

УДК 159.922

## ФОРМЫ ЭМОЦИОНАЛЬНОГО НАСИЛИЯ В СФЕРЕ РОДИТЕЛЬСКО-ДЕТСКИХ ОТНОШЕНИЙ

Г. Р. ЗАЙДОВА<sup>1), 2)</sup>

<sup>1)</sup>Белорусский государственный университет, пр. Независимости, 4, 220030, г. Минск, Беларусь

<sup>2)</sup>Минский государственный колледж монтажных технологий и транспортной логистики,  
ул. Буденного, 8, 220070, г. Минск, Беларусь

**Аннотация.** Описана сущность психологического насилия. Предложена типология психологического насилия, критерием которой выступает сфера психического развития (когнитивная сфера (познавательное развитие, способности личности) и психосоциальная сфера (эмоциональное, личностное и социальное развитие)). Предложено определение эмоционального насилия, рассматриваемого в качестве формы психологического насилия, которая заключается в систематическом принудительном угнетающем воздействии агрессора на эмоциональную сферу жертвы, нарушающем согласованность между ее подлинными эмоциями, чувствами и их выражением. Рассмотрены следующие формы эмоционального насилия над детьми: обесценивание эмоций и чувств; эмоциональный холод и игнорирование; запрет на выражение истинных эмоций; формирование чувства вины и стыда; запугивание; эмоциональное слияние вследствие гиперопеки и чрезмерного контроля; бесконтрольная смена эмоций, или «эмоциональные качели». Представлены последствия различных форм эмоционального насилия для детей.

**Ключевые слова:** насилие; психологическое насилие; эмоциональное насилие; области психического развития; родительско-детские отношения.

## FORMS OF EMOTIONAL ABUSE IN THE SPHERE OF PARENT – CHILD RELATIONSHIPS

G. R. ZAIDOVA<sup>a, b</sup>

<sup>a</sup>Belarusian State University, 4 Niezaliezhnasci Avenue, Minsk 220030, Belarus

<sup>b</sup>Minsk State College of Assembly Technologies and Transport Logistics,  
8 Budzionnaga Street, Minsk 220070, Belarus

**Abstract.** The article describes the essence of psychological abuse. A typology of psychological abuse is proposed, the criterion of which is the sphere of mental development (cognitive sphere (cognitive development, personality abilities) and psychosocial sphere (emotional, personal and social development)). A definition of emotional abuse is proposed, considered as a form of psychological abuse which consists in the systematic forced oppressive impact of the aggressor on the emotional sphere of the victim, violating the consistency between her true emotions, feelings and their expression. The following forms of emotional abuse against children are considered: devaluation of emotions and feelings; emotional coldness and ignoring; ban on expressing true emotions; formation of feelings of guilt and shame; intimidation; emotional fusion due to overprotection and excessive control; uncontrolled change of emotions, or «emotional swings». The consequences of various forms of emotional abuse for children are presented.

**Keywords:** abuse; psychological abuse; emotional abuse; spheres of mental development; parent-child relationships.

### Образец цитирования:

Зайдова ГР. Формы эмоционального насилия в сфере родительско-детских отношений. *Журнал Белорусского государственного университета. Философия. Психология.* 2025;2:72–77.  
EDN: YTFALT

### For citation:

Zaidova GR. Forms of emotional abuse in the sphere of parent – child relationships. *Journal of the Belarusian State University. Philosophy and Psychology.* 2025;2:72–77. Russian.  
EDN: YTFALT

### Автор:

**Галина Рафиковна Зайдова** – аспирантка кафедры социальной и организационной психологии факультета философии и социальных наук<sup>1)</sup>, педагог-психолог<sup>2)</sup>.  
Научный руководитель – доктор психологических наук, профессор И. Н. Андреева.

### Author:

**Galina R. Zaidova**, postgraduate student at the department of social and organisational psychology, faculty of philosophy and social sciences<sup>a</sup>, educational psychologist<sup>b</sup>.  
[baranchuk.g@inbox.ru](mailto:baranchuk.g@inbox.ru)

## Введение

Психологическое насилие является распространенной деструктивной формой внутрисемейной коммуникации и важной темой для изучения. Данный вид насилия не такой очевидный, как физическое и сексуальное насилие, но зачастую имеет более долгосрочные последствия для жертвы. Например, оно может стать причиной формирования и развития личностной тревожности, депрессии, психотравмы, посттравматического стрессового расстройства [1]. Дети, которые подвергаются психологическому насилию дома или являются свидетелями подобного обращения в семье, в силу зависимого положения, несформированной психики, отсутствия чувства безопасности и возможности выйти из разрушительных отношений, крайне уязвимы.

Психологическое насилие рассматривается учеными как воздействие на ребенка, провоцирующее появление патологических черт характера, снижение самооценки и нарушения социализации (Т. М. Журавлева, Т. Я. Сафонова, Е. И. Цымбал) [2]; формирование у ребенка представления о том, что он нежеланный, нелюбимый, незначимый и является не более чем инструментом для удовлетворения потребностей других людей (М. Брассард, С. Харт) [2]; игнорирование субъективных характеристик ребенка (прав, достоинства и свободы), преднамеренное манипулирование им как объектом, разрушение привязанности между взрослыми и ребенком, или, напротив, фиксация этих отношений, которая в последующем приводит к различным деформациям и нарушениям психического (коммуникативного,

интеллектуального, поведенческого, эмоционального, волевого, личностного) развития (А. Б. Орлов) [3]; совершенное по отношению к ребенку деяние, которое вредит развитию его потенциальных способностей [4]; социально-психологическое воздействие, принуждающее ребенка к поступкам, которые не входили в его намерения, нарушающее индивидуальные границы личности, осуществляемое без информированного согласия и обеспечения социальной и психологической безопасности индивида, а также всех его законных прав, приводящее к социальному, психологическому, физическому или материальному ущербу (Е. Н. Волков) [5]. Обобщая данные определения, можно сделать вывод о том, что психологическое насилие – это такое поведение родителей, которое приводит к нарушению психического развития ребенка (наносит вред его самооценке, эмоциональной сфере, межличностным отношениям и потенциальным способностям).

На данный момент хорошо изучены особенности насилия в семье, его виды, формы, причины, а также последствия для жертв. Среди отечественных ученых, таких как Е. П. Ильин [6], Е. Н. Волков [5], Я. К. Нелюбова [7], О. Е. Додонов, Г. П. Афонькин [8], Н. Л. Большакова, Р. М. Садыко [9], принято отождествлять эмоциональное и психологическое насилие, использовать эти категории как синонимы. Однако мы считаем целесообразным предложить типологию, в которой эмоциональное насилие выступает в качестве одного из видов психологического насилия.

## Теоретические основы исследования

Развитие человека осуществляется благодаря биологическим процессам, протекающим внутри организма, и воздействию окружающей среды. Области развития указывают на то, что конкретно изменяется в индивиде. Г. Дж. Крайг определяет физическую, когнитивную и психосоциальную области развития человека [10]. В. А. Аверин выделяет психофизическую, когнитивную и психосоциальную области развития [11]. Области развития – это своеобразные устойчивые подсистемы человека как биосоциокультурного существа. Когнитивная область развития отвечает за формирование умственных способностей и психических процессов (изменения в восприятии, памяти, воображении и речи, развитие интеллекта и способностей), тогда как психосоциальная область

развития – за становление личности и формирование межличностных отношений, изменения в эмоциональной сфере, самосознании и я-концепции, социальных навыках и моделях поведения.

Результатом развития когнитивной и психосоциальной областей являются умственная и социальная зрелость человека соответственно. Психологическое насилие может стать причиной нарушений развития различных компонентов этих областей. Критерием типологии психологического насилия выступает сфера психического развития, на которую оказывается негативное воздействие (когнитивная сфера (познавательное развитие, способности личности) и психосоциальная сфера (эмоциональное, личностное и социальное развитие)).

## Результаты и их обсуждение

Психологическое насилие по воздействию на области психического развития можно разделить на следующие виды:

- причинение вреда познавательной сфере личности. Ввиду психологического давления когнитивное развитие ребенка осуществляется медленнее,

он менее вовлечен в учебную деятельность и имеет более низкую успеваемость по сравнению с детьми, у которых не было опыта насилия в детстве;

- формирование деструктивных когнитивных установок, снижающих качество жизни. Насилие оправдывается следующими фразами: «Родители

всегда правы. Они знают, как лучше», «Мир жесток. Никому нельзя доверять. Все новое и неизвестное опасно», «Ты должен нравиться каждому, с кем общаешься», «Нельзя расслабляться», «Ты должен быть успешным», «Инициатива наказуема», «Нельзя быть выскочкой, таких не любят», «Деньги – зло. Они портят человека», «Твое мнение никому не интересно», «Жизнь – тяжелая штука»;

- торможение развития потенциальных способностей. Жертва присваивает негативные установки в отношении своих способностей, которые слышит от значимого человека. Фразы «У тебя ничего не получится», «Я сама все сделаю», «Ничего хорошего из тебя не выйдет» становятся интроектами и могут сформировать выученную беспомощность;

- нанесение вреда сфере самоотношения. Психологическое насилие приводит к снижению самооценки и разрушению самоуважения. Высмеивание, оскорбления, систематическая критика внешнего вида и некоторых черт характера, унижения, сравнение со сверстниками или со взрослыми, к которым ребенок относится негативно, не в его пользу, завышенные требования, неуважительное отношение, принижение успехов и навешивание ярлыков оказывают крайне негативное влияние на личностное становление ребенка;

- разрушение отношений с другими людьми. К формам данного вида психологического насилия можно отнести использование ребенка в конфликтах, в том числе во время развода (оскорбление значимого человека в присутствии ребенка, использование ребенка для передачи сообщений, призыв встать на сторону одного из родителей, запрет на общение без законных оснований), изоляцию (осуждение друзей и (или) их родителей в присутствии ребенка, создание препятствий для установления дружеских связей, запрет на общение с друзьями, угрозы по отношению к ним, контроль телефонных разговоров), клевету;

- эмоциональное насилие. Мы предлагаем определить эмоциональное насилие как форму психологического насилия, которая заключается в систематическом принудительном угнетающем воздействии агрессора на эмоциональную сферу жертвы, нарушающем согласованность между ее подлинными эмоциями, чувствами и их выражением [12]. В условиях эмоционального насилия жертве приходится подавлять либо маскировать собственные эмоции, чтобы быть в безопасности и в дальнейшем избежать негативных последствий в виде психологического давления или жестоких действий со стороны агрессора.

Эмоциональное насилие может проявляться в обесценивании эмоций и чувств ребенка; эмоциональном холоде и игнорировании (наказании молчанием); запрете на выражение истинных эмоций; формировании чувства вины и стыда; запугивании (использовании угроз, запугивании наказани-

ем); эмоциональном слиянии вследствие гиперопеки и чрезмерного контроля (формировании у ребенка чувства зависимости от мнения матери, несоблюдении его личных границ); бесконтрольной смене эмоций, или «эмоциональных качелей» (смене эмоционального тепла холодом и отстраненностью, агрессивностью). Рассмотрим формы эмоционального насилия над детьми и их последствия подробнее.

**Обесценивание эмоций и чувств.** В условиях такой формы насилия эмоциональная реакция ребенка или волнующее его событие обесцениваются и значимость проблемы взрослыми резко преуменьшается [13]. Данная форма эмоционального насилия может проявляться в следующих родительских посланиях и формулировках: «Ты же уже взрослый, чего ты боишься?»; «Не реви, это ерунда!»; «Тоже мне проблема, вот у меня...»; «Забудь об этом»; «У тебя нет причин грустить, тревожиться или расстраиваться».

М. М. Линехан описала явление инвалидации. Оно является субъективным и заключается в отсутствии признания эмоциональных реакций индивида со стороны его окружения. От уровня чувствительности личности, обусловленного психосоциальными факторами, зависит, будут ли определенные слова и поступки восприниматься как инвалидирующие. По мнению ученого, именно инвалидация играет ключевую роль в развитии пограничного расстройства личности.

Инвалидирующее окружение с его неадекватным реагированием на личный опыт жертвы выступает основным фактором, приводящим к эмоциональной дисрегуляции. В семьях с благоприятным психологическим климатом эмоции взрослых и детей воспринимаются в качестве значимых коммуникационных сигналов. В инвалидирующих семьях болезненные переживания ребенка незначимы, они объясняются недисциплинированностью, отсутствием мотивации, неспособностью к позитивному мышлению. В таких семьях ребенок вместо того, чтобы доверять собственным эмоциональным реакциям и относиться к ним как к адекватным интерпретациям полученного опыта, учится подавлять эти реакции [14]. Становясь взрослым, индивид демонстрирует равнодушие, считает, что проявлять эмоции не следует, перестает слышать телесные сигналы, что может привести к различным заболеваниям, например ожирению, расстройству пищевого поведения и алекситимии [15; 16].

**Эмоциональный холод и игнорирование.** Эмоционально холодные родители выполняют свои функции формально. С их стороны отсутствует эмоциональный отклик (внимательность к потребностям ребенка, ласка, тактильный и невербальный контакт (взгляды, улыбки, одобрение)). Они не интересуются состоянием ребенка, не обнимают и не целуют его и др. Такие родители не способны быть эмоционально теплыми, они отказывают ребенку в поддержке.

Женщина, которая находится в подавленном или депрессивном состоянии, переживает горе, страдает алкогольной или наркотической зависимостью, зачастую меньше взаимодействует с ребенком, а тот, в свою очередь, хуже справляется с когнитивными задачами и демонстрирует меньше положительных эмоций [17]. В последующем такие дети становятся взрослыми, нуждающимися в том, чтобы их научили, как устанавливать контакт с другими людьми. Нехватка невербальных эмоциональных сигналов приводит к лишению ощущения безопасности и поддержки. К отстраняющимся родителям дети испытывают скрытые негативные чувства. Такие дети характеризуются как конфликтные и необщительные, их уровень самооценки снижен.

Эмоциональная отчужденность матери приводит к проблемам с установлением личных границ у детей, их повышенной зависимости от других людей либо самоизоляции, недоверию, трудностям с пониманием и проявлением эмоций, а также с установлением близких межличностных отношений, обуславливает склонность к зависимостям [18]. Став взрослыми, дети эмоционально холодных матерей обычно не имеют связанных с ними счастливых детских воспоминаний [17].

**Запрет на выражение истинных эмоций.** Данная форма эмоционального насилия может проявляться в установках «Я предпочитаю не слишком радоваться, потому что за радостью всегда следует грусть», «Если я показываю эмоции, я слабый», «Меня отвергнут за мои настоящие эмоции», «Я не имею права печалиться или плакать, ведь кому-то сейчас намного хуже». Когда родители запрещают ребенку выражать радость, у него блокируется способность проявлять чувственное удовольствие, оно замещается чувством вины и страха. Запрет на выражение гнева свойствен девочкам, тогда как мальчикам более характерен запрет на проявление страха. В семьях, где принято подавлять эмоции, травмирующие события не только не «прорабатываются», но и не проговариваются, не обсуждаются [19].

В эмоционально благополучных семьях родители испытывают радость и гордость, когда их ребенок добивается успеха. Дети, которые сталкиваются с раздражением и равнодушием в ответ на их положительное поведение, быстро теряют мотивацию и учатся тому, что радоваться за свои достижения неуместно и неправильно. Общение с людьми, склонными подавлять эмоции и контролировать мимику, как правило характеризуется тревогой, поскольку отсутствие невербальной коммуникации не позволяет адекватно воспринимать вербальные сообщения собеседника.

Стремление родителей к осознанию эмоций, их открытому выражению и обсуждению с детьми способствует развитию такого компонента эмоционального интеллекта, как понимание эмоций. Ро-

дители с высоким уровнем эмоционального интеллекта относятся к возникновению отрицательной эмоции как к новой возможности обучить ребенка выражать ее приемлемым способом и развить его способность решать проблемы. Такой подход повышает уровень доверия и близости в родительско-детских отношениях [20].

**Формирование чувства вины и стыда.** Исследователь особенностей материнской депривации Дж. Боулби относит провоцирование чувства вины, стыда и несостоятельности к одному из типов неадекватного родительского отношения [21]. Стимулирование чувства вины в целях воспитательного контроля над ребенком проявляется в вербальных посланиях «Я все для тебя делаю, а ты...», «Ты разочаровал меня», «Я всем пожертвовала ради тебя», которые сопровождаются навешиванием ярлыков «неблагодарный», «бессовестный» или «наглый» [22]. Помимо этого, ребенок в случаях, когда родители предъявляют нереалистичные завышенные требования, которые он не может реализовать, сталкивается с осуждением или гневом родителей и испытывает стыд [23]. Впоследствии чувство вины в сочетании с повышенной нервной возбудимостью и страхами не позволяет личности испытывать удовольствие, выражать обиду, злость и озвучивать свои мысли, желания и чувства, ребенок начинает считать себя недостойным чьей-либо заботы [18; 24].

**Запугивание.** Данная форма эмоционального насилия над ребенком осуществляется с помощью фраз «Ты об этом пожалеешь!», «Ты у меня за это поплатишься!», «Только попробуй!». Родители считают, что используют страх как способ повышения уровня адаптационных возможностей ребенка. Дети, которых запугивают родители, приспосабливаются к эмоциональному насилию и маскируют свои эмоции, так как взрослые могут нанести вред им самим, их любимым вещам или домашним животным. При систематическом запугивании ребенка в целях воспитания у него формируются необоснованные страхи и реакция «как бы чего не вышло», проявляющиеся в объективно безопасных обстоятельствах. Например, при запугивании родители могут ссылаться на наказание со стороны вымышленных персонажей и людей определенных профессий (милиционеров, врачей), угрожать тем, что ребенка отдадут в приют, если тот продолжит себя плохо вести. В связи с этим некоторые дети чувствуют себя униженными, у них развиваются фобии, враждебные чувства по отношению к родителям [19].

**Эмоциональное слияние вследствие гиперопеки и чрезмерного контроля.** К признакам гиперопеки можно отнести чрезмерное внимание и навязчивую заботу, принятие решений без учета мнения ребенка, недоверие по отношению к его идеям и поступкам, тотальный контроль, отсутствие

поддержки во время проявления ребенком самостоятельности, выполнение заданий и посильных задач за него. Гиперопекающие родители из-за собственной тревоги транслируют детям установку о том, что окружающий мир опасен. При гиперопекающем стиле воспитания родители не придают значения личному пространству ребенка. Также в ходе слияния родитель «присоединяет» ребенка к собственному эмоциональному состоянию и чувствам таким образом, что ребенок приучается игнорировать собственные ощущения и эмоции, нередко у него формируется выученная беспомощность. Во взрослом возрасте у личности развивается чувство вины из-

за желания сепарироваться от родителей и «построить» личную жизнь.

**Бесконтрольная смена эмоций, или «эмоциональные качели».** Проблема перепадов настроения родителя заключается в резком чередовании близости и отчуждения. Такой эффект может наблюдаться из-за наличия родителя пограничного расстройства личности и привести к тому, что ребенок в целях прогнозирования поведения матери или отца научится распознавать их настроение по едва заметным сигналам, будет пребывать в состоянии постоянного эмоционального напряжения [19].

### Заключение

Таким образом, эмоциональное насилие рассматривается нами как составляющая психологического насилия, специфика которого заключается в систематическом принудительном угнетающем воздействии агрессора на эмоциональную сферу жертвы, нарушающей согласованность между ее подлинными переживаемыми эмоциями, чувствами и их выражением. К эмоциональному насилию над ребенком можно отнести обесценивание эмоций и чувств, эмоциональный холод и игнорирование, запрет на выражение истинных эмоций, формирование чувства вины и стыда, запугивание, эмоциональное слияние вследствие ги-

перопеки и чрезмерного контроля, а также бесконтрольную смену эмоций, или «эмоциональные качели».

Последствиями эмоционального насилия могут быть отсутствие чувствительности к собственным эмоциональным сигналам, проблемы в установлении личных границ и соблюдении границ других людей, зависимость от окружения, самоизоляция и трудности с установлением близких межличностных отношений, блокирование чувственного удовольствия, хроническое чувство вины, стыда, выученная беспомощность, эмоциональное напряжение и враждебные чувства по отношению к родителям.

### Библиографические ссылки

1. Аптикиева ЛР. Последствия психологического насилия для разных возрастных категорий. *Вестник Оренбургского государственного университета*. 2020;1:6–13. DOI: 10.25198/1814-6457-223-6.
2. Журавлева ТМ. *Помощь детям – жертвам насилия*. Москва: Генезис; 2006. 112 с.
3. Орлов АБ. *Психологические аспекты насилия в семье*. Москва: Сфера; 2007. 214 с.
4. Зиновьева НО. *Психология и психотерапия насилия. Ребенок в кризисной ситуации*. Санкт-Петербург: Речь; 2003. 248 с.
5. Волков ЕН. Критерии и признаки психологического ущерба и психологического насилия. *Вестник Нижегородского университета им. Н. И. Лобачевского*. 2002;6:84–95. EDN: HRNRHN.
6. Ильин ЕП. Насилие как психологический феномен. *Вестник Герценовского университета*. 2013;1:167–173. EDN: QIVSLZ.
7. Нелюбова ЯК. *Помощь детям, пострадавшим от насилия в семье: правовые аспекты, тренинговые занятия, рекомендации*. Волгоград: Учитель; 2009. 171 с.
8. Афонькин ГП. Современные проблемы правового обеспечения уголовной ответственности за семейное (домашнее) насилие в России. *Полицейская и следственная деятельность*. 2013;3:175–181.
9. Садыков РМ. Насилие в семье: сущность и виды. *Международный журнал гуманитарных и естественных наук*. 2022;7-2:81–84.
10. Крайг Г, Бокум Д. *Психология развития*. Санкт-Петербург: Питер; 2005. 940 с.
11. Аверин ВА. *Психология развития человека: рождение и жизнь*. Санкт-Петербург: Спецлит; 2021. 432 с.
12. Заидова ГР, Андреева ИН. Эмоциональное насилие как форма психологического насилия в детско-родительских отношениях. *Вестник Магілёўскага дзяржаўнага ўніверсітэта імя А. А. Куляшова*. 2024;1:58–64. EDN: FXZICJ.
13. Черная АВ. Стратегии реагирования родителей на негативные эмоции и эмпатические реакции детей дошкольного возраста. *Российский психологический журнал*. 2022;19(2):161–173. DOI: 10.21702/rpj.2022.2.12.
14. Лайнен ММ. *Руководство по тренингу навыков при терапии пограничного расстройства личности*. Москва: И. Д. Вильямс; 2018. 336 с.
15. Мамедова ЕН, Мамедова ЕВ. Родительские директивы как источник психологических травм. *Управление образованием: теория и практика*. 2022;2:91–100. DOI: 10.25726/t4735-3616-8673-г.
16. Искусных АЮ. Алекситимия. Причины и риски возникновения расстройства. *Личность, семья и общество: вопросы педагогики и психологии*. 2015;15:59–68. EDN: TWNWHB.

17. Ли Кори Ж. *Мамина нелюбовь*. Москва: Эксмо; 2022. 400 с.
18. Стрип П. *Нелюбимая дочь*. Москва: Альпина нон-фикшн; 2021. 326 с.
19. Лоусон КЭ. *Матери с пограничным расстройством личности и их дети: как справиться с напряженностью, непредсказуемостью, непостоянством в отношениях с матерью*. Санкт-Петербург: Диалектика; 2021. 320 с.
20. Андреева ИН. *Эмоциональный интеллект как феномен современной психологии*. Новополюцк: Полоцкий государственный университет им. Евфросинии Полоцкой; 2011. 388 с.
21. Волкова ЕН. *Проблемы насилия над детьми и пути их преодоления*. Санкт-Петербург: Питер; 2008. 240 с.
22. Чередник ТВ. Влияние детско-родительских отношений на особенности развития и переживания чувства вины. *Шаг в науку*. 2020;1:80–83. EDN: QDOBRR.
23. Фурманов ИА. Моральная регуляция агрессивного поведения детей. *Психологический журнал*. 2010;1:26–32. EDN: ZUWNIX.
24. Фурманов ИА. *Психологическая работа с детьми, лишенных родительского попечительства*. Минск: Тесей; 1999. 160 с.

Статья поступила в редколлегию 01.06.2024.  
Received by editorial board 01.06.2024.