

**Аптикиева Л.Р.**

Оренбургский государственный университет, г. Оренбург, Россия

E-mail: aptikieva@inbox.ru

## **ПОСЛЕДСТВИЯ ПСИХОЛОГИЧЕСКОГО НАСИЛИЯ ДЛЯ РАЗНЫХ ВОЗРАСТНЫХ КАТЕГОРИЙ**

Увеличение количества жертв психонасилия, оказывающего психотравмирующее воздействие на личность, вызывающее эмоциональное напряжение, состояние стресса, дискомфорта, депрессию обуславливают необходимость изучения последствий психонасилия для разных возрастных категорий. Выделяется три категории проявлений психонасилия: вербальная агрессия, доминантное поведение, проявления ревности – которые по-разному влияют на жертву насилия. Нарушения, развивающиеся после пережитого психонасилия, затрагивают все уровни функционирования индивида и приводят к устойчивым личностным изменениям. Цель исследования: выявление последствий психонасилия для разных возрастных категорий.

Проведенное мною теоретическое исследование последствий психонасилия для разных возрастных категорий позволило выделить специфические особенности последствий для разных возрастных категорий. Последствия для детей: нарушения сна; гиперреактивность; нарушения памяти и концентрации внимания; раздражительность; резкое снижение успеваемости в школе; смена мировоззрения; возникновение множества комплексов; низкая самооценка; дезадаптация; проблемы со здоровьем (возникают различные заболевания); сложность в построении отношений; задержки в развитии (умственном, эмоциональном, речевом); постоянный стресс, страх, ожидание опасности; склонность к суициду, к ведению асоциального образа жизни. Последствиями психонасилия у взрослых являются расстройства психологического и физического характера: нарушения сна; нервные срывы; раздражительность; депрессия; тревожность; трудности с концентрацией внимания; панические состояния, инфаркты; потеря чувства собственного достоинства; снижение самооценки; нарушение социальных отношений; снижение уровня производительности труда.

Последствия психонасилия для разных возрастных категорий различны, общим является то, что нарушения затрагивают все уровни функционирования человека, приводят к стойким личностным изменениям.

Ключевые слова: насилие, психологическое насилие, эмоциональное насилие, возраст, психотравма, моббинг, агрессор.

Для цитирования: Апткиева, Л.Р. Последствия психологического насилия для разных возрастных категорий / Л.Р. Апткиева // Вестник Оренбургского государственного университета. – 2020. – №1(224). – С. 6–13.

**Aptikieva L.R.**

Orenburg state university, Orenburg, Russia

E-mail: aptikieva@inbox.ru

## **PSYCHOLOGICAL VIOLENCE CONSEQUENCES FOR DIFFERENT AGE CATEGORIES**

An increase in the number of victims of psycho-violence, which has a traumatic effect on the personality, causing emotional stress, stress, discomfort, and depression, necessitates studying the consequences of psycho-violence for different age categories. Three categories of manifestations of psycho-violence are distinguished: verbal aggression; dominant behavior; manifestations of jealousy that affect the victim of violence in different ways. Violations developing after the experienced psycho-violence affect all levels of an individual's functioning and lead to sustainable personality changes. Objective: to identify the consequences of psycho-violence for different age categories.

My theoretical study of the consequences of psycho-violence for different age categories made it possible to identify specific features of the consequences for different age categories. Consequences for children: sleep disturbances; hyperreactivity; impaired memory and concentration; irritability; a sharp decline in school performance; change of worldview; the emergence of many complexes; low self-esteem; maladaptation; health problems (various diseases occur); difficulty in building relationships; developmental delays (mental, emotional, speech); constant stress, fear, expectation of danger; suicidal tendency, asocial lifestyle. The consequences of psycho-violence in adults are disorders of a psychological and physical nature: sleep disturbances; nervous breakdowns; irritability; depression; anxiety; difficulty concentrating; panic conditions, heart attacks; loss of self-esteem; decreased self-esteem; violation of social relations; decrease in labor productivity.

The consequences of psycho-violence for different age categories are different, the general thing is that violations affect all levels of a person's functioning and lead to persistent personality changes.

Key words: violence, psychological violence, emotional violence, age, psychological trauma, mobbing, aggressor.

For citation: Aptikieva L.R. Psychological violence consequences for different age categories. *Vestnik Orenburgskogo gosudarstvennogo universiteta*, 2020, no. 1(224), pp. 6–13.

Физическое насилие – тема достаточно обсуждаемая в обществе, тогда как случаи насилия эмоционального – психологического, не вызывают такого общественного резонанса. Между тем, психонасилие бывает не менее, а порой и более опасно, чем насилие физическое. Часто этот вопрос обсуждается в связке с домашним насилием, от которого по статистике чаще страдают женщины. Тем не менее, между этими явлениями нельзя ставить знак равенства. Эмоциональное насилие может исходить от знакомых, начальников или коллег. Не всегда получается порвать все связи и сбежать из таких отношений – иногда жизнь заставляет сталкиваться с токсичным человеком постоянно. При этом часто жертвы психонасилия не всегда опознают совершённые в отношении них действия как насилие.

Цель исследования: выявление последствий психонасилия для разных возрастных категорий. Задачи исследования 1) проанализировать проблематику психонасилия; 2) рассмотреть виды и последствия психонасилия для детей и взрослых; 3) составить описание психологического состояния жертвы.

Психонасилие (эмоциональное, моральное) приводит: к психотравме, тревожности, состоянию депрессии, посттравматическому стрессовому расстройству. Проявляется в ситуациях, в которых присутствует дисбаланс власти (травля на рабочем месте, травля детей).

К психонасилию относятся действия, которые разрушают или уничтожают положительные нравственные чувства, качества личности, её поведения, самоуважение, чувство собственного достоинства. Психонасилие – это унижение, обесценивание человека, его личности, ограничение его прав; это психологические злоупотребления, притеснения.

Осуществляется посредством подавления жертвы, индивидуального и публичного унижения, отвержения, манипулирования, демонстрации власти, скрытого или явного запугивания, пренебрежения, игнорирования, преднамеренного принижения компетентности, самооценки, уверенности жертвы в себе.

Психонасилие нередко проявляется в детской среде (преимущественно подросткового возраста) порождая многочисленные конфликты; присутствие психонасилия зависит от нравственной воспитанности и культурных традиций.

Согласно шкале конфликтных тактик, которая используется во многих исследованиях, выделяется порядка 20 проявлений психонасилия, которые объединены в три более общие категории: вербальная агрессия (высказывания с целью вызвать у жертвы обиду или раздражение); доминантное поведение (например, ограничение или запрет общения человека с его родными, друзьями); проявления ревности (например, беспочвенные обвинения в супружеской измене).

К проявлениям психонасилия относят прежде всего действия, которые направлены на самооценку и самоуважение жертвы (оскорбления, унижения, критика); угрозы причинения физического вреда (себе, детям, жертве); уничтожение личных вещей жертвы; убийство домашних животных; насильственную изоляцию жертвы от семьи и/или друзей.

Многие авторы говорят о том, что в отличие от сексуального и физического насилия, инцидент, носящий единичный характер, не является психонасилием. Этот вид насилия характерен формированием психоклимата или поведенческого паттерна, и важный компонент для выявления психонасилия – это его повторяющийся, систематический характер. Оно может быть неосознанным или намеренным, но это всегда не единичный случай, а длительное поведение.

Самой серьезной формой психонасилия является психологическая пытка, она запрещена Конвенцией ООН против пыток в 1984 году.

Проблематика психологии насилия – достаточно обширная область, интенсивно разрабатывается в мировой психологии в работах Д. Левинсона, Дж. Кобринна, Д. Финкелхора, Д. Иваниека, К. Брона, Р. Лэнга, Э. Миллера и др.

В отечественной психолого-педагогической науке проблематика психологии насилия является относительно молодой, разрабатываемой в трудах Сафронова Т.Я., Соколова Е.Т., Цимбал Е.И. и др.; до настоящего времени не существует единого видения данной проблемы; не сложился полноценный как терминологический, так и концептуальный аппарат.

В англоязычных источниках основными терминами в области психологии насилия являются такие собирательные понятия, как «abuse» (переводится как оскорбление, жестокое обращение, эксплуатация, совращение) и «neglect»

(пренебрежение, игнорирование, отсутствие заботы).

С.И. Ожегов дает следующее определение насилия – «применение физической силы и принудительное воздействие в отношении кого-нибудь». Главное, на чем надо сделать акцент в этом определении – принудительное воздействие. К последнему относится притеснение жертвы (несправедливое ограничение свободы) и незаконность (нарушение, отсутствие законности, попирающие права и свободы человека).

Анализируя отечественную литературу по данной проблематике, можно отметить, что насилие преимущественно рассматривается как реальное или выраженное в форме угрозы преднамеренное применение физической силы или власти против конкретной личности, социальной группы; приводит к негативным последствиям, наносит вред. Ключевым моментом – «преднамеренное нанесение вреда». Главная цель насилия – заставить жертву испытать определенное чувство (унижение, страх) или совершить определенное действие, поступок против желания.

Необходимо различать акт внешнего воздействия и его восприятие объектом – как насилие. Воздействие, которое со стороны кажется насилием, может не восприниматься объектом как таковое, поскольку зависит от субъективного восприятия физических или психологических воздействий на себя. Если воздействия идут против желаний объекта сохранять свою телесную и моральную целостность – объект расценивает их как насилие. Парадоксально, но даже проявление родителями ласки в отношении своего ребенка, может расцениваться им как насилие и вызывать протест.

Итак, психонасилие – это периодическое длительное или постоянное психическое воздействие на жертву, вызывающее психотравму или приводящее к формированию у жертвы патологических свойств характера, тормозящее развитие личности.

Иногда из психонасилия выделяют психическое насилие – воздействие на психику человека путем запугивания, угроз, с целью сломить его волю к сопротивлению, к отстаиванию своих прав и интересов. Однако с точки зрения объекта насилия, такое разделение не совсем адекватное, поскольку при физическом

и сексуальном насилии человек испытывает и психонасилие. Поэтому необходимо признать, что с психологической точки зрения чисто физического и сексуального насилия не бывает.

Орлов А.Б. рассматривает психонасилие как преднамеренное манипулирование взрослыми ребенком как объектом, игнорирование его субъектных характеристик (свободы, достоинства, прав и т. п.); либо разрушающее отношения привязанности между ними, или, наоборот – фиксирующее эти отношения и приводящее к различным деформациям и нарушениям психического (поведенческого, IQ, эмоционального, волевого, коммуникативного, личностного) развития [4].

Пономарева И.М. говорит о том, что насилие – это применение индивидом или группой различных форм принуждения с целью приобретения или сохранения господства, в том числе психологического, завоевания прав и привилегий [5].

Малкина-Пых И.Г. говорит о том, что под понятие «насилие» попадает любой поступок, любой способ поведения, основная цель которого – управлять мыслями, чувствами, поступками другого, против его желания, воли [3].

Рассмотрим психологическое насилие над детьми и взрослыми и последствия насилия.

Примерами, видами психонасилия над детьми являются:

1. Запугивания, шантаж, угрозы (когда родители грозятся выкинуть или отобрать любимые игрушки, если ребенок не сделает того, что родителями велено, или когда угрожают расправой физической за тот, или иной проступок высказываниями по типу: «Только попробуй, я на тебе живого места не оставлю»). Ребенок чувствует себя в безопасности только в семье, с такими угрозами он не будет чувствовать себя защищенным. Нередко родители говорят, что они еще добрые, рассказывая, как их наказывали в свое время, манипулируя ребенком, заставляя чувствовать свою вину ребенком еще глубже.

2. Холодность, игнорирование, отчужденность – родители отталкивают ребенка, когда ребенок хочет их обнять и поцеловать. В ответ на слова «Я тебя люблю» они молчат или говорят фразы по типу: «Если бы любил, вел бы себя нормально», «не мешай, у меня дела» и т. д. Игнори-

рование ребенка заключается в том, что родители не спрашивают как у него дела, что произошло с ним за определенный период, куда он ходил, о чем он может переживать. На просьбы ребенка о помощи родители реагируют отказом, ссылаясь на тот факт, что ребенок уже большой, и надо быть самостоятельным. Или отговариваются, говоря о своей занятости. Тут же имеет место равнодушное отношение родителей к асоциальному поведению ребенка: употребление наркотиков, алкоголя, жестокость, аморальное поведение. С помощью этого поведения ребенок желает добиться, чтобы на него обратили внимание, а в итоге не получается сделать это таким способом. Также сюда относится выражение «делай, что хочешь» и уход родителей в режим молчания, пока ребенок в слезах не будет просить прощения и ждать, что родитель заговорит, чтобы получить облегчение.

3. Предъявление требований, неадекватных возрасту, и сравнение с другими детьми. Некоторые взрослые полагают, что дети должны соответствовать определенной модели поведения, которую сами нафантазировали – модели «идеального ребенка», или «ребенка по образцу» (например: детей знакомых). Как правило, в таких ситуациях родители забывают о желаниях ребенка и о том, что все люди разные, со своими особенностями и задатками, каждый раз приводя в пример другого ребенка.

4. Ложь, невыполнение обещаний, двуличность. Родители лгут ребенку, тем самым манипулируя его мыслями и желаниями. К примеру, они выдумывают небывлицы о том, как хорошо они себя вели в возрасте ребенка, или что услышали где-то, как его обсуждают соседи, как ребенок плохо поступил. Также сюда относится поведение родителей, которое различается в зависимости от ситуации (например, дома они тираны, а при людях – самые любящие родители).

5. Изоляция ребенка: сюда относится запрет выходить дальше дома самостоятельно, ходить гулять, покидать комнату. Или же родители не ограничивают ребенка пространством, однако запрещают общаться с ровесниками или вообще с кем-либо кроме самих себя. Мотивируются такие меры со стороны родителей тем, что они хотят защитить его от плохой компании.

6. Оскорбления, унижение, высмеивание. Это самая распространенная форма психоло-

гического (эмоционального) насилия. Ребенка обзывают, говорят ему, что он – обуза, проклятье, никому не нужен. Часто (в воспитательных целях) родители начинают прилюдно оскорблять своего ребенка, припоминая ему все его ошибки и грехи и говорить, какой он плохой и неблагодарный ребенок.

7. Гиперопека – самый неочевидный и страшный вид психологического насилия по своим последствиям. Ребенка можно перелюбить и испортить ему жизнь. Когда мама лучше знает, что хорошо, и решает за него; когда не дают волю на действия и на открытия, поскольку мир такой опасный и может навредить; когда выбирается круг друзей, увлечения, интересы – мама чрезмерно опекает, превращает в марионетку для воплощения своих подсознательных желаний, создания лучшей версии себя [1], [2].

Впоследствии у ребенка, подвергающегося систематическому психонасилию, развивается модель образа жизни жертвы и формируется состояние «готовности» повторять её в своей взрослой жизни. Чертами психологического состояния жертвы являются:

1) искаженный образ Я, обвинение себя за произошедшее; снижение чувства собственного достоинства и ценности;

2) высокое чувство страха и беспомощности, мир воспринимается как очень опасный, неопределенный и всегда присутствуют двойные стандарты;

3) открытость и очень хрупкие границы собственного Я, неспособность вовремя определить формы насилия; неспособность установления пределов и ограничений;

4) депривация основных базовых потребностей (любовь, принятие, понимание);

5) повышенный синдром эмоциональной зависимости (созависимости): присутствует страх потерять объект привязанности, неуверенность в себе и в других;

6) подавление или обесценивание собственных чувств и переживаний, нарушение способности наслаждаться жизнью, нарушение способности к установлению эмоциональной близости, синдром «аффективной тупости» (нет чувства общности с коллективом, присутствует чувство неспособности строить отношения нормальной эмоциональной привязанности, отвер-

жение других и себя в том числе). Нарушения, развивающиеся после пережитого психонасилия, затрагивают все уровни функционирования человека и приводят к стойким личностным изменениям не только у людей, непосредственно его переживших, но и у окружающих его (например, у членов семьи) [6], [7].

Одним из наиболее распространенных последствий насилия, пережитого в семье, является посттравматический стресс для которого характерно постоянно повторяющееся переживание травматического события. Сюда можно отнести повторяющиеся, насильственно прорывающиеся воспоминания о произошедшем, несмотря на попытки жертвы забыть о насилии. К симптомам посттравматического стресса относятся: нарушения сна; гиперреактивность; нарушения памяти и концентрации внимания; раздражительность; злоупотребление психостимулирующими веществами (преимущественно проявляется у взрослых в употреблении алкоголя и наркотических веществ).

Человек, находящийся в состоянии посттравматического стресса, живет в очень сильном напряжении, ожидая повторения ситуации. Это напряжение оказывает большое влияние на повседневную жизнь. У ребенка может наблюдаться резкое снижение успеваемости в школе.

Также следствием перенесения психотравмы у ребенка, может быть смена мировоззрения, когда на смену одним иллюзиям приходят другие, вместо убеждения о том, что мир гармоничен и в основе своей справедлив, возникает убеждение, об опасности и непредсказуемости, где жить не безопасно. В результате ребенок никому не может рассказать о случившемся.

Рассмотрим школьное психонасилие – вид насилия, при котором имеет место применение силы (не носящей физический характер) между детьми или учителями по отношению к ученикам, и в нашей культуре – учениками по отношению к учителю. Это эмоциональное насилие направлено на ухудшение психологического благополучия жертвы; вызывает у последней эмоциональное напряжение, чувство унижения, снижение самооценки. Виды школьного психонасилия: присвоение оскорбительных кличек, насмешки, систематические замечания, необъективные оценки, высмеивание, унижение в присутствии других, изоляция в классе, оттор-

жение, отказ от общения с жертвой (отказ сидеть за одной партой, вместе заниматься и т. д.). Последствия: возникновение множественных комплексов, снижение самооценки, самоуважения, нарушения адаптации, возникновение ряда заболеваний – проблемы со здоровьем.

Рассмотрим последствия психонасилия над взрослыми. Психонасилие, совершаемое в домашних условиях – комплексный вид насилия; представляет собой повторяющийся цикл словесного, физического, эмоционального, духовного и экономического оскорбления, имеющего тенденцию к возрастанию частоты, с целью запугивания жертвы, установления контроля над жертвой, внушения ей чувства страха. Явление достаточно распространенное во всем мире, затрагивает все слои населения.

О семейном психонасилии говорят тогда, когда факты жестокого и грубого обращения оказываются не единичными, случайными и ситуативными, а носящими систематический, регулярный, повторяющийся характер. Специфика семейного насилия в том, что оно приобретает всеобщий, генерализованный характер – насильник ущемляет свою жертву по многим параметрам. По статистике, женщины чаще мужчин становятся жертвами семейного психонасилия. Парадоксально, но зачастую женщина, живущая в ситуации насилия, даже и не догадывается о том, что эта ситуация – является психонасилием.

Семейное психонасилие в отношении женщины имеет место в том случае, если партнер: бьет членов семьи; запрещает женщине работать, выходить из дома; оскорбляет и унижает её; запрещает любые виды общения с родственниками/подругами; кричит и угрожает побоями; заставляет удовлетворять свои сексуальные потребности против воли жертвы; ограничивает/лишает денежных средств; постоянно критикует (внешность, одежду и т. д.); внушает чувство вины перед детьми и использует последних для опосредованного психонасилия. Последствия: у жертвы вырабатывается чувство беспомощности, ненужности, одиночества.

Семейное психонасилие в отношении мужчины проявляется со стороны женщины в: присвоении и/или передислокации денежных средств и личных вещей жертвы без её разрешения; уничтожение личных вещей жертвы;

постоянных звонках, слежках; гиперопеке; навязчивом гиперэмоциональном обслуживании; подслушивании разговоров; чтении личной переписки; выставлении перед окружающими в негативном свете; газлайтинг (манипулятивный прием, с помощью которого происходит убеждение жертвы в том, что в отношении нее не совершается никакого психонасилия, что жертва всё придумала сама и проблема в ней; критика внешнего вида; угроза суицидом, разводом, алиментами, отъемом имущества, изоляцией от детей (отказ разведенному отцу во встречах с детьми и участии в их воспитании – очень распространенная практика, является нарушением закона).

Эти пункты являются стопроцентными маркерами отношения партнерши к мужчине, как к своей обезличенной собственности, а не как к живому человеку со своими желаниями, планами и потребностями.

Рассмотрим еще один вид распространенного психонасилия: моббинг -коллективный психотеррор, травля в отношении кого-либо со стороны коллег, подчиненных, начальства. Цель: вынудить жертву уйти с места работы. Средства достижения цели: запугивание, распространение ложных слухов, социальная изоляция, унижение, враждебное отношение. Последствия: ухудшение психического и физического состояния жертвы (возникновение психосоматических заболеваний, неврозов, депрессии, ненависти, появление отвращения к работе, чувства отчаяния и т. д.). Зачастую, жертвы терпят такую ситуацию, не в состоянии найти выход.

Моббинг – периодически осуществляющееся, целенаправленное преследование жертвы, нападки на неё, которые ущемляют чувство собственного достоинства жертвы, подрывают её репутацию и профкомпетентность. Жертва прямо или косвенно подвергается эмоциональному насилию, постоянному унижению, несправедливым обвинениям. Результат: психотравма и увольнение жертвы.

Термин моббинг введен доктором Х. Лейманом, который впервые провел исследование данного явления на рабочих местах в Швеции в 80-х годах. Х. Лейман охарактеризовал моббинг как «психотеррор», который включает «систематически повторяющееся враждебное и нездоровое отношение людей, или одного человека

в отношении конкретного человека – жертвы». Автор выделил 45 вариаций поведения, типичных для данного явления. К ним, например, относятся: социальная изоляция жертвы, клевета и непрекращающаяся критика в отношении жертвы, распространение необоснованных слухов, высмеивание и т. д. Поскольку организация оставляет без должного внимания такое поведение своих сотрудников, потакает / провоцирует эти действия – жертва затравлена и беспомощна против силы и численности. Последствия: страдает психическое / физическое состояние жертвы; появляются заболевания на нервной почве; чувство социальной неполноценности.

Зачастую, вместе с понятием моббинга рассматривается понятие буллинга, но несмотря на то, что это схожие понятия, моббинг означает преследование жертвы со стороны непосредственного начальника, коллег, которые вовлекают других в систематическую и часто повторяющуюся психотравлю. Буллинг – преследование «один на один».

При моббинге руководство гласно / негласно вовлечено в этот процесс, поэтому жертве редко удается получить помощь; подвергнуться этому явлению может каждый. Последствия зависят от жесткости, длительности и периодичности подобного воздействия; от степени психоустойчивости жертвы. К последствиям моббинга можно отнести: появление целого ряда расстройств психологического и физического характера (проблемы со сном, нервные срывы, раздражительность, депрессия, трудности с концентрацией внимания, возникновение панических состояний и инфарктов). У многих, кто стал объектом моббинга, настолько сильно подрывается здоровье, что они больше не могут выполнять свои служебные обязанности, у многих может появиться посттравматический стресс. Не только психическое состояние и здоровье человека подвергаются сильному отрицательному воздействию. Последствия также серьезно сказываются на семьях этих людей и организациях, в которых они работают. Страдают отношения, падает уровень производительности труда в компании, т. к. энергия людей направляется на осуществление моббинга, а не на выполнение важных ежедневных задач.

Последствия психологического насилия трудно переоценить. Как правило, дети чаще

становятся жертвами насилия, чем взрослые. Последствиями психонасилия у детей являются: критически низкая самооценка; неспособность принимать решение самостоятельно; неспособность постоять за себя; нездоровое представление о модели воспитания детей; привыкание к тому факту, что насилие по отношению к ребенку оправданно; жестокость и озлобленность на окружающих; сложность в построении отношений; недоверие к окружающим; задержки в развитии ребенка, умственном, эмоциональном, иногда даже речевом; постоянный стресс, страх, ожидание опасности, предательства или подвоха со стороны любого человека; склонность к суициду; проявление агрессии и жестокости к тем, кто слабее; склонность к ведению асоциального образа жизни: алкоголизм, наркомания, проституция, преступность; неспособность предъявить адекватные требования к себе и окружающим.

Последствиями психологического насилия у взрослых являются: потеря чувства собственного достоинства, снижение самооценки, появление уверенности в собственной никчёмности. Со временем многие жертвы эмоционального насилия погружаются в депрессию, не могут избавиться от тревожности. После того, как человек столкнулся с психонасилием, он, как правило, испытывает обиду, причем как на агрессора, так и на самого себя. С течением времени это чувство только растет, проявляется в раздражительности, чувстве вины и разочаровании.

Чувство тревоги и депрессия являются последствиями психонасилия, как у детей, так и у взрослых. Разрушение их самооценки и постоянное чувство вины порождают многочисленные негативные эмоции, которые приводят к самоуничтожению личности. Нередко люди испытывают желание умереть, находятся в отчаянии. Часто возникают проблемы в установлении дальнейших отношений: жертвы насилия боятся повторить свою ошибку, в результате перестают доверять людям, не могут установить в дальнейшем здоровые отношения с другими. Из-за полученных эмоциональных травм способность общения с другими людьми и их объективного восприятия в значительной степени снижается.

Поскольку проблемы с самооценкой и уверенностью в себе также сохраняются, очень высок риск установления новых «токсичных» от-

ношений. Если человек пережил болезненную ситуацию и получил негативный опыт, из-за которого пострадала его самооценка, то он замыкается в себе и перестает давать волю своим эмоциям и чувствам.

Во что может перерасти эмоциональное насилие? Если жертва не даёт отпор, то оно чаще всего переходит в физическое насилие. Если человек склонен к насилию, а не случайно выдал несвойственную ему реакцию на какую-то ситуацию, то он не сможет остановиться, если его не остановить. Если по той или иной причине не сформировалась внутренняя этика, запрещающая подобное обращение с партнёром или с человеком вообще, то остановить его сможет только внешняя сила.

Выводы: психологическое (эмоциональное) насилие опасно тем что его трудно доказать, от него не остаётся видимых следов на теле (в отличие от физического); последствия всегда губительны для человека, на которого оно направлено (эмоциональное состояние жертвы страдает, становится нестабильным); из-за эмоциональной зависимости от своего обидчика жертвы часто стараются оправдать его некорректное поведение; даже после выхода из таких нездоровых отношений, человек не «восстанавливается» в полной мере (последствия могут иметь отсроченный характер и проявиться позднее в характере человека, его поведении и отношении с другими людьми); жертва чувствует себя бесполезной, запуганной, испытывает при этом глубокое чувство вины (жертва настолько срastaется с чувством вины, что поведение «насильника» кажется естественным и нормальным, а наказания и оскорбления – справедливыми; люди, которые страдают от токсичных отношений, часто замечают их слишком поздно, когда они уже сказались на психике); последствия моббинга и буллинга сказываются на здоровье и психическом состоянии человека. Цель исследования достигнута: выявлены последствия психонасилия для детей и взрослых. Задачи исследования решены 1) проанализирована проблематика психонасилия; 2) рассмотрены виды и последствия психонасилия для разных возрастных категорий; 3) составлено описание психологического состояния жертвы.

Психонасилие один из самых сложных в плане идентификации видов насилия; агрессор – умелый манипулятор, который использует

привязанность и любовь своей жертвы для достижения собственных целей, при этом полностью подчиняя себе партнера; в большинстве случаев люди, которые страдают от него, даже не догадываются об этом (о том, что их права ущемляются). По этой причине немаловажно

знать возможные последствия таких отношений, чтобы они не стали препятствием на пути к полноценной жизни. Последствия психологического насилия не могут исчезнуть в одночасье; это процесс, который требует поддержки, понимания и силы воли.

23.10.2019

**Список литературы:**

1. Алексеева, Л.С. О насилии над детьми в семье / Л.С. Алексеева // Социс. – 2003. – №4. – С. 78–85.
2. Дмитриевский, В.А. Психологическая безопасность в учебных заведениях / В.А. Дмитриевский. – М.: Педобшество России, 2002. – 203 с.
3. Малкина-Пых, И.Г. Виктимология. Психология поведения жертвы / И.Г. Малкина-Пых. – М.: Эксмо, 2010. – 864 с.
4. Орлов, А.Б. Психологическое насилие в семье – определение, аспекты, основные направления оказания психологической помощи / А.Б. Орлов // Психолог в детском саду. – 2000. – №2-3. – С. 182–187.
5. Пономарева, И.М. Работа психолога в кризисных службах // И.М. Пономарева. – СПб.: СПбГИПСР, 2014. – 147 с.
6. Фурманов, И.А. Психологические особенности детей, лишенных родительского попечительства / И.А. Фурманов, А.А. Аладьин, Н.В. Фурманова. – М.: Тесей, 1999. – 160 с.
7. Христенко, Е.В. Психология поведения жертвы / Е.В. Христенко. – Ростов н/Дону: «Феникс», 2004. – 416 с.

**References:**

1. Alekseeva L.S. About violence against children in the family. *Sociological Studies (Socis)*, 2003, no. 4, pp. 78–85.
2. Dmitrievskij V.A. *Psichologicheskaya bezopasnost' v uchebnyh zavedeniyah* [Psychological safety in educational institutions]. M.: Pedobshchestvo Rossii, 2002, 203 p.
3. Malkina-Pyh I.G. *Viktimologiya. Psihologiya povedeniya zhertvy* [Victimology. Psychology of the victim's behavior]. M.: Eksmo, 2010, 864 p.
4. Orlov A.B. Psychological violence in the family – definition, aspects, the main directions of psychological assistance. *Psiholog v detskom sadu* [Psychologist in kindergarten], 2000, no. 2-3, pp. 182–187.
5. Ponomareva I.M. *Rabota psihologa v krizisnyh sluzhbach* [The work of a psychologist in crisis services]. SPb.: SPbGIPSR, 2014, 147 p.
6. Furmanov I.A., Alad'in A.A., Furmanova N.V. *Psichologicheskie osobennosti detej, lishennyh roditel'skogo popечitel'stva* [Psychological characteristics of children deprived of parental care]. M.: Tesej, 1999, 160 p.
7. Hristenko E.V. *Psihologiya povedeniya zhertvy* [Psychology of the victim's behavior]. Rostov n/Donu: «Feniks», 2004, 416 p.

**Сведения об авторе:**

**Аптикиева Ляйля Рахматулловна**, доцент кафедры общей психологии и психологии личности  
Оренбургского государственного университета, кандидат психологических наук, доцент  
E-mail: aptikieva@inbox.ru

460018, Оренбург, пр-т Победы 13, ауд. 20715, тел. (3532) 37-25-75