

ПСИХОЛОГИЧЕСКИ ПОСЛЕДИЦИ ПРИ ЖЕНИ, ПРЕЖИВЕЛИ ДОМАШНО НАСИЛИЕ

Красимира Ковачева¹

I. УВОД

Асоциация Анимус е неправителствена организация, която предлага психологическа и социална помощ за жени, юноши и деца, преживели насилие. Най-общо насилието се дефинира като **упражняване на действия насочени спрямо индивид или група индивиди, въпреки тяхната воля и заявено несъгласие**. Разграничаването на видовете насилие има за цел да облекчи разбирането на проблема. Физическото, сексуалното и емоционалното насилие най-често присъстват в обществения език. Други, по-специфични видове са домашното насилие и насилието на работното място. В действителност никоя форма не е самостоятелна - например сексуалното насилие почти винаги е придружено от физическа принуда, а насилието в дома предполага и емоционален тормоз.

Домашното насилие (ДН) се дефинира като **насилие срещу партньора или насилие в рамките на семейството**. Насилието може да е насочено към децата, членове на семейството или приятели на жертвата. В психодинамичен план домашното насилие винаги цели постигането на власт и контрол над жертвата. Психичната травма се определя като **всяко тотално неочаквано преживяване, което човек не е в състояние да асимилира**. Домашното насилие включва другите описани видове - сексуално, физическо и емоционално. Всеки, който се докосва до темата за насилието, прави това през своята нагласа към насилието и към преживелите насилие. В обществото съществуват социални митове, чиято задача е омаловажаване на насилието и виктимизиране на жертвата.

¹ *Координатор на Горещата телефонна линия за пострадали от насилие на Фондация Асоциация Анимус, докторант по Клинична психология.*

II. МИТОВЕ И РЕАЛНОСТ ЗА ДОМАШНОТО НАСИЛИЕ

1. Жените, претърпели насилие, са много малък процент. Не може точно да се определи броя на ясените претърпели насилие, тъй като този феномен както и изнасилването са престъпления, за които рядко се докладва. Оказва се обаче, че 20% - 50% от всички съпруги са малтретирани. Статистиката на Центъра за възстановяване на жени, юноши и деца, преживели насилие към Фондация "Асоциация Анимус" показва, че процентът на хора, потърсили помощ във връзка с ДН е най-висок. За миналата година 1565 души са потърсили подкрепа във връзка с такъв проблем, което е 73% от всички клиенти, обърнали се към програмите ни.

2. Насилственото поведение е ограничено само в слабо образовани семейства отпо-низши социално-икономически слоеве. Насилственото поведение се среща във всички социални слоеве. Неочаквано широко е разпространено сред полицаи, лекари и мъже с помагачи професии. (Според данни Южнокалифорнийска коалиция на малтретираните жени").

3. Жените провокират мъжете и заслужават да бъдат бити. Прилагането на насилие е непредвидимо и няма някакво значение това как се държи жената или какво казва; дали е пасивна или агресивна. Дори, когато прояви несъгласие, никой не заслужава да бъде бит за това.

4. Злоупотребата с алкохол е причина за насилието. Алкохолът наистина намалява контрола над агресивните импулси, но може да служи и като извинение за тяхното изпускане. 1/3 от насилниците не пият въобще, 1/3 имат проблеми с алкохола, но бият партньорките си и в трезво състояние и 1/3 от тях прибягват до насилие само когато са пияни.

Социалните митове имат свои задачи. Те дават възможност хората, които научават, знаят или подозират за насилие в семейството, да избегнат мъчителните преживявания, свързани с желанието да се промени ситуацията на жената. Тези митове се използват несъзнателно, за да бъде съхранена илюзията, че човек може да се справи с насилието сам и контролът върху насилието е в него. Те дават едно удовлетворително за страничните хора обяснение и ни спасяват от ужаса, че това може да се случи и на нас.

III. КАКВИ КОНКРЕТНИ ФОРМИ ИМА НАСИЛИЕТО?

1. Изолация

Поведението, целящо изолация, държи жената зависима от партньора си, сама, без възможност за помощ и подкрепа отвън. Изолиращите тактики включват невъзможност за потърпевшата да ходи на работа, училище, църква и други, да вижда семейството и приятелите си. Това се осъществява по различен начин, като: изключване на телефона, докато извършителят е въвн от дома. придружаване на жената навсякъде, отваряне на пощата ѝ, следене на телефонните ѝ разговори. Изолацията увеличава опасността за жената.

2. Финансов контрол

Прилагането на финансов контрол прави жената зависима от партньора и изключително уязвима. Примерите включват лишаване на съпругата от достъп до парите и информация за финансите на семейството, принуждаване на жената да проси и да моли за пари, отнемане на парите ѝ, забрана на жената да работи, управляване на спестяванията ѝ.

3. Заплашване

Заплашването се използва, за да събуди страх у партньорката, че ако не се подчинява, ще се случи нещо много лошо. Страхът може да продължава с дни и седмици, дълго след като е отминало физическото насилие. Тази форма на насилие включва сплашване на жената с жестове, премазване на вещи, чупене и късане на вещите на потърпевшата, нараняване или убиване на малки домашни животни, игра с огнестрелни оръжия, заплаха за убийство на жената и / или децата, заплаха за самоубийство. Много хора, живеещи в постоянна заплашителна ситуация се приспособяват, без да осъзнават степента на страха и риска.

4. Емоционална злоупотреба

Емоционалната злоупотреба лишава жената от самоувереност, кара я да раболепничи, прави я зависима и слаба. Това поведение включва унижаване и ругане на партньорката, дисквалифицирането ѝ пред семейството и приятели, обвиняване за това, което самият насилник не е направил както трябва и вменяване на чувството, че тя е глупава.

5. Физическа злоупотреба.

Физическата злоупотреба има за цел да накара пострадалата да направи това, което иска насилника. Той наказва жената за това, че е нарушила неговите правила и предизвиква у нея страх. Това поведение включва бутане, блъскане, удряне на жертвата с длан или с юмрук, нейното душене и горене.

6. Сексуална злоупотреба.

Сексуалната злоупотреба е силно унижителна. Много от жените, които са пострадали, се чувстват неудобно, когато говорят за сексуалните злоупотреби, извършени с тях. Много от жените са открили, че след определен период от време мъж, който е злоупотребявал физически и психически, става и сексуален насилник. Сексуалното насилие включва широк репертоар от поведения, включващи принуждаването на партньорката да прави секс по време и по начин, който не желае. Това може да бъдат и действия, които насилникът предприема, за да накара жената да се страхува за нейната сексуална безопасност или тази на децата ѝ.

7. Използване на децата за да се контролира или наказва майката.

Често мъжете, които упражняват насилие, заплашват, че ще навредят на децата, за да принудят майката да се подчини на изискванията им. Децата биват използвани и по други начини - например като "шпиони", които докладват на бащата къде е майка им. Понякога децата могат да бъдат принуждавани да свидетелстват или да бъдат участници в нападенията срещу майка им и те често чуват баща си да охулва майка им. Някои насилници системно подкопават авторитета на майката пред децата.

Понякога жената е толкова ограничена в контактите си с външни хора, че реално живее в ситуация на пленничество. В такава ситуация извършителят става най-могъщият човек в живота на жертвата и психологията на жертвата с времето се оформя от действията и убежденията на извършителя. Методите, които позволяват на едно човешко същество да контролира друго са впечатляващо консистентни. Описанията на методи за принуда, предоставени от бити жени, на деца, с които е било злоупотребявано и жени, принудени да проституират носят необичайни

сходства с тези на заложници, политически затворници и оцелели от концентрационни лагери.

8.Насаждане на ужас и безпомощност.

Разрушава се усещането за себе си във връзка с другите, предизвикващо патологична привързаност на жертвата към извършителя; физическо насилие; заплахи за смърт или сериозно нараняване, независимо дали към жертвата или към други; непредсказуеми изблици на насилие; непоследователно влизане в сила на тривиални изисквания и дребни правила.

9.Разрушаване на усещането за автономност у жертвата.

Контрол над тялото и телесните ѝ нужди; лишаване от храна, сън, подслон, лична хигиена и лично и пространство.

10.Изоляция.

Докато жертвата поддържа стабилни отношения с други хора, властта на насилника е ограничена; ето защо, той се стреми да я изолира. Той не само ще се опитва да забрани комуникацията и материалната подкрепа, но и ще се опитва да разруши емоционалните връзки на своята жертва с другите.

11.Превръщане в съучастник.

Последната стъпка в "разбиването на защитите" на жертвата не е завършена, докато тя не бъде принудена да предаде своите най-базисни връзки на привързаност, бъдейки свидетел или участвайки в престъпления срещу други.

Освен различни форми, ДН има и различна продължителност. В зависимост от продължителността са различни и цялостните последствия върху жената. Най-големите промени, които могат да настъпят в резултат от ДН са в сферата на отношенията.

IV. ПОСЛЕДСТВИЯ ВЪРХУ ЖЕРТВАТА В ОТНОШЕНЧЕСКИ ПЛАН

Тъй като жертвата е изолирана, тя става все по-зависима от извършителя, не само за базисни телесни нужди и такива, необходими за физическото оцеляване, но също и за информация и дори емоционално подкрепа.

1.Травматично свързване.

След установяване на такова ниво на контрол, извършителят става източник на утеха, така както и на унижение. Капризното даряване на малки жестове на внимание подкопава психологическите съпротиви на жертвата далеч по-ефективно, от колкото непрекъснатите лишения и страх. Продължителното ограничение под страх от смърт и в изолация съответно създава връзка на идентифициране на жертвата с извършителя.

2.Проблеми с инициативността и планирането.

Жени, които не са били напълно "разрушени" не се отказват от възможността за активно ангажиране с обкръжаващата ги среда. Напротив, те често подхождат към дребните ежедневни задачи с изключителна изобретателност и решителност. Но областта на инициативността все повече се стеснява в ограниченията, диктувани от извършителя. Жената вече не мисли как да избяга, а как да остане жива или как да направи пленничеството по-поносимо.

3.Пасивност и безпомощност.

Поради ограничаването на възможността за активно ангажиране със света, хронично травмираните хора често са описвани като пасивни или безпомощни. Продължителното пленничество подронва или разрушава обичайното усещане за относително сигурна среда, в която има известен толеранс за проба и грешка. За хронично травмираните хора, всяко независимо действие е непокорство, което носи риск от ужасяващо наказание.

4.Усещането, че насилникът все още присъства след спасяването.

Наложеното взаимоотношение, което обсебва вниманието на жертвата по време на пленничеството, става част от вътрешния ѝ живот и продължава да

владее вниманието ѝ и след спасяването. Тази продължаваща връзка може да приеме формата на:

- всепоглъщаща свръхангажираност с криминалната кариера на определени насилници или с по-абстрактни тревоги за непроверените сили на злото по света
- двойствено отношение: жертвата може да продължи да се страхува от бившия си похитител и да очаква, че той може да я залови, но може също да се чувства празна, обърквана и безценна без него.

5. Крайности във взаимоотношенията.

Дори и след спасяването, не е възможно просто да се възстановят отношенията с хората отпреди пленничеството. Точно както няма пространство за умерена ангажираност или поемане на риск за инициатива, така и няма пространство за умерена ангажираност или поемане на риск за взаимоотношение. Оцелелият подхожда към всички връзки като че ли са въпрос на живот и смърт, колебаейки се между интензивна привързаност и крайно отбягване.

Как човек се справя със ситуацията на насилие и последиците от него? – като използва защитни механизми. Всеки от нас прилага в нормалното си функциониране защитни механизми, за да се справи с тревожността. Те ни служат, за да съхраняваме усещането си за цялост и интегритет на аз-а, когато сме под напрежение. Те са част от нормалното човешко развитие. Защитните механизми имат две общи черти:

- о те се проявяват на несъзнавано ниво, така че не сме наясно с тяхното присъствие и въздействие;
- о те изопачават действителността, за да я направят по-малко заплашителна.

V. ЗАЩИТНИ МЕХАНИЗМИ, СЛЕД ПРЕЖИВЯНО НАСИЛИЕ

1. Разцепване.

То често се демонстрира като неспособност да се преживеят другите в тяхната цялостност. Хората се възприемат или като изцяло добри (идеализация) или като изцяло лоши (демонизация). Това се отнася както до човека, който упражнява насилие, така и до хората около жената, които се опитват да ѝ помогнат, независимо дали са професионалисти от различни области, или нейни близки. Жената и всеки друг, който

ползва този защитен механизъм, не може да толерира представа, която да съчетава и двете страни. Когато с жертвата е злоупотребено от някой, на когото има доверие и е зависима от него, се включва механизмът на разцепване. Така личността се справя с непоносимостта на това да зависи от някой, чиито действия се възприемат като зловредни и потенциално унищожителни. Хора, с които е злоупотребено, могат да преживяват и вътрешно разцепване. Трудно е да се поддържа усещане за себе си, което съчетава едновременно разрушени, насилени части и функциониращи и здрави части. Много жертви твърдят, че се колебаят между това да се възприемат като увредени и като здрави.

2. Проекция.

Този механизъм включва проектиране на нежеланите аспекти на аз-а върху другите. Тези аспекти често се възприемат като "негативни" (например агресията), но могат да бъдат и "позитивни". За хората, с които е било злоупотребено, са били допустими само ограничен набор от емоции. В ситуация на насилие тъгата може да се изтълкува като мелодрама, гневът като неподчинение и т.н. В допълнение качества, които напомнят за агресора като грубост, агресия, настойчивост и др. могат да отвратят жертвите, независимо, че като всеки човек и те ги притежават. Хората могат да проектират гнева си върху помагачите и да създадат представа, че те се държат гневно и осъдително с тях. При такива обстоятелства е важно да се прецени дали в действителност е имало гняв от страна на хората около жената, преди да бъде допуснато, че това е проекция от тях.

3. Отричане.

Този защитен механизъм е централен в работата със случаи на злоупотреба както по отношение на жертвата така и по отношение на извършителя. Той се отнася до процеса на отричане на болезнено преживяване. Хората, които са били подложени на насилие, често отричат това в стремежа си да избегнат болката, свързана със злоупотребата или въздействието, което би имало знанието за насилието върху отношенията им с хората. Отричането може да се проявява по много начини. Например клиентите отказват да чуят или постоянно забравят коментари или интервенции. Или пък с неохота определят опита си с насилие като такъв. Този механизъм е особено полезен, когато човек трябва да се справи с болезнени и непоносими преживявания. Той може да стане постоянна защита в смисъл, че клиентите започват да отричат всички прояви на злоупотреба, за да подържат илюзията, че с тях никога не са се случвали подобни ужасни неща. По този начин може да се наруши тяхната способност да се грижат за себе си като избягват неприятни ситуации. Нарушава се чувството им за самосъхранение, което се

основава на правилна преценка на реалността. Отричането се различава от подтискането, което засяга вътрешните състояния, по това, че се отнася към външната реалност, която се възприема като толкова заплашителна и болезнена, че не може да бъде разпозната.

4. Потискане и забрана.

Подтискането е процес при който намерения или импулси, които са неприемливи за личността преминават в несъзнаваното. С други думи ние нямаме осъзната представа за тях. Сам по себе си процесът на подтискане е несъзнавана реакция. Ефектът от забраната е подобен, но тя е осъзнат акт на волята ни, целящ да съхрани живота и функционирането ни.

Следователно клиентите не осъзнават подтиснатото съдържание, макар че консултантът може да започне да разпознава неговите прояви в поведението и функционирането на клиентите. За разлика от това, материалът, който е забранен е по-лесно достъпен. Например клиентите могат да отбягват определени места или дейности които им напомнят за преживяното насилие, без сами да разбират, че постъпват по този начин.

5. Съпротиви.

Съществува колебание между приемането и отричането на психичната травма. Това може да бъде обръквачо за консултанта. Често период на дълбинна работа може да бъде последван непосредствено от период на отричане. Клиентът изглежда недостъпен и се стреми да избегне тъгата, гневът и ужасът, които би преживял, ако допусне навлизане в територията на травматичното събитие. Това го кара да прибегва до по-стари защитни стратегии, които се описват като съпротиви. Клиентът престава да сътрудничи в терапевтичния процес. В подобна ситуация е важно консултантът да помогне на клиента да осъзнае съпротивите си, като ги посочи и интерпретира техния смисъл. Това понякога изглежда различно от стремежа на консултанта да бъде внимателен и нефрустриращ. Ако съпротивите не бъдат назовани, има опасност да се загуби терапевтичния смисъл. Защитните механизми често затрудняват разбирането на действията на жените.

VI. ЗАКЛЮЧЕНИЕ

Всеки, който се е сблъсквал с насилие от близо - преживяно от него самия, от негов близък или приятел, знае колко е трудно човек да се справи сам. Едно от най-важните неща за жените, преживели домашно насилие, са подкрепата и приемането на нейните чувства и решения. Много често се нуждаят от сигурно място, където да отидат (заедно с децата си), за да помислят какво да направят от тук нататък. Също - внимателно отношение към нея и грижи за нейното здраве. Хората, които се опитват да помогнат, могат да направят това като предоставят начини да намери точна информация за правата си. И най-основното, към което би трябвало да са насочени усилията на специалистите, е възстановяване на чувството за контрол над собствения си живот.