

ВИКТИМНОЕ ПОВЕДЕНИЕ: СПОСОБЫ ЗАЩИТЫ И ПРОФИЛАКТИКИ СИТУАЦИЙ СЕКСУАЛЬНОГО НАСИЛИЯ

VICTIMIZATION: WAYS OF PROTECTION AND PREVENTION OF SITUATIONS OF SEXUAL VIOLENCE

M. Arpentieva

Summary. The relevance of the themes of the Anna article due to the fact that the interest to victimization behavior in our country and abroad is quite high. Violence becomes the measure of social «development» increasingly frequent and varied, and people's need for preserving individual freedoms and privacy and security — is growing.

Therefore, this article describes the main methods of protection and prevention of situations of sexual violence in different situations

Keywords: victimization, violence, sacrifice, personal freedom, security of the person.

Арпентьева Мариям Равильевна

*Д.псих.н., доцент, Калужский государственный университет имени К. Э. Циолковского
mariam_rav@mail.ru*

Аннотация. Актуальность темы анной статьи обусловлена тем фактом, что интерес к виктимному поведению в нашей стране и за рубежом достаточно высок. Ситуации насилия становятся по мере социального «развития» все более частыми и разнообразными, а потребность людей в сохранении личностной свободы и приватности и безопасности — растет.

Поэтому в данной статье рассмотрены основные способы защиты и профилактики ситуаций сексуального насилия в различных ситуациях

Ключевые слова: виктимное поведение, насилие, жертва, свобода личности, безопасность личности.

Виктимология интересуется тем, как поведение и психологические характеристики жертвы влияют на развитие и исход криминальной ситуации, ситуации насилия. При этом основная тенденция, свойственная как научному, так и обыденному мышлению, заключается в том, чтобы рассматривать виктимное поведение: поведение жертвы, — отдельно от поведения агрессора или «преследователя». И чаще всего — как поведение лишённого собственной активности объекта, а не субъекта. Однако действительно серьёзный анализ этой проблемы связан с рассмотрением по крайней мере пары отношений: «жертва-преследователь». На самом же деле, помимо этих двух персонажей обыденных социальных драм разного уровня сложности и криминальности, во взаимодействии жертвы и её преследователя всегда: явно или не явно, — включено третье лицо. Этот некий наблюдатель или посредник («спаситель») представлен либо конкретным лицом, либо обществом в целом. Спаситель замыкает «треугольник власти», в который включены Жертва и Преследователь. Именно он является основным интерпретатором процессов, происходящих между жертвой и её преследователем. И именно ему мы обязаны столь распространённым и мифами о том, что:

- ◆ жертва всегда так или иначе провоцирует преследователя (ведут себя неосторожно, подсознательно стремятся реализовать свои «сексуальные» фантазии, открыто провоцируют преследователя),

- ◆ преследователя (особенно преследователя-маньяка) несложно распознать по специфическим поведенческим особенностям,
- ◆ преследователь — человек заслуживающий только наказания, но не сочувствия, или, —напротив, его нужно скорее пожалеть, попытаться понять, что (какая психическая травма) привело его на этот путь,
- ◆ жертву, которую испачкало прикосновение «насильника» следует пожалеть и т.д. (Агеев В.С., 1990, Кравцова О.А., 1999, Антонян Ю.М., Голубков В.П., Кудряков Ю.Н., 1990, Пайнз Д., 1997, др.).

За каждым из этих мифов часто стоит элементарный страх:

- ◆ оказаться на месте этой самой жертвы и быть лишённой возможности сопротивляться насилию, нежелание представлять и готовится к столь травматичному для каждого современного человека опыту, как опыт насилия («Со мной бы такого никогда не случилось»),
- ◆ быть осуждённым в ситуации, когда по той или иной причине человеку самому «придется» стать преследователем.

Исходя из этих представлений принимается решения:

- а) о необходимости спасения,
- б) способе спасения «жертвы».

Однако разделение людей на «преследователей» и «жертв» изначально заложено и закреплено в особенно-

стях языкового описания картины мира. Понятию «жертва», вопреки сознательной оценке ситуации насилия, часто оказываются семантически близки такие конструкты как «слабый», «испачканный», «тусклый», «пассивный», «женский», — то есть «плохой». Понятию «преследователь», напротив, — «сильный», «яркий», «активный», «мужской» — то есть, в конечном счете, «хороший».

Психологически грамотная позиция по отношению к насильнику, как это ни парадоксально, — попытаться понять его. Попытки жертвы понять свое собственное поведение, выявить, что именно в ее манере поведения и поступках вызывает агрессию и может провоцировать «преследователя» эффективны преимущественно в целях и на этапе профилактики ситуаций насилия. В момент нападения же основная задача, стоящая перед жертвой — правильно выбрать тактику поведения по отношению к нападшему. Как правило, именно правильный выбор стратегии поведения определяет результат встречи. Наиболее бесперспективной является ситуация, когда жертва оказывается полностью парализованной страхом и не способна контролировать не только действия насильника, но и свои собственные поступки.

Первое, что нужно помнить жертве это то, что насильник **не слушает ее**. Он слышит и увлечен только собой, своим, чаще всего довольно неприятным, разрушающим его веру в людей и доверие к себе, «сном». То, как, с какой стороны, преследователь нападает, помогает **определить** и **способы наиболее эффективной борьбы** с ним. Нападая, преследователь раскрывается, демонстрируя свои «слабые» и уязвимые места.

Однако самым эффективным способом является **уход от контакта, тех провокаций**, которые насильник создает, чтобы направить ваш с ним контакт по определенному и желательному для него сценарию. Для этого вам нужно постараться либо вовсе **не слушать насильника, вести себя** прямо противоположно тому, как это принято в обществе, и настолько **«странно и шокирующее»**, насколько вы можете. Либо вы можете **слушать: но — только факты**. Не обращайте внимания на оценки, которые преследователь дает вам, себе, другим людям, «безнадежности ваших попыток к бегству» и т.д..

Если же вы уже «попались» и убежать поздно, вы это отчетливо осознали, попытайтесь **осознать способ, с помощью которого вас загнали в ловушку**. В этой ситуации слушать его надо очень внимательно, обращая внимание на: **а) факты, б) способ их интерпретации**.

В любом случае это ослабит эмоциональный шок и позволит взглянуть на ситуацию более целостно и здраво, оценить возможные способы бегства и/или преобразования ситуации насилия.

Далее есть два возможных пути:

- а) использовать полученную информацию против «преследователя»,
- б) «подключившись» к насильнику, разделив на каком-то этапе его фантазии, уверенно изменить соотношение сил и саму ситуацию, изменив ход задуманного им сценария.

Однако довольно хорошо известно, что среди преследователей не так уж и мало людей с высокими умственными способностями. И жертву может ждать сюрприз: способ нападения, который транслирует насильник, может оказаться лишь способом вывести ее слабые места: чтобы эффективнее манипулировать вами. В этой ситуации отбрасывать ранее полученные данные не следует, нужно лишь попытаться заново их интегрировать. Попытки скрыть себя, разного рода **умолчания**, отражают нас подчас ярче, чем все сказанное и выраженное нами. Надо обращать особое внимание на темы, которых преследователь избегает, постоянно контролировать характер его ответов: искренен ли он, говорит ли он правду, или предоставил в распоряжение жертвы очередную маску.

В ряде исследований подчеркивается важность того, чтобы жертва имела представление о различных типах насильников. «Преследователей» можно разделить на ряд подтипов:

- ◆ тиран, характеризующийся изначальным подозрительностью и недоверием к людям и самому себе,
- ◆ «учитель», рассматривающий себя как человека исключительно свободного, «элитарную», утонченную личность,
- ◆ человек, боящийся всех и вся, практически постоянно находящийся в депрессивном состоянии, но тщательно скрывающий эти обстоятельства от других,
- ◆ «обычный», конформный субъект, имеющий ряд «извиняющих» вспышки насилия обстоятельств (алкоголь, наркотики, профессиональные или семейные трудности, стрессы и т.д.).

В отношении ситуаций, когда преследователь выходит за рамки законных действий выявлено два наиболее часто встречающихся в реальной практике и на страницах научных исследований типа. К первому типу относятся лица, которым свойственны сниженный порог фрустрации, недостаточная эмоциональная устойчивость, импульсивность, легкость актуализации чувства враждебности и агрессивных тенденций. Вследствие этого значительный класс ситуаций, расцениваемый большинством людей как эмоционально нейтральные, воспринимается ими как личностно значимые, остро

конфликтные, требующие немедленного активного участия.

Их жизнедеятельность протекает в поле конфликтного противостояния, в результате чего установки на конфронтацию, деструктивное взаимодействие являются постоянно активизированными, а насильственное разрешение периодически воспроизводящихся конфликтов становятся привычными, стереотипизированными и наиболее отработанным способом их реагирования. При этом отмечается сниженная способность этих субъектов к объективному анализу конфликтов и причин их возникновения, характера и особенностей собственной роли в нем. Ввиду присущей им склонности к непосредственному отреагированию возникающих агрессивных тенденций конфликтные ситуации, как правило, не носят затяжного характера, отличаются кратковременностью протекания, эти люди как бы «переходят» из одного конфликта в другой в ответ уже на новый раздражитель.

Второй тип образуют лица, для которых характерны аффективная ригидность, склонность к фиксации на препятствии, обидчивость, злопамятность. В силу этих свойств возникает повышенная «предрасположенность» к попаданию в длительные психотравмирующие конфликтные ситуации, для адекватного разрешения которых у этих лиц не имеется достаточных личностных ресурсов. При этом осуществляемая ими активность, формально направленная на конструктивное разрешение ситуации, из-за указанных личностных особенностей фактически является непродуктивной, представляет собой тиражирование негибких, стереотипных («лобовых») приемов — не выходящих за рамки конфликтов, не ведущих к их объективному разрешению. В этих случаях собственные усилия расцениваются как единственно возможные и оптимальные, отмечается значительное снижение способности к поиску альтернативных нестандартных способов преодоления фрустрирующих обстоятельств, а реалистичность оценки предпринятых действий, позиции другого участника конфликта и всей ситуации в целом значительно падает. При дальнейшей эскалации межличностного противостояния рассогласованность объективного развития событий и личностных ожиданий может привести к резкому нарастанию эмоционального напряжения с последующим аффективным агрессивным взрывом.

Каждый тип насильника обычно стремится выбрать определенный тип жертвы. Особенности кадого из типов могут подстказать оптимальные способы профилактики нападений со стороны кадого из типов и конкретные меры защиты в ситуации нападения.

В. П. Илларионов (1993) отмечает, что в ситуации переговоров и обыденном деловом взаимодействии пси-

хологическое обеспечение безопасности делового общения предполагает:

1. Знание основных психологических мотивов обращения людей с лицами, создающими экстремальную ситуацию: а) личностных: эмоциональных, невротическо-психопатологических и корыстных; б) политико-идеологических,
2. Знание рекомендаций по ведению переговоров с кадогой из групп лиц, создавших экстремальную ситуацию, ситуацию насилия.
3. Одной из важных задач в рамках рассмотрения проблем безопасности является воспитание «личности безопасного типа» (В. Сапронов (по Пацакула И. И., 1999)). Личность безопасного типа способна не только выжить в опасных ситуациях сама, но и помочь выжить окружающим.

В любой ситуации альтернативой манипуляции остается творческая манипуляция: осознанное и умелое стремление к нарушению ритуалов обыденного профессионального и интимно-личностного взаимодействия, рефлексия тех «иррациональных верований» и «мифов», которыми в изобилии пропитано наше повседневное общение.

Особый тип насилия представляют собой ситуации, в которых само насилие является для насильника всего лишь средством получения возможно более полного контроля над всеми поступками и сознанием другого человека (для чего, например, предназначена всем известная «техника промывки мозгов»). В этом случае противостоять насильнику, методично и постоянно воздействующему на человека, достаточно сложно. Но не невозможно. Важно понимать, что любой навязываемый вам поведенческий ритуал, вопреки распространенному мнению о том, что можно контролировать тело, не контролируя душу,— позволяет, как, например, показали результаты эксперимента Ст. Милграма (1963, 1965, 1974 и др.), воздействовать на вашу личность в целом (ibid. Myers D., 1993 и др.). Цель насильника — а) для начала просто заставить вас говорить и что-то делать, б) затем — говорить и делать что-то определенное, в чем и состоит его истинная цель. Яркой иллюстрацией служат фашистские концлагеря: превратить человека в животное, предмет и заставить его поверить в собственную «предметность». Именно поэтому, как свидетельствуют В. Франкл (1990) и ряд других исследователей), в застенках концлагерей выживали не столько физически сильные и крепкие люди, сколько люди, хорошо ориентирующиеся в собственном духовном мире, способные осознавать реальные цели других людей, с развитой рефлексией.

О значении насильно навязываемых людям убеждений свидетельствуют воспоминания бывших узников

фашистских концлагерей. Они рассказывают, что охранники изо дня в день внушали узникам, что у них нет никакой надежды на освобождение, и лишь смерть может открыть дверь лагеря. В конце концов, многие заключенные начинали испытывать чувства безнадежности и беспомощности, что приводило к их быстрой гибели.

Общее правило выживания таково: чтобы выжить в той или иной ситуации, нужно ее изучать. Чем напряженнее, серьезнее и травматичнее ситуация, в которую попал человек, тем большие усилия требуется приложить к осознанию происходящего. Но осознание актуально происходящего важно всегда. С одной стороны, даже повседневное и иногда практически незаметное даже самой жертве насилие может привести к целому ряду деструктивных для ее личности последствий. С другой стороны, осознание — важное условие психологического здоровья человека вообще. Оно обеспечивает внутреннюю конгруэнтность, целостность субъекта, дает возможность человеку развиваться. Для того, чтобы человек был здоров, страх знания не должен быть сильнее «воли к смыслу» и «потребности в знании» (Маслоу А., 1997, Мей Р., 1997, Роджерс К., 1991, 1994, Цвейг С., 1993, Хохряков Г. Ф., 1990, Maslow А., 1963 и др.).

В ситуации, когда момент насилия уже позади, и вам нужно «выбираться», попытайтесь определить те иррациональные предпосылки, которые лежат в основании ваших оценок происшедшего, оценок и переживаний ваших близких. Особенно важным это является в наших условиях: жертва сексуального насилия, например, доказывая сам факт изнасилования и пытаясь привлечь насильника к ответственности, неизбежно сталкивается с «вторичной виктимизацией». Вторичная виктимизация является результатом необходимости давать отчет, рассказывать о происшедшем, участвовать в ситуации допроса и опознания и т.д. (О. А. Краснова, 1999)

Конструктивная переработка деструктивного опыта требует соблюдения ряда условий: а) **необходимость «помнить себя»:** сознавать реальные причины своих поступков и реальные переживания, б) способностью к **трансформации страдания: возрастания** терпимости к абсурдности некоторых фрагментов своей жизни, со способностью преодолевать ту боль, которая прежде была невыносимой, смотреть поверх боли.

- ◆ Боль помимо того, что доставляет удовольствие преследователю, доказывая ему, что он обладает над вами контролем,
- ◆ служит для того, чтобы заставить вас перестать думать, ограничить возможный спектр ваших переживаний чувством вины и неполноценности.

Сохранить себя в этой ситуации значит:

- а) отмежеваться от переживаний преследователя,

- б) разграничить себя и собственную боль для того, чтобы попытаться осмыслить ее.

Существует ряд **техник, облегчающих противостояние насильнику и экстремисту в повседневном деловом и личностном общении.** Приведем одну из них в виде тренингового упражнения (Жуков Ю. М., Петренко А. Е., 1995).

Все члены тренинговой группы разделяются инструктором попарно.

Каждая пара получает возможность проведения диалога с использованием наушников и микрофонов без визуального контакта. Остальные члены группы контролируют ход развития диалога также без визуального контакта с говорящими.

Участник тренинга, исполнявший роль «экстремиста» получит фиксированное задание на уровне алгоритма (заставить партнера согласиться с выдачей денег в определенное время, определенную сумму, на определенных условиях). Второй участник получает инструкцию на ведение диалога таким образом, чтобы изменить условия, навязываемые «экстремистом» или затян timer ведения переговоров на определенное время.

Второй участник тренинга также получает инструкцию на запоминание характерных признаков голоса и речи «экстремиста», а также сопровождавших диалог фоновых звуков для дальнейшей фиксации этого в специально разработанной памятке.

Памятка участникам

Некоторые контрмеры против недобросовестных приемов в деловом общении:

- ◆ задайте вопрос;
- ◆ пропускайте некоторые враждебные замечания мимо ушей;
- ◆ используйте враждебные замечания в положительных целях;
- ◆ записывайте сказанное;
- ◆ раскройте их тактику, показав им, что вы ее поняли;
- ◆ попросите их изложить то же самое позитивно;
- ◆ говорите спокойно;
- ◆ прибегайте к юмору;
- ◆ меняйте направление;
- ◆ согласитесь обсудить это позднее;
- ◆ попросите перерыва;
- ◆ «покажите мне, почему это справедливо»;
- ◆ «пожалуйста повторите, как вы услышали мои слова»;
- ◆ «можем мы обсудить это наедине?».

Еще одно упражнение — «Техника отказа».

Участники делятся на две одинаковые по численности группы и рассаживаются друг против друга. Участники одной группы должны придумать какое-нибудь деловое предложение, и сообщить его своему партнеру. Партнер же должен ответить отказом, причем сделать это нужно трижды,

- ◆ первый раз сказать: «Нет, потому, что...»,
- ◆ второй раз: «Да, но...»,
- ◆ в третий раз: «Да, если Вы...».

Продуктивность данной техники связана с тем, что она дает возможность включить в речевую ткань диалога любые шаги в сторону разрешения конфликта. Особое значение при этом имеет подчеркивание мужских эталонов поведения, чести, достоинства, верности данному слову и т.д. .

Необходимо умело использовать важнейший инструмент адаптивного поведения, глубоко заложенный в инстинктивную структуру психики человека — страх, неподвластный зачастую словесно-логическому мышлению, находящийся в «нижних этажах» мозга. Страх, как осознание ответственности за свои действия.

Испытанным приемом получения психологического выигрыша является использование возможностей рефлексии - «поставить себя на место лица, создающего экстремальную ситуацию». Понять «изнутри» другого — ход его мыслей, эмоции страха и ожидания, уверенность в одном и радость в другом -означает уже известную степень управления поступками другого человека.

Л.Б. Филонов выявил шесть стадий, значимых для сближения в условиях затрудненного общения, которые представляют законченные циклы формирования отдельных образований у каждого участника взаимодействия (по Петренко А. Е., 1995). В их основе лежит частная готовность к принятию воздействия, «удовлетворение индивидуальных ожиданий» по пути к «достигающему» воздействию. Это стадии:

1. накопления согласий;
2. поиска совпадения интересов;
3. принятия принципов и свойств личности, предлагаемых для общения;
4. выявление характеристик, опасных для общения;
5. индивидуального воздействия и регуляции поведения;
6. выработки общих правил и взаимодействия.

На основании практики специалистами выработаны некоторые рекомендации по поведению и аргументации ведущего переговоры с лицами, создающими экстремальную ситуацию, например, в общении с террористами.

Для снятия напряженности и создания обстановки благоприятной для ведения переговоров важны:

- ◆ выражение внимания и серьезности при изложении первоначальных требований, даже если некоторые из них неприемлемы;
- ◆ демонстрация спокойствия, позволяющего сделать вывод, что решительные меры приниматься в данный момент не будут;
- ◆ внушение уверенности в благоприятном исходе, в случае, если будут соблюдаться договоренности сторон;
- ◆ детальное обсуждение требований лиц, создающих экстремальную ситуацию, показывающее, что все они оцениваются с точки зрения возможности их выполнения;
- ◆ отсутствие эмоциональных оценок и слов типа «бандиты», «возмездие», «негодяи» и пр.

Для установления психологического контакта:

- ◆ персонифицировать участников переговоров, назвать себя и попросить как-то представиться другую сторону.
- ◆ попытаться подстроиться под лексический строй другой стороны, вести диалог на доступном для нее уровне;
- ◆ апеллировать к проявлению положительных качеств личности — проявление гуманности к заложникам, показать, что от этого зависит ход переговоров;
- ◆ в какой-то удобный момент в уместной форме проявить сожаление, что пришлось прибегать такому способу действий.

Для получения информации о лицах, создающих экстремальную ситуацию:

- ◆ стремиться к личному контакту в начале переговоров или на каком-то этапе, принимая в расчет и вопросы собственной безопасности;
- ◆ задавать вопросы, требующие развернутого ответа, стимулировать к обсуждению всех возможных проблем;
- ◆ внимательно слушать и желательно документировать с помощью технических средств;
- ◆ анализировать особенности речи и голоса, интонацию, паузы, акцент, а также, если есть возможность обращать внимание на жесты, мимику и другие невербальные параметры общения;
- ◆ постараться оценить психическое состояние лиц, создающих экстремальную ситуацию, наличие стресса, степень контроля над собственным поведением, логичность и связность мышления.

Для убеждения и аргументированного изложения позиции:

