

Д. Э. Синюк, О. А. Павлюковец
Брестский государственный университет имени А. С. Пушкина,
Брест

D. E. Sinyuk, O. A. Pavlukovets
Brest State University named after A. S. Pushkin, Brest

УДК 159.9:316 356.2

МЕХАНИЗМЫ ПСИХОЛОГИЧЕСКОЙ ЗАЩИТЫ, ИСПОЛЬЗУЕМЫЕ ЖЕНЩИНАМИ, ПЕРЕНЕСШИМИ ДОМАШНЕЕ НАСИЛИЕ

DEFENSE MECHANISMS USED BY FEMALE VICTIMS OF DOMESTIC VIOLENCE

В статье обсуждаются механизмы психологической защиты, используемые женщинами, испытавшими домашнее насилие. Доказано, что женщины, подвергшиеся домашнему насилию, используют манипуляции в общении с мужчиной, играют роль «маленькой девочки» или идентифицируют себя с агрессором, чтобы удовлетворить его потребности и предупредить агрессию. В отношениях с другими этих женщин характеризуют крайности: они бросаются от критики к превознесению и наоборот. Они воображают, что могут контролировать внешние события, тем самым это позволяет им лучше адаптироваться к стрессу и быть более эмоционально устойчивыми.

Ключевые слова: механизмы психологической защиты; домашнее насилие; отрицание; вытеснение; регрессия; компенсация; проекция; замещение; интеллектуализация; реактивное образование.

The paper studies the defense mechanisms used by female victims of domestic violence. It has been proved that these women manipulate men, take up the role of a «little girl» or identify with the aggressor in order to fill his needs and prevent aggression. At the same time female victims swing from one extreme to another dealing with other females. They either criticize them or exalt to the skies. The victims believe they can control the external events and this belief helps them adapt to the stress and become more mentally resilient.

Key words: defense mechanisms; domestic violence; domestic abuse; family abuse; denial; regression; repression; compensation; projection; substitution; intellectualization; reaction formation.

Домашнее насилие – это систематически повторяющиеся акты физического, психологического, экономического, духовного, сексуального воздействия на близких людей, которые совершаются против их воли с целью демонстрации власти и контроля над ними [1]. В настоящее время статистика фиксирует положительную динамику домашнего насилия над женщинами. Так, по данным исследования частного унитарного предприятия «НОВАК», проводимого в 2014 году для Фонда ООН в области народонаселения, в Беларуси большинство женщин (77 %) сталкиваются с рассматриваемым явлением. Насилие является событием, которое не вписывается в рамки обыденного человеческого опыта. Цель нервной системы после такого травматического воздействия – восстановить саморегуляцию. Поэтому в нерв-

ной системе человека остается определённое травматическое возбуждение, которое не гаснет, а уходит в область подсознания.

Оказаться жертвой насилия – значит пережить психологический кризис. Психологический кризис рассматривается в литературе по проблеме исследования как реакция здорового человека на трудную жизненную ситуацию, которая побуждает его вырабатывать новые способы адаптации. Кризис характеризуется состоянием внутренней дезинтеграции людей, затрагивающим, как правило, все сферы психики [2; 3].

В таких случаях поведение жертв обычно регулируется с помощью механизмов психологической защиты – психологических стратегий, с помощью которых люди избегают или снижают интенсивность различных таких негативных состояний (фрустрации, тревоги и стресса и т. п.). Благодаря механизмам психологической защиты предупреждаются расстройства поведения. Важно отметить тот факт, что стратегии реагирования человека в угрожающих для него ситуациях используются, как правило, на бессознательном уровне [4].

Для определения особенностей функционирования механизмов психологической защиты у женщин, подвергшихся домашнему насилию, мы использовали тест-опросник «Индекс жизненного стиля», разработанный Р. Плутчиком, Г. Каллерманом, Х. Р. Конте, адаптированный Е. С. Романовой и Л. Р. Гребенниковым.

В исследовании приняло участие 25 женщин, в возрасте от 18 до 56 лет, подвергшихся насилию со стороны супруга. Все женщины имеют детей; 4 женщины находятся в отпуске по уходу за ребенком до трёх лет, работают 17 женщин, не работают 4 женщины. Все женщины обратились за помощью в ГУ «Территориальный центр социального обслуживания населения Московского района г. Бреста», а также в районный отдел внутренних дел администрации Московского района г. Бреста. Выборка очень специфичная, так как большинство женщин проживает совместно с супругом и подвергалось насилию с его стороны неоднократно.

В ходе проведения исследования нами были получены результаты, представленные в таблице 1.

Обратившись к данной таблице, в первую очередь, проанализируем данные, полученные респондентками по шкале «Регрессия». Для большинства женщин (88 %) в стрессовой ситуации характерен возврат к детским стереотипам поведения. При этой форме защитной реакции жертвы насилия, подвергающиеся действию фрустрирующих факторов, заменяют решение субъективно воспринимаемых более сложных задач на относительно простые и доступные в сложившейся ситуации. Использование простых и привычных поведенческих стереотипов, как показывает практика, существенно обедняет потенциально возможный арсенал конфликтных действий. Одной из стратегий является попытка успокоить агрессора-супруга, используя незрелое инфантильное поведение. Женщина начинает вести себя как малень-

кая беззащитная девочка, использует в речи характерные интонации (просительные или детские), повышая тональность в конце фразы, опускает глаза, просит оказать ей помощь, хотя реально в ней не нуждается. Она ведёт себя как зависимый, безынициативный человек, неспособный принимать самостоятельные зрелые решения и рассуждать логично.

Таблица 1

Механизмы психологической защиты, используемые женщинами, перенесшими домашнее насилие

Механизмы психологической защиты	Напряженность механизмов психологической защиты в поведении женщин (в %)		
	низкие значения (0–40)	нормативные значения (40–50)	высокие значения (51–100)
Регрессия	4	8	88
Отрицание	16	0	84
Проекция	8	8	84
Вытеснение	4	16	80
Интеллектуализация	8	12	80
Компенсация	8	16	76
Замещение	20	8	72
Реактивное образование	16	16	68

Лишь для незначительной части женщин (4 %) несвойственно прибегать к манипулятивным способам поведения в отношениях с партнером и использовать инфантильные личностные реакции, проявляющиеся в демонстрации беспомощности, зависимости, детскости поведения с целью уменьшения тревоги и ухода от требований реальной действительности.

У большинства опрошенных женщин (84 %), подвергшихся домашнему насилию, ярко выражен механизм психологической защиты «Отрицание». Это способ, с помощью которого женщина отрицает либо фрустрирующие, вызывающие тревогу обстоятельства, либо определённые внутренние побуждения, либо какую-то часть себя. Как правило, действие этого механизма проявляется в отрицании тех явлений реальности, которые, несмотря на очевидность для окружающих людей, тем не менее, не принимаются, не признаются самими женщинами. Это относится к конфликту, возникающему под влиянием мотивов, противоречащих основным жизненным установкам женщин, испытывавших домашнее насилие, или информации, которая угрожает их самосохранению, самоуважению, социальному престижу. Как процесс, направленный вовне, отрицание часто противопоставляется вытеснению как психологической защите против внутренних, инстинктивных

требований и побуждений. Например, женщина отрицает гнев, злость на супруга, так как понимает, что это может привести к новым инцидентам со стороны агрессора. Открытая защита может угрожать выживанию женщины. Ей становится трудно выражать негативные эмоции в отношении мужа, она старается избегать конфликтов, становится нерешительной, а то и вовсе пассивной. Чтобы иметь возможность отрицать негативную сторону личности агрессора, женщина вынуждена эмоционально все больше дистанцироваться от реальности. Её восприятие сужается, она концентрируется только на непосредственных фактах и не в состоянии сосредоточиться на других аспектах реальности. Лишь незначительная часть женщин (16 %) редко использует указанный механизм психологической защиты: для них несвойственно стремление снижать тревогу путем изменения восприятия реальности. Они готовы к получению новой информации, не совместимой со сложившимися представлениями о себе и ситуации.

В соответствии с данными, полученными по шкале «Проекция», абсолютное большинство женщин (84 %) склонно приписывать окружающим определённые негативные качества. В основе проекции лежит процесс, с помощью которого неосознаваемые и неприемлемые для жертв насилия чувства и мысли направляются вовне, приписываются другим людям. Негативные, малоодобряемые в социуме испытываемые чувства, например, агрессивность, нередко приписываются окружающим, чтобы оправдать свою собственную агрессивность, недоброжелательность, которые проявляются как будто бы в защитных целях. В ситуации домашнего насилия может формироваться чрезмерная фиксация и преувеличение положительных моментов во взаимодействии с супругом-агрессором. Женщина преувеличивает позитивные черты характера своего партнёра и сосредотачивает на них всё своё внимание. Любой минимальный положительный шаг в его поведении она истолковывает как черту характера, что позволяет ей снизить накопленный уровень стресса и почувствовать определённую надежду. Незначительная часть респонденток (8 %) готова принимать как свои собственные неодобряемые мысли, чувства, желания, так и осуждаемые мысли, чувства, побуждения своего супруга. Они стремятся переложить всю ответственность, вину на себя, справиться с недовольством собой. Женщины, которые редко прибегают к проекции, как правило, видят отрицательные стороны личности своего партнёра без искажений, не преуменьшая их деструктивной роли в процессе взаимодействия.

Механизм психологической защиты «Вытеснение» также присущ большинству опрошенных женщин (80 %). Согласно характеристике данной шкалы, жертвы домашнего насилия, использующие этот защитный механизм, стараются бесследно забыть психотравмирующие события недавнего прошлого. Женщина может прийти до состояния частичной или полной амнезии насильственных эпизодов. Но подавленные эмоции не могут долго сдерживаться и спустя некоторое время начинают проявляться во взаимо-

действии с мужем. В определённый момент женщина может начать испытывать амбивалентные чувства к партнеру, ее отношение к нему становится неустойчивым, а чувства очень интенсивными. Она колеблется от идеализации к обесцениванию, от любви к страху, от отвержения супруга, который подвергает ее насилию и угрожает ей, к формированию эмоциональной привязанности к нему в надежде, что насилие прекратится. Такая динамика отношений распространяется и на других людей. И только незначительная часть респонденток (4 %), пострадавших от домашнего насилия, готова адекватно воспринимать информацию о том, что происходит. Восприятие и воспоминания данных женщин характеризуются целостностью, объективностью.

По шкале «Интеллектуализация» получены следующие данные. Для большинства женщин, участвующих в исследовании (80 %), характерно избегание беспокойства с помощью рационального истолкования происходящих событий для ощущения собственного спокойствия и абсолютного контроля над ситуацией. При этом они убеждают в существовании такой возможности как себя, так и окружающих. Для них присуще стремление на основании различных точек зрения выстроить свою концепцию как панацею от вечной тревоги. Постоянное беспокойство контролируется педантичностью, стремлением все предвидеть, продумать до мелочей. Во избежание негативной оценки собственных супругов и психотравмирующих событий женщины, испытывавшие домашнее насилие, используют их псевдологичное объяснение или оправдание. Данные женщины стремятся к эмоциональной устойчивости, пытаются найти определенные плюсы, положительные стороны в любой неудаче. Они нацелены сохранить душевное спокойствие и равновесие в различных обстоятельствах. Поэтому женщины заранее продумывают все варианты своего поведения и их возможные последствия. Негативные эмоциональные переживания они маскируют активными неоднократными попытками рационального истолкования происходящих событий. И только незначительная часть женщин (8 %) не склонна к рациональному объяснению собственных желаний и действий.

В соответствии с данными эмпирического исследования большинство женщин (76 %) склонно прибегать к механизму «Компенсации». Это проявляется в попытках найти подходящую замену реального или воображаемого недостатка, нестерпимого чувства другим качеством, чаще всего с помощью фантазирования или присвоения себе свойств, достоинств, ценностей, поведенческих характеристик другой личности. Нередко это происходит при необходимости избежать конфликта с супругом-агрессором и для повышения чувства самодостаточности. Так, неосознанно женщина пытается видеть мир глазами своего мужа, чтобы предугадать его желания и задобрить его, удовлетворяя его разнообразные потребности. Жертва принимает на себя всю ответственность и вину за происходящее в семье. Это даёт ей мни-

мое ощущения контроля над происходящим, так как она считает, что если изменится, то насилие прекратится. Жертва может рассуждать над тем, что делает не так, и как можно исправиться, стать лучше, чтобы изменить поведение агрессора. При этом 8 % женщин, испытавших домашнее насилие, редко используют анализируемый механизм компенсации, они не готовы на серьезную работу над собой, на нахождение и исправление собственных недостатков, преодоление трудностей.

По шкале «Замещение» получены следующие данные. Большинство опрошенных женщин (72 %) склонно беспричинно раздражаться на окружающих, на себя или на неодушевленные предметы. Подавляемая ими агрессивность, как правило, проявляется в мелочах. Жертвы домашнего насилия вынуждены сдерживать гнев, стремление к разрушительным действиям, замещая их в сновидениях. Скрываемое раздражение часто требует «выпустить пар» мимоходом. Эти женщины склонны противоречить людям, видя в них удобный объект собственной агрессии. Не желая переживать и выражать агрессию, они зачастую стремятся увидеть ее воплощение на телевизионном экране. Также они предпочитают опасные виды деятельности, в их поведении обнаруживается склонность к повышенному риску и травматизму. Женщины, пережившие домашнее насилие, могут вымещать свои отрицательные эмоции на близких, беззащитных (например, детях), зависимых от них людях. У жертв домашнего насилия может наблюдаться реальная или мнимая физическая слабость и желание компенсировать ее с помощью какого-либо оружия. Для пятой части респонденток не свойственно переносить реакции с «недоступного» объекта на другой объект – «доступный», или заменять неприемлемые действия на приемлемые.

В соответствии с данными, полученными по шкале «Реактивные образования», большая часть опрошенных женщин (68 %) обнаруживает подавленную фиксацию на осуждаемых обществом сторонах жизни (агрессия, насилие, секс и пр.), которая переходит в их демонстративное неприятие. Эти женщины, как правило, испытывают брезгливость ко всему, что связано с естественной жизнедеятельностью человеческого организма. Подавленное стремление к спонтанности маскируется примерным поведением, демонстрируемым напоказ. Они подавляют стремление обсуждать откровенные темы из страха показаться сосредоточенными лишь на них. Неумение легко сходить с людьми у жертв домашнего насилия компенсируется подчеркнуто высоконравственным поведением. Многие из них декларируют пуританизм. Часть респонденток (16 %) не склонна к использованию рассматриваемого механизма психологической защиты.

Таким образом, согласно результатам исследования, большинство женщин использует все вышеперечисленные защитные механизмы, при этом у каждой из них ярко выражен как минимум один механизм психологической защиты. Они склонны отрицать некоторые аспекты реальности, их восприятие характеризуется искажением действительности. Эти женщины

используют симуляцию в поведении, доказывая супругам, что не являются их противниками: играют роль «маленькой девочки». Для жертв, которые длительное время подвергаются насилию, все люди либо очень хорошие, либо очень плохие. Такие женщины бросаются от критики к превознесению и наоборот. Женщины в ситуации домашнего насилия зачастую идентифицируют себя с агрессором, чтобы удовлетворить его потребности и предупредить вспышки агрессии. Они воображают, что могут контролировать внешние события. Тем самым это позволяет им лучше адаптироваться к стрессу и быть более эмоционально устойчивыми.

Чем меньше у женщин реальных возможностей контролировать события и чем значительнее последствия неспособности их контролировать, тем больше они обнаруживают склонность обвинять в создавшемся положении самих себя. Как известно, самообвинение позволяет жертве не чувствовать себя таковой.

Стратегии выживания, которые женщина использует для того, чтобы иметь возможность физически выживать рядом с агрессором, представляют собой различные искажения мыслей, чувств и поведения, которые позволяют ей переносить агрессию супруга и не разрушиться психологически.

Эмоции, мысли и поведение патологически искажаются, чтобы позволить выжить в ситуации непрерывного стресса. При домашнем насилии женщина использует такие механизмы выживания день за днём, постепенно они трансформируют ее личность и становятся типичным способом её существования. Продолжительное пребывание в отношениях с агрессором приводит к тому, что жертва распространяет стереотипы взаимодействия отношений с партнером на все свои отношения с людьми.

Следовательно, механизмы психологической защиты, с одной стороны, помогают женщинам, пережившим домашнее насилие, выжить в тех неблагоприятных условиях, в которых они находятся, защищают их психику, с другой стороны, препятствуют жертвам адекватно видеть реальность и менять ее, трансформируют их личность.

Список использованных источников

1. Горбунова, О. И. Пособие по организации работы с пострадавшими от насилия в семье в условиях кризисного центра / О. И. Горбунова. – Минск: Артيا групп, 2014. – 155 с.
2. Малкина-Пых, И. Г. Виктимология. Психология поведения жертвы / И. Г. Малкина-Пых. – М.: Эксмо, 2006. – 324 с.
3. Пергаменщик, Л. А. Кризисная психология: учеб. пособие / Л. А. Пергаменщик. – Минск: Вышэйшая школа, 2004. – 288 с.
4. Набиуллина, Р. Р. Механизмы психологической защиты и совладания со стрессом (определение, структура, функции, виды, психотерапевтическая коррекция): учеб. пособие / Р. Р. Набиуллина, И. В. Тухтарова. – Казань: Заман, 2003. – 98 с.

(Дата подачи: 16.02.2017 г.)