

# **Эффект свидетеля: почему люди хватаются за телефоны, а не помогают**

Автор: Карина Безносова

Психолог Дугенцова подтвердила виктимблейминг в адрес школьницы из Надыма

Представьте себе автобус, полный пассажиров. Девочка-подросток становится жертвой агрессивного мужчины прямо на глазах у окружающих. Он целует ее колени, потом бьет по лицу. Вместо того чтобы вступить за девушку, окружающие молчат, наблюдают. Потом в соцсетях ее начинают буквально травить: сама виновата, надо было уйти. Это виктимблейминг – обвинение жертвы. Так произошло в Надыме больше недели назад. И споры идут до сих пор.

Разбор ситуации с психологом

Детский психолог Дарья Дугенцова разобрала для «Север-Пресса» обвинения в адрес девочки, объяснила, почему так произошло и что можно сделать, чтобы подобные случаи не повторялись.

Почему взрослые промолчали

Взрослые пассажиры часто оказываются в ловушке эффекта свидетеля (diffusion of responsibility), считает эксперт. Каждый думает: «Пусть другие вмешаются, ведь нас много». Страх конфронтации тоже играет большую роль: людям кажется, что любое вмешательство может привести к неприятностям.

Но дело в том, что взрослый несет особую ответственность за безопасность ребенка. Дети не способны самостоятельно справиться с таким стрессовым событием.

Почему осуждение обрушивается именно на жертву

Люди зачастую пытаются переложить вину на саму жертву, считая ее частично виноватой («сама виновата, могла встать и уйти, она хихикала» — все это писали в адрес девочки). Причина проста: многим комфортнее

думать, что подобное невозможно с ними лично. Обвиняя жертву, мы защищаем собственное восприятие мира как справедливого места, где плохие вещи происходят исключительно с теми, кто их заслужил.

Эта позиция неправильна и потенциально опасна, подчеркнула Дугенцова, потому что усиливает чувства вины и стыда у пострадавших, мешая им получить необходимую поддержку.

Часто это приводит к трагическим последствиям. Из-за страха общественного порицания дети, особенно когда сталкиваются с буллингом или насилием, молчат. Они боятся, что после и так сильных эмоциональных потрясений получат не поддержку, а еще большие проблемы.

Почему девочка осталась сидеть рядом с мужчиной

Ребенок может впасть в шоковую реакцию, ступор и просто замереть на месте, не понимая, что делать дальше, предупреждает психолог. Другие возможные объяснения — отсутствие четких инструкций о поведении в такой ситуации либо неуверенность в собственных силах противостоять агрессии.

У многих защитная реакция организма — это смех. Так устроена психика, и человек не может никак повлиять на внешние проявления. Именно за это школьницу винули больше всего комментаторы в соцсетях. «Да ей же нравится», — писали в основном взрослые женщины. Нет, ей не нравится. Она просто не знает, как реагировать, чтобы не попасть в еще большие проблемы.

Именно поэтому крайне важно заранее обсуждать с детьми темы безопасности и учить их распознавать опасные сигналы поведения чужаков.

Почему подростки сняли видео, а не звали на помощь

Многие подростки воспринимают такие события как забавное шоу, которое можно заснять и разместить в Сети ради лайков. Их пугают серьезные последствия, они боятся выглядеть глупо или неправильно поступившими.

По мнению Дугенцовой, часто дети чувствуют беспомощность и недооценивают опасность ситуации.

Некоторые ошибочно полагают, что съемка видео — это способ защиты. Но нет — снятые кадры могут пригодиться уже после происшествия для разбора

ситуации. Но в моменте лучше не снимать, а просить помощи. Зачастую если агрессор видит камеру, направленную в его сторону, он начинает злиться и нервничать еще больше.

Родители и школы должны формировать осознанность и уверенность в ребенке. Давать конкретные инструкции, что делать в кризисных моментах.

Как избежать похожего сценария

Совет детям

Научите вашего ребенка громко и твердо заявлять о своем несогласии, говорить четко: «Нет!» Привлекать внимание взрослых словами вроде: «Помогите».

Совет очевидцам

Помните, что ваша поддержка важна и обязательна. Немедленно обращайтесь в соответствующие органы.

Совет учреждениям образования и семьям

Регулярно говорите с детьми о важности защиты личных границ, учите правилам безопасности и правильной реакции на угрозы.

Реальная история виктимблейминга в Салехарде

Элеонора Вашкевич, жительница Салехарда, поделилась своей историей о том, как крепкая эмоциональная связь помогла ее дочери справиться с буллингом в школе. Благодаря доверительным отношениям в семье девочка открыто рассказала маме обо всем, что переживала.

«Мы много времени проводим вместе: разговариваем, обсуждаем день, читаем, делаем что-то руками. Это время для общения, а не просто «вопросов по списку»: ты поела, сделала уроки? Я часто говорю другим родителям: нельзя терять связь с ребенком, заменяя внимание только контролем. Я не готовила дочь к тому, что мир может быть небезопасным. Я стараюсь растить ее в любви, а не в тревоге. Но именно эта любовь и внимание, уверенность, что дома ее всегда выслушают и поймут, я считаю, дают моим детям силу говорить, не молчать», — рассказала Элеонора.

Что бывает, если молчать, и как спасает крик

По мнению Вашкевич, важно понимать, как общаться с ребенком, чтобы тот вырос уверенным и открытым миру. Постоянные разговоры о рисках и угрозах формируют тревожность и страх. Поэтому Элеонора нашла идеальный способ воспитания — совместный просмотр фильмов, мультфильмов и обсуждений новостей. Каждый раз, когда на экране возникает неприятная или опасная сцена, обсуждение превращается в конструктивный диалог: «Что бы ты сделал и как этого избежать?»

Главное послание матери своим детям звучит ясно: молчание опасно. Не нужно поддаваться на фразы: «Никому не говори, а то станет хуже». Не станет!

«Мама всегда услышит, поймет и от этого точно хуже не станет», — уверена Элеонора.

Ситуацию с буллингом в школе мама сначала хотела решить мирным путем. Она общалась с родителями обидчиков, но, увы, это ни к чему не привело. Тогда женщина написала заявление в полицию, дочь отправила к психологу на реабилитацию.

Ситуацию, которая произошла с подростком в Надыме, Элеонора считает ужасной.

Если бы я оказалась в этом автобусе, я бы не молчала. Я бы встала между мужчиной и девочкой. Я бы подняла голос. Я бы вызвала полицию. Потому что мы все взрослые, и если мы не защищаем детей, то кто мы тогда вообще? Молчание — это соучастие. Смотреть в окно, отворачиваться, думать «не мое дело» — это предательство по отношению к ребенку, которого в этот момент унижают, пугают, ломают», — считает общественница.

Но больше всего в этой истории Элеонору потрясло то, что произошло дальше. Осуждение и унижение подростка в соцсетях. «В чем-то это даже страшнее, чем сам инцидент», — отметила Вашкевич.

«Со своими детьми я уже говорила об этом. И скажу еще раз! Если ты видишь несправедливость — не молчи. Даже если страшно. Даже если никто больше не встает. И если с тобой происходит что-то страшное — знай, что ты никогда не виновата. Ты не обязана «уходить», «не привлекать», «не

раздражать». Ты обязана только одно — сохранить себя. А задача взрослых — быть рядом и защищать», — резюмировала Элеонора. Журналист пытался связаться с подростком из Надыма, который попал в такую ситуацию. Но ребенок предпочел молчание, на которое имеет право.