

Перенесенное в детском возрасте наругательство

<http://book.zehinli.info>

До 36-летнего возраста Джесси топила воспоминания в алкоголе. Единственный ребенок в семье управляющего и его жены, она начала регулярно пить, когда ей было только 13 лет. "В то время я не понимала этого, но в действительности я так избавлялась от боли", - вспоминает Джесси, которой теперь 43 года. В 36 лет она начала лечиться от алкоголизма - и воспоминания о том, как над ней надругался ее же отец, выплыли наружу.

Во время лечения Джесси поняла, что она напивалась, чтобы не чувствовать боли. Даже может теперь она остерегается мужчин, боится вступать в интимные отношения. Она сумела получить степень магистра, но ей было трудно удерживаться на рабочем месте. "За 1 лет я сменила шесть мест из-за своего неуживчивого характера, я никогда не доверяла руководству и восставала против каждого, кто имел надо мной власть", - вспоминает она. Подобно большинству женщин, перенесших подобные травмы, Джесси превратилась в одинокую женщину, страдающую неопределенными страхами, от которых не спасал даже алкоголь.

ПРЕСТУПЛЕНИЕ, СКРЫВАЕМОЕ ЕГО ЖЕРТВОЙ

Джесси стала жертвой преступления, которое до недавнего времени повсеместно скрывалось. Результаты последнего исследования поразили: оказалось, что каждая четвертая женщина, а может быть, и больше, в детском возрасте столкнулась с попытками растления или

была изнасилована. Некоторые, подобно Джесси, были жертвами инцеста - "последнего табу". Многие пережили приставания со стороны старших родственников, людей, имеющих власть над ними или, реже, незнакомых людей. Старания скрыть этот секрет, часто от самих себя, приводят многих к серьезным соматическим и психическим заболеваниям.

Научные работники, проводящие исследования в самых разных областях, таких, например, как роды и злоупотребление алкоголем и наркотиками, попутно обнаружили тревожно большое число женщин, жизни которых были исковерканы сексуальным надругательством в детском возрасте. Например, в ходе одного из исследований обнаружилось, что от 30 процентов до двух третей всех женщин с нарушением питания в прошлом пережили сексуальные домогательства. И 70 процентов женщин-алкоголичек и наркоманок также были жертвами сексуальных домогательств или жестокого обращения. Еще одно исследование, выполненное в 1990 году, показало, что среди женщин, по разным причинам вынужденным искать психиатрической помощи, 63 процента в детстве стали жертвами сексуальных преступлений или жестокого обращения.

За последние несколько лет две знаменитости - бывшая "Мисс Америка" Мэрилин ван Дербур и комическая актриса Розанн Арнолд - поведали ужасные истории своего детства, истории сексуального насилия. Многие специалисты считают, что хранимое в тайне, будучи высказанным, теряет свою силу, питавшую страшную травму.

Слишком долго преступления такого рода скрывались. "Раньше вы просто не говорили об этом, - отмечает Вирджиния Ревир, доктор философии, частнопрактикующий психолог из Александрии, штат Виргиния, работающая с жертвами сексуального надругательства. - Если вы попадете под автомобиль и вам посчастливится выжить, вы можете кому угодно рассказать о случившемся. Но вы не можете рассказывать об изнасиловании".

В некоторых случаях вас просто не станут слушать. "Людам, над которыми надругались, могут сказать, что они вели себя неподобающим образом, - говорит д-р Ревир. - Обычно отец винит в случившемся ребенка".

По словам Линды Шерхарт Санфорд из Куинси, штат Массачусетс, терапевта и автора книги "Преодоление травмы - изнасилования в детском возрасте" часто ребенок верит, что он сам виноват. Пытаясь

понять случившееся, ребенок может поверить, что он спровоцировал или заслужил такое обращение.

ПОПЫТКИ СПРАВИТЬСЯ С ДУШЕВНОЙ БОЛЬЮ

Но во многих случаях изнасилование остается в тайне по той причине, что ребенок стремится подавить причиняющие боль воспоминания. Когда что-то вызывает тягостное воспоминание, ребенок не дает волю воображению. В других случаях пострадавшая может отчетливо вспомнить случившееся, но остается эмоционально заторможенной, чтобы оградить себя от боли. Одна из пациенток д-ра Санфорд описала свое состояние в пятилетнем возрасте так: "Мне казалось, что у меня мозоли на сердце".

Иногда подавленное постепенно начинает всплывать из глубин сознания. Через достаточно короткий промежуток времени пострадавшая как будто не вспоминает о своем несчастье, но у нее могут появиться расстройства соматического или психологического порядка, возникшие непонятно по какой причине. "То, что забывает голова, помнит тело", - замечает Кристин Кертис, доктор философии, которая работает в Вашингтоне с женщинами, ставшими жертвами насилия, и является автором книги "Излечение от раны, нанесенной инцестом".

Многие жертвы инцеста остаются на всю жизнь рабами компульсивных разрушительных побуждений, источник которых неуловим. Как сказала репортеру журнала "Тайм" Розанн Арнолд, всю жизнь борющаяся с злоупотреблением наркотиками, едой и алкоголем, "это тайна, которая убивает меня всю мою жизнь".

Обычно пострадавшие перестают подавлять воспоминания, когда начинают чувствовать себя в безопасности, например, когда они находят мужчину, которому доверяют и с которым вступают в интимные отношения, или когда проходят курс лечения, часто по другому поводу. Джесси убеждена, что не случайно воспоминания возвратились к ней, когда она начала лечиться от алкоголизма; в результате лечения ей удалось вновь обрести чувство собственного достоинства.

"Лечение, чаще всего необходимое, может быть очень трудным и чрезвычайно болезненным, - предупреждает д-р Кертис, - потому что женщине, которая была изнасилована в детском возрасте, трудно поверить другим людям; очень важно найти врача, который заслуживает доверия и имеет опыт в лечении расстройств, связанных с травмами такого рода", - говорит она.

"Я была у двух врачей, которые просто не поверили мне, - вспоминает Джесси. - Они сказали мне, что, может быть, дело в том, что в семилетнем возрасте я перенесла полиомиелит. Но я знаю, что это не так".

"Пострадавшие, - рекомендует д-р Кертис, - должны сделать выбор: оказаться лицом к лицу с проблемой или заблокировать ее, загнать внутрь или вытащить наружу. Однако после того, как они перестанут ее скрывать, начинается выздоровление", - замечает она.

СУМЕВШИЕ СПРАВИТЬСЯ

Изнасилованные в детском возрасте, без всякого сомнения, оказываются психологически травмированы. При изучении двух групп женщин, сумевших справиться с травмой, нанесенной инцестом (исследование было выполнено Джудит Герман, доктором медицины, Дианой Расселл, доктором философии, и Карен Троки, доктором философии), большинство опрошенных сказали, что случившееся очень тяжело отразилось на них, но около половины женщин отметили, что в настоящий момент они чувствуют себя оправившимися от пережитого.

Действительно, некоторым женщинам удается пройти через испытание, они находят в себе новые силы. "Многие из тех, кто сумел справиться с травмой, добиваются в жизни больших успехов и дальше все у них складывается хорошо, - говорит д-р Ревир. – Они испытывают чувство стыда, а один из способов избавиться от него - суметь чего-то достичь".

Излечение часто идет медленно. Даже если у них оказывается очень внимательный и сочувствующий врач, многим женщинам большую пользу может принести посещение групп самопомощи типа "Анонимные жертвы инцеста, сумевшие выстоять",

или "Анонимные алкоголики", которые посещала Джесси. "Я хожу в эти группы, потому что это один из способов не остаться в изоляции, - рассказывает она. - Мне очень помогло то, что я узнала там мужчин, которые тоже стали жертвами изнасилования. Я увидела, что они испытывают такую же боль и так же уязвимы, как и я. Среди подобных мне людей я сознаю, что, несмотря на случившееся, я смогла вернуться к жизни".

<http://book.zehinli.info>