было неожиданное и очень вдохновившее меня предложение. Разумеется, я согласилась и собрала команду. Так образовался коллектив из двенадцати человек, с которыми я начала исследование темы насилия в отношениях.

Больше всего мне хотелось осмыслить мой личный странный опыт. И сделать что-то полезное, конечно.

В первые месяцы работы мы все были уверены, что быстро разберемся с этим домашним насилием – накидаем идей, и готово. Но вопрос оказался сложнее. Клиентки² приходили на терапию, рассказывали жуткие истории и быстро исчезали, иногда присылая эсэмэс «Спасибо, вы мне очень помогли, мы вновь восстановили наши отношения», после чего тянуло то ли выругаться, то ли заплакать.

Некоторые клиентки после, казалось бы, успешной работы, поиска и обретения внутренних опор вдруг накидыва-

² Я часто пишу именно о женщинах, так как работала в кризисном центре помощи женщинам и детям. Но в реальности процессы, связанные с насилием, развиваются независимо от пола.

лись на психолога с обвинениями и претензиями. Говорили, что он относится к ним с презрением, отвергает их, ведет себя непрофессионально.

Особенно угнетали случаи, когда долгое время в терапии вообще ничего не происходило. При всех стараниях психолога женщина продолжала жить с абьюзером, терпеть побои и оскорбления и чувствовать себя виноватой. От этого не менее виноватым чувствовал себя и психолог.

Я благодарна нашим интервизиям³ с коллегами. В течение всех этих лет каждую неделю мы встречались на три часа, с неизменным интересом обсуждали сложные случаи и пытались описать внутренние механизмы происходящего. Все это было увлекательно, кроме всего прочего. Это поддерживало и позволяло не унывать – тема-то очень непростая, и та беспомощность, которая преследует клиентов, накрывала и нас с головой. Дружеская профессиональная атмосфера была противоядием от выгорания.

Удивительно, но в работе с клиентами мой личный опыт скорее помогал и становился постепенно все более и более ценным. Он, как особая линза, позволял понимать происходящее с клиентками, верить им и спрашивать о том, о чем я ранее никогда бы не спросила. Если бы не личный опыт, я давно забросила бы эту тему. Но он, как нерешенная го-

³ Интервизия – обсуждение психотерапевтических случаев, вызывающих затруднения в работе, в группе равных специалистов. Ср. супервизия – обсуждение психотерапевтических случаев, вызывающих затруднения в работе, с более опытным коллегой.

ловоломка, побуждал меня приглядываться к ней с разных сторон и слушать пострадавших⁴.

Их было за эти годы очень много. В неделю я принимала человек по пятнадцать, потом по двадцать, потом по двадцать пять, а также супервизировала сложные случаи коллег, иногда работала на телефоне доверия.

Некоторые клиентки рассказывали о том же, что я пережила сама: про непонятную тягу и невозможность оставить человека, несмотря на всю боль, которую он тебе причиняет; про острую жалость, надежду и неизбежное разочарование; про забывание обид; про необходимость скрывать происходящее от близких как стыдную тайну. Какие-то клиентки говорили о совсем другой стороне насилия – о том, что некуда пойти, об отсутствии близких, которые поймут и поддержат, о тяжелом детстве и не менее тяжелом настоящем.

Первые авторы насилия⁵ стали появляться в моем кабинете вслед за пострадавшими, ушедшими от них и проходящими терапию в кризисном центре. На сессиях они были совсем непохожи на преступников. Они выглядели потерян-

⁴ Пострадавший (в некоторых подходах используется слово «выживший») – тот, кто пережил насилие в свой адрес или переживает его сейчас, но работает над тем, чтобы это насилие прекратилось. Ср. жертва – человек, по отношению к которому применяется насилие, и он терпит это и вынужденно сохраняет отношения.

⁵ Автор насилия – человек, применяющий или применявший насилие в отношениях, но готовый брать за это ответственность и проходить терапию. Ср. абьюзер – тот, кто применяет насилие в адрес другого человека и не готов брать за это ответственность.

ными и испуганными, как несправедливо обиженные дети. Каждый хотел рассказать свою правду, сообщить, почему с ним поступили нечестно, как будто психолог сможет рассудить их с партнеркой, что-то ей объяснить – и в мире все встанет на свои места. Некоторые готовы были работать над собой и приходили на терапию несколько раз, но лишь до тех пор, пока их вторая половина вновь не возвращалась в отношения.

Затем я познакомилась с абьюзерами неосознанными и нераскаявшимися, с теми, кто продолжал чувствовать себя правым. Например, один мужчина больше десяти лет тиранил и бил жену. Ему удалось остаться с детьми, когда она наконец ушла. Мы повстречались на комиссии по делам несовершеннолетних. На заседании рассматривалась просьба матери дать ей возможность видеться с детьми. Этот человек был как на иголках, постоянно подскакивал к жене и выкрикивал: «Вы посмотрите на нее, здесь она такая смиренная! Видели бы вы ее дома, она же сама избивает меня, вот так она меня ударила!» – и ударил женщину прямо на глазах удивленной комиссии. Женщина при этом молчала и плакала. И даже после такой наглядной демонстрации, а также нескольких справок из травмпункта о сломанных ребрах комиссия ничем не смогла помочь ни женщине, ни детям. Резолюция была приблизительно следующая: «Он говорит, что не препятствует общению матери с детьми. Он возражает против экспертизы наличия насилия в отношении детей. А что мы

можем с этим сделать?» И моя клиентка, и я испытали полнейшую беспомощность.

Удивительно было и то, сколько вдруг оказалось клиентов с насилием в семье. До кризисного центра я работала в Московской службе психологической помощи, но за годы практики там видела лишь пару случаев с таким запросом. Интересно, что многие из тех, кто обращался к нам в кризисный центр, ходили и раньше к психологам, но о насилии молчали. Я поняла, что и сама до этого пропускала какие-то важные сигналы и не задавала неудобные вопросы. Возможно, потому, что жила в деструктивных отношениях и, по сути, для меня это было табу.

Работая в кризисном центре, я как бы поменяла оптику и стала замечать то, чего остальные не видели и не ощущали. Со мной это случилось еще тогда, когда о насилии никто в соцсетях не писал, до эпохи #янебоюсьсказать, до дела сестер Хачатурян и создания центра «Насилию. нет»⁶. Такое открытие удивляло: ты вдруг видел, что мир на самом деле другой, но вокруг никто ничего не замечает.

В конце 2013 года, когда открылся кризисный центр, уже много лет работали центры «Анна»⁷ и «Сестры»⁸ и был со-

⁶ Признан Минюстом РФ выполняющим функции иностранного агента.

⁷ Центр «Анна» более тридцати лет занимается в России помощью пострадавшим, оказывает им юридическую и информационную помощь на телефоне горячей линии, поддерживает региональные организации, работающие с этой темой. В 2016 году признан иноагентом.

⁸ Центр «Сестры» с 1994 года занимается помощью пострадавшим от сексуа-

здан Консорциум женских неправительственных объединений. Мари Давтян с Алексеем Паршиным⁹ уже разработали законопроект «О профилактике семейно-бытового насилия в Российской Федерации» и были попытки внести его в Думу (они и по сей день пока ничем не закончились).

Я оптимистично смотрела в будущее: тогда мне казалось, что очень скоро этот закон будет принят, он же так логичен и справедлив. Пострадавшие смогут обращаться за помощью в полицию и опеку, мы создадим программы для работы с абьюзерами. Люди в семье будут чувствовать себя свободно и защищенно. Сейчас, в 2021 году¹⁰, уже очевидно, что все не так легко. За этот закон придется бороться, вероятно, ближайшее десятилетие.

Когда-то казались приемлемыми такие формы насилия, которые кроме как дикостью и ужасом не назовешь. Постепенно люди поняли, что неправильно рубить головы или сжигать на кострах, и формы насилия стали мягче. На это понимание ушли столетия. А само насилие никуда не делось.

Сейчас мы стоим перед необходимостью осознать, что насилие в семье недопустимо. Несмотря на очевидность существования проблемы, пока не все разделяют это убеждение, но я продолжаю надеяться, что общественное сознание по-

лизованного насилия.

⁹ Мари Давтян – адвокат, руководитель Консорциума женских неправительственных объединений. Алексей Паршин – адвокат, президент Коллегии адвокатов «ВердиктЪ».

¹⁰ Год написания книги. Прим. ред.

степенно созревает и до этой мысли. Еще пару десятилетий назад женщина, решившаяся уйти от избивающего ее мужа, переживала общественное осуждение. Родители могли сказать: «Как же ты без него? Потерпи ради детей. В доме нужен мужчина». В полиции заявление взяли бы с большим трудом, с сопутствующими комментариями типа «Видно, было за что», и ничего не стали бы делать. На работе могли и уволить за синяк и странное поведение, поэтому рассказывать о происходящем никому не стоило. Соседи недоумевали бы, что там у этой пары творится: то они вместе, то крики из-за стены, наверное, «Ей такое нравится». Поэтому держались бы в стороне, на призывы о помощи реагировали редко. Друзья постепенно бы исчезали. А те, кто все еще оставался бы рядом, уже не верили бы в изменения и смирились с неизбежным. Психолог, вероятно, предложил бы взять ответственность за свой вклад в отношения и подумать о том, как сама женщина провоцирует агрессора. Адвоката для защиты в суде пришлось бы искать самой за деньги, которые у пострадавших в основном забирает агрессор. Соцсетей и групп поддержки не существовало, не было и убежищ.

Если к этому добавить множество бытовых трудностей и ответственность за детей, почти полностью в такой семье лежавшую на женщине, то становятся понятными причины, почему пострадавшие так и продолжали жить со своими обидчиками.

За двадцать лет ситуация в чем-то осталась прежней и да-

же ухудшилась. Это касается прежде всего правового регулирования семейных отношений. Позорная декриминализация 116-й статьи УК о побоях почти полностью лишила пострадавших защиты и легализовала семейное насилие. Раньше юридически защищаться было трудно, а теперь стало почти бессмысленно.

Но возникли и положительные изменения:

- Информация о насилии стала доступной. Появилось много отечественных и иностранных статей и материалов на эту тему. Наш словарь пополнился понятиями «абыюз», «газлайтинг»¹¹, «эмоциональный шантаж»¹², «сексторшен»¹³, «харассмент»¹⁴. Мы научились распознавать насилие, в том числе психологическое, и уже не готовы его просто терпеть.
- Проведено достаточно исследований на тему насилия, открыты механизмы, изучены последствия и изобретены методики работы с этой темой. Психологи не будут мирить пару и «восстанавливать» такие отношения, возлагать ответ-

¹¹ Газлайтинг – форма психологического насилия, когда человека заставляют сомневаться в его адекватности и объективной картине мира (например, фразы типа «О чем ты? Ничего такого не было» и т. п.).

¹² Эмоциональный шантаж – спекуляция чувствами в корыстных целях («Ты хочешь меня огорчить?», «Вот если бы ты по-настоящему меня любил(а)» и т. п.).

¹³ Сексторшен – попытки со стороны обладающего властью человека добиться сексуального внимания в обмен на какое-либо одолжение, услугу, например, секс в обмен на зачет со стороны преподавателя.

¹⁴ Харассмент – преследование, домогательства, психологическое и сексуализированное насилие в общественном пространстве обычно со стороны того, кто обладает властью и влиянием.

ственность на жертву и оправдывать действия абьюзера.

- Появились убежища (их недостаточно, но они есть) и организации, где пострадавшие могут бесплатно получить помощь и поддержку¹⁵.

- Обсуждать публично истории про насилие, которое произошло с нами, стало возможным и не стыдным. И если мы выносим такую историю в сеть – нас поддержат.

- Женщины перестали видеть себя помощницами мужчин и рассчитывают на равенство.

- Развестись уже не так страшно, и родственники все реже боятся «потерять кормильца».

- Мужчины поверили в психологию и обращаются за помощью.

- Мужчины и женщины – авторы насилия – тоже.

- Возник образ родителя, который разговаривает с ребенком на равных, как с другой личностью, уважает его чувства и принимает его жизненный выбор. И даже если реализовать этот идеал удастся не всем, он потихоньку становится внутренним ориентиром.

- Проект закона о профилактике семейно-бытового насилия рассматривался в Государственной думе и имел большой общественный резонанс. Его первоначальная редакция включала следующие важные положения: семейно-бытовое

¹⁵ Информацию о центрах и убежищах см. здесь: Центр «Анна» // Куда обратиться в России? URL: <https://anna-center.ru/wheretogo>. (Дата обращения: 17.11.2021.)

насилие рассматривалось как преступление и выводилось из частного обвинения в публичное; таким насилием могло считаться насилие любых членов семьи по отношению к тем, с кем они проживают вместе или ведут совместное хозяйство; предлагались меры защиты для пострадавших, в том числе охранный ордер, и описывались конкретные меры за его нарушение; описывались меры воздействия на домашних агрессоров, предполагающие как тюремное заключение, так и психотерапевтические программы.

После внесения многочисленных поправок законопроект был рассмотрен в странной редакции: предлагалось применять этот закон только к зарегистрированным бракам; в понятие «насилие» не входили проявления физического насилия; не были точно описаны меры защиты потерпевших и не предлагалось мер лишения свободы для агрессоров; общественным организациям предписывалось «мирить» пары. И даже этот вариант столкнулся с огромным сопротивлением консервативных организаций и властей и в итоге был отложен. Но вскоре о нем узнали все. И тема домашнего насилия впервые зазвучала на государственном уровне. Очень хочется надеяться, что разум возобладает, пройдет еще некоторое время и закон будет принят. Думаю, мыждемся.

И все же как у нас, так и в странах, более благополучных в отношении общественной оценки насилия, случаи абьюзивных отношений в семье по-прежнему есть. Несмотря на

всю поддержку общества и возможность уйти, есть те, кто в таких отношениях остается. Такой была когда-то и я. И десять лет назад мне очень хотелось понять, что же это за магия и гипноз, судьба или божественное решение, отчего справиться с происходящим не удастся никакими силами. Я искала ответы в профессиональной и популярной литературе, но действительно дельных не нашла. И тогда решила, что разберусь и напишу об этом книгу сама. Может, она кому-то будет полезна.

Эта книга – мой способ двигаться к большей осознанности, к ощущению неприемлемости насилия, к свободе, к уважению. Моя поддержка закона против домашнего насилия. И еще мне очень важно, чтобы термин «абьюз» не стал новым поводом для общественной травли. Чтобы мы не приписывали характеристику «абьюзер» какой-либо социальной группе: мужчинам, женщинам, верующим, атеистам, представителям любой расы или национальности. Чтобы мы боролись не с абьюзерами, а с абюзом. Не обвиняли ни абьюзеров, ни жертв, но помогали им возвращать себе выбор: использовать насилие или нет, жить в нем или уйти.

В истории появления этой книги и в описании внутренних механизмов насилия участвовало несколько психологических команд. Кроме команды психологов кризисного центра были три волонтерские команды в «Насилию. нет»¹⁶, участники моих учебных курсов и, конечно, та команда, ко-

¹⁶ Признан Минюстом РФ выполняющим функции иностранного агента.

торая сейчас рядом, – психологи нашего центра «НеТерпи: психологи за отношения без насилия».

Теперь немного о том, как устроена эта книга. В первой и второй главах я постаралась отойти на некоторое расстояние от чувств, выбрать позицию наблюдателя и разглядеть насилие в отношениях со всех сторон: посмотреть на него как на социальное, биологическое, культурное явление, разобраться в его сути, увидеть, почему мы не всегда можем его опознать, и найти признаки, которые будут отличать насилие от чего бы то ни было другого. С третьей по шестую главы я хотела, наоборот, подойти так близко, как только возможно, и детально разглядеть наши внутренние механизмы, порождающие и удерживающие нас в насилии. Здесь же я привожу интересные кейсы из практики, которые позволят читателям еще глубже погрузиться в тему и лучше понять действия жертвенных и абьюзивных механизмов. Главы с седьмой по девятую посвящены теме самопомощи в деструктивных отношениях. В них я хотела рассказать о том, что человек может сделать сам и в каких случаях ему потребуется помощь психолога. Последняя, десятая глава поднимает, на мой взгляд, важнейшую тему: почему насилие – социальная проблема и почему ее нужно решать на государственном уровне, – и вместе с этим дает повод для дальнейших дискуссий. В конце книги читатели найдут приложения по негативным посланиям, которые применяются в детско-родительских отношениях, по распознаванию насилия у себя в

семье, а также список полезной литературы и организаций, помогающих жертвам насилия. Мне бы очень хотелось, чтобы эта книга стала поддержкой для вас.

Глава первая

Что именно мы называем насилием

*Власть никогда не бывает принадлежностью индивида; она принадлежит группе и существует лишь до тех пор, пока эта группа держится вместе.
Ханна Арентс*

Почему каждый по-разному определяет насилие?

Почему мы иногда не замечаем его?

Как и почему изменился наш взгляд на насилие за последнее десятилетие?

Почему люди верят мифам вроде «бьет – значит любит»?

Откуда берется виктимблейминг?

Всегда ли полезна помощь психолога?

Насколько распространено насилие в семьях и как это посчитать?

Насилие – довольно неопределенное понятие

В первый же год работы в кризисном центре у нашей команды возник целый список вопросов. Зачем людям насилие? Что это за странная потребность унижать другого? Почему в каких-то отношениях обсуждают и договариваются, а в каких-то развивается диктат власти? Осознают ли люди, производящие насилие, что именно они делают? И зачем им это?

Ответы были нужны немедленно: нас, сотрудников центра, назначили на роль главных экспертов по домашнему насилию в Москве, и каждый день нам приходилось общаться с журналистами. Странное чувство, когда тебе необходимо объяснить и починить то, о назначении чего ты не имеешь ни малейшего представления, как если бы речь шла о приборе с инопланетного корабля...

Сразу же после открытия центра стали приходиться заинтересованные представители органов власти и разных изданий с еще одним волнующим вопросом: «Насколько распространено насилие в семьях?» В тот момент я тоже хотела бы это знать. Но только сейчас понимаю, что простого ответа на такой вопрос нет. Можно спокойно называть любую цифру: насилие есть в каждой семье, в каждой четвертой, в каждой сотой. Все будет правдой. И все зависит от того, что мы обо-

значаем словом «насилие».

Смотрите, как по-разному могут рассказывать о семейной ситуации разные люди, и при этом никто не будет называть происходящее насилием.

**¹⁷ Он меня никогда не бьет, он заботливый, поддерживает меня. Да, он против моего общения с мамой и подружками. Установил мне геолокатор, говорит, что должен все время знать, где я нахожусь. Просто он ревнивый.*

** Меня родители всегда любили. Да, строгие были, запретов было много, но время такое было, по-другому никак.*

** Я не понимаю, что она от меня хочет, я всегда виноват. То я не так оделся, то слишком громко говорю, то постоять за себя не могу, то мало зарабатываю. В некоторые моменты я почти уходил от нее, но она останавливала меня неожиданной фразой типа «Но мы же решили поехать вместе в отпуск», «Я же хочу от тебя детей». И я думал, что все наладится.*

** У нас в семье были приняты шуточки друг над другом. В детстве, может, мне это и не очень нравилось, когда папа ставил меня в такую дурацкую ситуацию и смеялся, а я ответить не мог. Но потом я привык и научился не реагировать.*

Это насилие или нет? И если да, это одно и то же домаш-

¹⁷ Здесь и далее под знаком * приводятся реальные клиентские случаи (кейсы) из практики автора. Прим. ред.

нее насилие или разные явления? Как минимум требовалось понять, что мы имеем в виду, когда употребляем словосочетание «домашнее насилие».

Сначала наша команда пошла простым путем и обратилась к Википедии. Там мы прочли вот что: «Домашнее насилие, также семейное или бытовое насилие, – насилие или дурное обращение одного человека по отношению к другому, совершаемое в домашних условиях, например в браке или сожительстве. Часто указывают, что домашнее насилие имеет целью обретение над жертвой власти и контроля. Может выражаться в форме физического, вербального, религиозного, репродуктивного, психологического, экономического и сексуального насилия, которое может варьироваться от едва различимых принудительных форм до изнасилования в браке и физического насилия, такого как удушение, избивание, нанесение увечий женским гениталиям, обливание кислотой <...> Также может включать насилие в отношении детей, родителей или пожилых людей. Домашнее насилие может быть названо насилием со стороны интимного партнера, если совершается супругом или партнером, состоящим в интимных отношениях, против другого супруга или партнера»¹⁸.

Итак, домашнее насилие коротко можно определить как «дурное обращение». Но как понять, какое именно обраще-

¹⁸ Википедия // Домашнее насилие. URL: https://ru.wikipedia.org/wiki/Домашнее_насилие. (Дата обращения: 17.11.2021.)

ние «дурное», а какое – пока нормальное? Получается очень тонкая и нечеткая грань.

С 2002 года Всемирная организация здравоохранения (далее ВОЗ) публикует доклады о насилии, где признается сложность с определением самого понятия в связи с различиями в общественной норме. ВОЗ определяет насилие как «намеренное использование – реальное или угрожаемое – физической силы или власти против самого себя, другого лица, группы лиц или какого-то сообщества»¹⁹. Формы насилия при этом могут быть разные: использование силы или власти способно «причинить увечья, психологические травмы, привести к смерти, вызвать трудности в развитии или лишения»²⁰.

Борьба за власть, как отмечали многие психологи, начиная с Адлера²¹, является почти неотъемлемым свойством человеческих отношений. Тогда выходит, что насилие есть в каждой семье? Но если и жертва, и агрессор считают себя пострадавшими, как определить, кому и в чем нанесен ущерб? К тому же ущерб иногда не совсем очевиден – ничего не сло-

¹⁹ Насилие и его влияние на здоровье. Доклад о ситуации в мире. URL: https://www.who.int/violence_injury_prevention/violence/world_report/en/full_ru.pdf. (Дата обращения: 17.11.2021.)

²⁰ Насилие и его влияние на здоровье. Доклад о ситуации в мире. URL: https://www.who.int/violence_injury_prevention/violence/world_report/en/full_ru.pdf. (Дата обращения: 17.11.2021.)

²¹ Альфред Адлер (1870–1937) – австрийский психоаналитик, психиатр и мыслитель, создатель системы индивидуальной психологии.

мано, синяков нет. А тот, кто применяет насилие, говорит, что стремится только к общей пользе. Всегда ли действия агрессора намеренные? И в чем именно состоит это намерение? Вопросов много, а ясных ответов не найдено.

Домашнего насилия нет?

Мы с коллегами сразу же столкнулись с точкой зрения, что никакого домашнего насилия не существует. Ее довольно неожиданно для нас высказал духовник нашего кризисного центра, ныне покойный отец Димитрий Смирнов. В Общественном совете при Президенте РФ он заявил, что нет такой проблемы, а есть мода, пришедшая с Запада, и продвигает ее «антисемейное лобби».

Эту же позицию позже заняли многие депутаты. Мы все можем вспомнить «шлепки» Мизулиной, которые привели к декриминализации побоев²². С трибуны она спрашивала: «Что же теперь, и шлепнуть ребенка нельзя? Неужели мы будем за все эти ничтожные провинности (то есть за все побои, где не нанесен средний или тяжелый ущерб здоровью, нет сломанных рук или выбитых глаз, а только синяки и страх перед партнером или родителем. – Т. О.) привлекать к уголовной ответственности?»

В момент обсуждения закона о профилактике семейно-бытового насилия к Мизулиной подключились традиционалистские организации. Их натиск на родительские чаты и дезинформация о законе профилактики насилия приостано-

²² Зампред конституционного комитета Совета Федерации Елена Мизулина внесла в Госдуму законопроект, исключая уголовную ответственность за «побои в отношении близких лиц» без нанесения вреда здоровью.

вили дальнейшее рассмотрение этого закона. Пафос их писем в чатах ватсапа состоял в том, что все нормальные родители иногда шлепают детей, и теперь у этих семей могут отнять ребенка.

Родители изрядно испугались и даже выходили на митинги протестовать. Хотя в реальности закон о профилактике семейно-бытового насилия вообще не относился к детско-родительским отношениям. На тот момент давно существовали другие законы, регулирующие насилие в отношении детей, и они говорили, что детей действительно бить нельзя. Правда, и эти законы в реальности почти не работали. Но родители об этом не знали и беспокоились, что новый закон станет инструментом изъятия детей из кровных семей. Вся эта кампания, разжигающая родительские страхи, ввела людей в заблуждение.

Но вернемся к сотням женщин, обратившихся в кризисный центр за помощью. Неужели они – это обманутые западной пропагандой несчастные, у которых хотят отобрать семью, самое безопасное место в мире? Мой собственный опыт не давал в это поверить. Я этот опыт не придумала, а пережила. И меня саму к антисемейному лобби точно не получится отнести: мои родители всю жизнь прожили не только в браке, но и в любви друг к другу и ко мне. Такие же семьи были у моих бабушек и дедушек. Оттого и было так сложно признать, что в моих отношениях все иначе, и назвать происходящее насилием. И только когда я это сделала, я смогла

из него выйти.

Вот так возникла необходимость разбираться, существует ли домашнее насилие или это только слова. И очень хотелось понять, что этими словами называют разные люди.

Насилие – это ненормально. А есть ли норма?

Для большинства людей насилие – ситуация ненормальная. Но что вообще такое норма? Что считать нормальным, а что рассматривать как выход за границы, как ненормальное?

В бытовом представлении норма – незыблемая истина, некая аксиома. Но в реальности норма – подвижная категория, и нормально то, что мы договорились или привыкли считать нормальным. В течение человеческой истории менялись любые нормы – от стандартов красоты и воспитания детей до условий труда и прав человека.

Договоренность о нормах может быть итогом сознательного обсуждения, как, например, в психиатрии. Классификация заболеваний постоянно меняется, у специалистов появляются новые данные, и в результате обсуждений они корректируют границы нормы и болезни.

Нормой также может стать принятие происходящего и отказ от борьбы. Например, мы смиряемся с мелкими проявлениями коррупции, начинаем сами потихоньку включаться в коррупционные схемы – даем взятки при нарушении правил на дороге или носим дорогие подарки директору школы – и со временем относимся к происходящему спокойно, уже никак не реагируя и на коррупцию в опасных, вопиющих масштабах.

Норма не задана изначально, она возникает постепенно. Давайте посмотрим, как выглядит и как развивалась норма в применении насилия в семье.

Лет тридцать – сорок назад понятия «домашнее насилие» не было. Но были сами факты дискриминации, унижения, жестокости в семье (достаточно почитать художественную литературу, чтобы это заметить). С ними мирились как с частностями, старались не замечать. Для описания использовали такие обтекаемые выражения как «сложные отношения», «строгий муж», «конфликты в семье». К тому же развод был настоящей проблемой и его боялись намного больше, чем того, к чему все привыкли.

Несложно заметить, что сейчас общественная норма допустимого в отношениях другая. Мы опознаем насилие и скорее не готовы с ним соглашаться. Но как это произошло?

Сам термин «домашнее насилие» возник на Западе и связан с борьбой женщин за свои права и второй волной феминизма. Однако была ли это мода и навязанная идея? Открыть какое-то явление и придумать его – не одно и то же. Для человека Средневековья не было бактерий, вирусов, элементарных частиц и многих других явлений, которые сейчас составляют нашу бытовую реальность. Со временем люди узнали об этих явлениях, а не придумали их. Так же случилось и с домашним насилием. И это был важный переворот в сознании. Как только что-то названо, мы начинаем это видеть, изучать и можем изменить.

Как российское сознание заметило домашнее насилие

Как же в нашем российском обществе было открыто и признано, что определенные явления стоит назвать домашним насилием?

Первое, что возникло в поле общественного обсуждения, – это репортажи в СМИ о реальных трагедиях в семьях, когда женщин и детей убивали или калечили. Эти ситуации вызывали всплеск возмущения, становились темой ток-шоу. Но выводы в основном были о том, что мужчины-насильники – психически больные люди и мы как общество плохо за ними следим. Ни о каком домашнем насилии речь не шла.

Часто обсуждения заканчивались травлей и обвинением жертв²³. Все возмущались, почему же они так долго терпели и не ушли сразу, подозревали для них какие-то выгоды. Тем, кто напрямую не сталкивался с физическим насилием, казалось, что жертвами становятся только особые женщины с комплексом жертвы, низким достатком и без образования, а абьюзерами – люди с тяжелыми психическими расстройствами. Пожаловаться на насилие в семье означало сразу стать объектом домыслов и подозрений: а все ли у тебя самой в

²³ Это явление называется виктимблейминг. Подробнее о нем см. «Зачем обществу виктимблейминг».

порядке с психикой, а не провоцируешь ли ты партнера, а не извлекаешь ли ты выгоду из происходящего? И было совсем немного желающих рискнуть репутацией, вынося личные истории в публичное поле.

При этом существовали отдельные общественные организации (например, уже перечисленные выше центры «Анна», «Сестры» и Консорциум женских неправительственных объединений), которые помогали пострадавшим, транслировали свое видение вопроса. Но их влияния оказывалось недостаточно, чтобы изменить бытовой взгляд на насилие. Специалистам был виден огромный масштаб проблемы, но общество в целом продолжало думать о ней как о единичных, исключительных случаях.

В 2016 году блокаду молчания прорвал флешмоб #янебоюсьсказать. Украинская акция быстро захватила все русскоговорящее пространство и в самой Украине, и в России, и в Беларуси. Тысячи историй о насилии над личностью в семье одновременно попали в сеть. Даже те, кто ничего не написал, смогли вспомнить и о своем опыте тоже.

Этот поток историй уже никак не мог рассматриваться как отдельные случаи, исключения из правила. Отрицать это явление стало трудно, а говорить о нем не стыдно. Через год возникла очень похожая история на Западе: акция #metoo разоблачала сексуализированное насилие и домогательства. В США акция закончилась громкими скандалами, разбирательствами и реальными тюремными сроками знаменито-

стей, злоупотреблявших властью. В России изменения произошли, к сожалению, только на уровне общественного сознания, но никаких изменений законодательства и осуждения агрессоров так и не случилось.

Тем не менее сети дали равную возможность высказаться и быть услышанными тем, кто раньше молчал. Возникли не только новые темы, но и новое явление – этические войны. В них отстаивалась иная позиция в вопросах пола, равенства в отношениях и также в вопросах насилия.

Как этические войны создали новую норму

На наших глазах менялась норма, появлялась новая этика. Общественная дискуссия поменяла взгляд людей на абьюз: вместо смирения с неизбежным и признания права сильного – четкое осознание, что насилие травмирует, что за него отвечает обидчик (не жертва!) и терпеть насилие не надо. К этой дискуссии подключились журналисты и общественные организации, психологи, адвокаты, активисты, блогеры, сделав ее более заметной и яркой. Но основным двигателем были все же голоса обычных пользователей. У тех, кто раньше не имел права голоса – женщин, детей, представителей дискриминируемых сообществ, – появилась равная возможность делиться своим опытом с читателями, а у читателей – осознавать и перерабатывать этот опыт. Острые темы, в том числе отношение к насилию, теперь вызывают сотни и тысячи возмущенных комментариев, рушат авторитеты, приводят к яростным столкновениям и вовлекают в обсуждение даже очень далеких от темы людей. Обсуждается приемлемость тех или иных практик в профессиональных сообществах (например, возможны ли сексуальные отношения между преподавателем и студентами или это сексторшен), обсуждаются травля в школе, медицинское насилие, появилось понятие «харассмент». Сеть стала работать как постоянная

конференция, а иногда как огромный суд присяжных. Она выносит вердикт, что допустимо, а с чем мы теперь не готовы соглашаться и будем называть насилием.

Буквально за несколько лет совершенно по-новому стали звучать истории про жестокое обращение с детьми, про избиения в семье, про психологическое давление и контроль, возник термин «токсичный». Образовались специальные группы для поддержки и обсуждения опыта людей, переживших насилие. Сформировался общественный запрос на новые этические нормы.

Весь этот поток общественной рефлексии обрисовал границы того, что теперь мы называем насилием по отношению к личности. Общество договорилось, какие проявления можно считать насильственными. Не придумало, не было загипнотизировано и принуждено западным миром, а осознало опыт и *договорилось*.

Сеть, по сути, создала институт репутации как общественную оценку действий и ценности личности. На Западе репутация – мощный инструмент общественного давления, который имеет не только моральное значение, но и экономическое. Вы можете потерять работу, лишиться контрактов, если, с точки зрения общества, ваши высказывания и поведение неэтичны. Конечно, бывает и по-другому, когда интересы и взгляды какой-то общественной группы заставляют всех остальных замолчать и весь процесс начинает напоминать не обсуждение, а травлю. Тем не менее забота людей о

своей репутации хорошо работает на изменение ценностей и представлений общества.

Есть признаки, что в России тоже появился такой институт. И несмотря на то что государство как будто бы не реагирует на насилие, не защищает пострадавших и не останавливает домашних агрессоров, общество с помощью репутации устанавливает границы допустимого. Теперь вполне реальна ситуация, когда человек, замеченный в том, что он избивает своих партнерш, с трудом сможет найти новую жертву. Обнародование неблаговидного поведения способно разрушить карьеру или как минимум защитить жертву от повторения насилия. Мы помним случаи с Региной Тодоренко²⁴ и Мариной Чайкой²⁵. И нередко публичное обсуждение – единственная защита, на которую могут рассчитывать страдающие от насилия со стороны известных людей. К сожалению, репутации пока рушатся в таких случаях не всегда или

²⁴ После неодобрительных слов Регины Тодоренко о тех женщинах, которые публично признаются в происходящем с ними домашнем насилии, журнал Glamour лишил ее звания «Женщина года», а компания Procter & Gamble расторгла с ней рекламный контракт. Регина услышала своих подписчиков и изучила вопрос. Она не только принесла извинения, но и сняла полезный фильм, где рассказала о домашнем насилии и о том, как с ним справляться.

²⁵ Марина Чайка, жена Артема Чайки (бизнесмена, старшего сына бывшего генпрокурора РФ, а ныне полномочного представителя президента в Северо-Кавказском федеральном округе Юрия Чайки), в 2020 году опубликовала видеообращение с просьбой о помощи. Она говорила, что не может получить развод, а муж, располагающий «безграничной властью», забрал у нее документы и угрожал отобрать детей. Благодаря публичности и общественному обсуждению этого случая ей все-таки удалось развестись.

далеко не сразу. Так, ничего не изменилось в жизни у Марата Башарова или Леонида Слуцкого, несмотря на большой общественный резонанс от их насильственных действий. В России репутация работает как будто бы иначе, чем на Западе. Там почти невозможно ее вернуть, если однажды потерял. Большая часть нашего общества по-прежнему смотрит на насилие сквозь пальцы, но все же реакция есть. Со временем (если мы останемся демократической страной и не превратимся в тоталитарное государство, где свобода слова невозможна) тенденция не принимать насилие как должное неизбежно будет расти и укрепляться.

Почему семья осталась закрытой от новой нормы

Повлияла ли новая норма на семьи, на то, как люди воспитывают детей и строят отношения? Безусловно! Но, как ни парадоксально, в большей степени – на те семьи, где и раньше насилия было немного. В дисфункциональных семьях изменения пока незначительны. Осознают ли члены такой семьи, что происходящее внутри нее можно назвать насилием? Как выяснилось, далеко не всегда. Разберемся, почему до сих пор многие продолжают называть насилие обычным воспитанием и нормальными отношениями.

Семья – закрытая система. Она может сохранять привычные способы коммуникаций, как бы ни менялось общество. Например, семьи эмигрантов десятилетиями могут поддерживать тот уклад жизни, который был принят на родине. Они готовят те же блюда, так же обращаются к старшим, так же воспитывают детей, как их предки. Эта устойчивость – не прихоть, а способ сохранять наработанный тысячелетиями опыт и передавать его следующим поколениям. Но она же и препятствует изменениям и нередко мешает адаптации, принятию нового.

Похожим образом, поколение за поколением, семьи со-

храняют и насильственные паттерны²⁶ внутри системы. Если мы посмотрим на семьи, где используют жестокость, давление и контроль, то практически всегда увидим подобное поведение и в предыдущих поколениях. Мы также обнаружим запрет на вынесение информации в публичное пространство. Пока кто-то из семьи не обсудит происходящее с подругой, соседкой или не выложит в сеть, никто достоверно не знает, что творится внутри, за закрытыми дверями. Именно поэтому на такие семьи общественный диалог влияет в меньшей степени. Они как бы герметично изолированы от общества и таким образом диктуют и удерживают собственные нормы. Эти нормы связаны с тем опытом, который пережил род. Целые поколения, одно за другим, выработали свои способы справляться с ситуацией. И, как оказывается, эти способы могут быть совсем иными, чем в обществе в целом.

²⁶ Паттерн – повторяющийся шаблон или образец, в данном случае – повторяющееся поведение.

Как семья создает собственную норму

У насилия очень разные проявления – от грубых физических до тонких психологических или экономических. Их легко перепутать с защитой («давай ты не будешь носить такую короткую юбку»), заботой («тебе стоит бросить курить и начать лучше питаться»), беспомощностью («от твоих слов у меня сердце заболело»), иронией («ты же у нас самый умный»). Смысл сказанного напрямую зависит от контекста и интонации. Даже безобидный вопрос «Как дела?» может показаться угрожающим.

Семья, так же как и любое сообщество, проводит границы нормы путем договора. В одной семье он возникает через обсуждения, в другой – путем давления и неизбежного смирения со стороны тех, кто слабее. Это происходит регулярно и воспринимается как норма.

При закрытости семейных границ, когда в дом не приходят гости, когда «не выносятся сор из избы», параллельно могут сосуществовать любые модели «нормального» во взаимоотношениях. Где-то будут орать каждый раз, выходя на прогулку, где-то могут вылить недоеденный суп за шиворот, а где-то – долго подбирать слова, чтобы не задеть чувства близких. И то, и другое, и третье с течением времени станет обыденным.

Именно в семье вырастает личность со своими установками, целями и ценностями. У детей до определенного возраста вообще нет возможности самим определять, что считать нормальным. Знание о том, как устроен мир и как с ним надо обращаться, они получают, наблюдая за близкими. В такой семье тот, кто проявляет насилие, предписывает всем членам норму и запрещает выносить информацию вовне. Альтернативный взгляд на ситуацию становится невозможен. Те, кто не в состоянии защититься или уйти, вынуждены принять происходящее как данность. Вырастая, они начинают считать насилие нормальным. Например, родители, бьющие детей, иногда рассказывают детям, что им еще повезло: в других семьях с ними бы обращались еще хуже, могли бы вообще сдать их в детский дом. А если они будут показывать свои синяки, то их уж точно туда заберут. Такой ребенок будет стыдиться происходящего с ним, чувствовать себя виноватым, скрывать последствия насилия от окружающих и думать, что приблизительно так все и живут.

Что влияет на индивидуальное опознавание насилия

Насилие определяется каждым человеком по-разному. Те, кого в детстве пороли, нередко уповают на то, что «вырос же я нормальным человеком», и сами чаще применяют телесные наказания к детям. Те, кто привык к критике в родительской семье, могут критиковать партнера и считать, что это ему на пользу. Ранний семейный опыт становится шаблоном, от которого человек отмеряет допустимое и «нормальное» поведение.

Огромную роль играют гендерные установки и пол. В традиционных семьях от мальчиков и девочек ожидают совершенно разного поведения. Делая тест для определения насилия в отношениях, мы проводили онлайн-опрос о том, как люди реагируют на психологическое насилие. В нем приняли участие около тысячи человек. Оказалось, что мужчины на 20 % реже женщин маркируют происходящее как насилие, а мужчины, пережившие насилие в детстве, – на 46 %²⁷.

И все же границы семьи не являются абсолютным барьером для проникновения новой информации. Дети ходят в школу и на работу; интернет, телевидение и медиа со време-

²⁷ Подробнее об этих исследованиях см. «Как же опознать и измерить насилие?».

нем начинают влиять на отношения даже в очень закрытых системах. Жители крупных городов, вовлеченные в обсуждения в соцсетях, экономически независимые, имеющие доступ к психотерапии и юридической помощи, яснее опознают насилие, чем сельские жители, зависящие от мнения соседей, экономически уязвимые и сохраняющие воспитательные принципы предыдущих поколений.

Особенно велика разница в определении насилия у представителей разных культур. Например, в афганской или кавказской семье жена должна беспрекословно слушаться мужа, а его требование не выходить из дома без сопровождения будет восприниматься как нормальное и законное. Но большинство женщин из европейских культур сочтут это насилием.

Насилие маскируется

В опознавании насилия много парадоксов. Так, в наиболее тяжелых ситуациях наше сознание отказывается видеть происходящее. Поэтому люди, живущие в тотальном контроле или подвергающиеся регулярным пыткам, часто менее обеспокоены ситуацией, чем те, кто ссорится из-за покраски стен или заказа еды.

Наш мозг прячет болезненную, травмирующую информацию от нас самих. Пострадавшие от предельной жестокости не успевают понять, как начинается очередной скандал. Стираются и слова, и обстоятельства, а припоминание связано с болезненными переживаниями. Как все началось? Трудно сказать. Едва насилие заканчивается, о нем не хотят думать, рассчитывая, что оно не повторится вновь. И поэтому люди, страдающие дома от истязаний, вне семьи часто выглядят так, будто у них все хорошо.

Наше сознание вытесняет негативные переживания. В результате рассказать о насилии не только стыдно и страшно, но и сложно. Нередко у пострадавшего создается ложное ощущение, что это незначительная, частная проблема. Не случайно в общественном поле долгое время видимыми были лишь отдельные случаи, где насилие уже отрицать невозможно – убитые и искалеченные женщины или дети, чьи истории попали в СМИ. В целом люди считали, что у них-то

все в порядке.

Еще один парадокс насилия в том, что мы иногда не замечаем его, но замечаем его прямые последствия. Плоды насилия – депрессии, фобии, навязчивости²⁸, психосоматические заболевания, проблемы пищевого поведения, зависимости и суициды. Оно напрямую влияет на репродуктивную сферу и уход за детьми. Нежелание иметь детей, аборты, социальное сиротство во многих случаях обусловлены насилием, пережитым в детстве или дящимся в настоящий момент. И эти плоды выглядят намного заметнее, чем их реальные причины. Внимание семьи и общества направлено на лечение последствий. При этом насилие в семейных коммуникациях остается за кадром.

Многие последствия насилия утяжеляют и фиксируют ситуацию. Так, употребление алкоголя и наркотиков почти всегда ведет к новому насилию. И тогда их начинают считать первопричиной насилия, но часто выясняется, что здесь путаются причины и следствия. Например, по данным фонда имени Андрея Рылькова, занимающегося помощью наркозависимым²⁹, из 73 клиенток, употребляющих наркотики, 89 % пережили домашнее, сексуализированное и полицей-

²⁸ Имеется в виду невроз навязчивых состояний – психическое расстройство, для которого могут быть характерны ритуальные действия, навязчивые повторяющиеся мысли.

²⁹ Фонд содействия защите здоровья и социальной справедливости имени Андрея Рылькова. Признан Минюстом РФ иностранным агентом. URL: <https://rylkov-fond.org>. (Дата обращения: 17.11.2021.)

ское насилие. Мне кажется очень вероятным, что, если бы в предыдущем опыте не случилось травм насилия, их не пришлось бы «залечивать» наркотиками.

Влияние патриархального нарратива на семью

На восприятие насилия влияет и нарратив³⁰, разделяемый членами семьи. В широком смысле он отражает наше понимание устройства мира, фактически – создает контекст, в котором рассматривается событие.

Сейчас основными бытующими и конкурирующими нарративами можно назвать традиционный патриархальный и феминистический. Они определяют совершенно разный взгляд на отношения в семье.

В патриархальном нарративе мужчине приписывается главенствующая роль, а женщине – роль помощницы и «хранительницы очага», отвечающей за «погоду в доме». Такой контекст предоставляет мужчине право на насилие для поддержания своей лидирующей роли. Легитимное насилие и контроль видятся не как проблема, а как долг и обязанность. От женщины ожидают смирения, послушания, заботы по отношению к мужу и власти над детьми. Современные интерпретации этой модели часто развиваются не только внутри консервативной части общества, но даже и там, где люди ищут для себя чего-то нового. Например, на разнообразных

³⁰ Нарратив – способ наделять смыслом и обосновывать события, в результате которого создается субъективная реальность говорящего.

женских тренингах, в частности в идеях о ведической женщине.

Патриархальный взгляд на мир не появился из ниоткуда. В недавнем прошлом это видение выглядело экономически обоснованным. В общем-то, человек не более ста лет живет в ситуации, когда всем хватает еды. До этого основное производство строилось на базе сельского хозяйства. Мужчины выполняли тяжелую физическую работу, и потеря кормильца всерьез угрожала выживанию семьи. Из-за высокой смертности требовалась высокая рождаемость, как следствие, в семьях было много детей. Женщина почти постоянно была беременной или кормящей и, вероятно, истощенной, поэтому обеспечивать семью продовольствием должен был мужчина. Старшим детям приходилось ухаживать за младшими, младшим с 5–7-летнего возраста – начинать работать. Брак не был источником любви и романтики. В первую очередь он связывался с имущественными правами, и муж с женой нередко знакомились во время свадьбы.

Устройство такой семьи – особый статус мужа в доме, отношение к женщине как к собственности, четкая возрастная иерархия – отражало экономическую ситуацию и помогало выживать. Эта картина мира уже учитывала, что ресурсов на всех не хватит и одному придется существовать за счет другого. Семейное насилие становилось почти неизбежным: требовалось объяснить, что мужчины ценнее женщин, что старшие имеют власть над младшими и с раннего возраста

надо работать.

Конец ознакомительного фрагмента.

Текст предоставлен ООО «ЛитРес».

Прочитайте эту книгу целиком, [купив полную легальную версию](#) на ЛитРес.

Безопасно оплатить книгу можно банковской картой Visa, MasterCard, Maestro, со счета мобильного телефона, с платежного терминала, в салоне МТС или Связной, через PayPal, WebMoney, Яндекс.Деньги, QIWI Кошелек, бонусными картами или другим удобным Вам способом.