

**Безопасность молодежи 18–24 лет в  
России: опыт насилия в детстве,  
подростковом возрасте и юности,  
обращение за помощью и мнения  
об эффективных мерах  
профилактики**

Краткий отчет об исследовании

Москва  
2026

Проект реализован Консорциумом женских неправительственных объединений в партнерстве с Академией безопасности Ольги Бочковой при поддержке гранта Благотворительного фонда «Абсолют-Помощь».

### Авторы отчета

Вероника Одиноква, социальный психолог, кандидат социологических наук, научный консультант исследования

Татьяна Белова, президент Консорциума женских НПО, юрист, специалист по проблеме домашнего и сексуализированного насилия, аспирант ГАУГН

Ольга Бочкова, основатель и руководитель Академии безопасности Ольги Бочковой, детский и подростковый психотерапевт

## Оглавление

<b>Введение</b> .....	<b>3</b>
<b>1. Методология исследования</b> .....	<b>4</b>
<b>2. Масштаб проблемы</b> .....	<b>6</b>
2.1. Субъективное чувство безопасности и тревога.....	6
2.2. Распространенность разных форм насилия .....	7
2.3. Возраст, в котором происходило насилие .....	9
2.4. Повторяемость разных видов насилия .....	9
2.5. Поливиктимизация: сочетание нескольких видов насилия .....	10
2.6. Где чаще происходило насилие .....	11
2.7. Кто чаще выступал агрессором.....	11
2.8. Последствия насилия .....	12
2.9. Обращение за помощью после насилия.....	12
<b>3. Обстоятельства, последствия и обращение за помощью при разных видах насилия</b> .....	<b>13</b>
3.1. Физическое насилие.....	13
3.2. Психологическое насилие .....	14
3.3. Сексуализированное насилие.....	15
3.3.1. Развратные действия как форма сексуализированного насилия .....	16
3.4. Буллинг.....	17
3.5. Кибербуллинг .....	18
3.6. Домашнее насилие .....	19
<b>4. Свидетели насилия</b> .....	<b>20</b>
<b>5. Семейная профилактика и представления молодежи об эффективных мерах</b> .....	<b>21</b>
<b>6. Роль профилактики в раскрытии опыта насилия и обращении за помощью</b> .....	<b>22</b>
<b>Рекомендации</b> .....	<b>23</b>
I. Предупреждение насилия .....	23
II. Поддержка и защита пострадавших .....	24

## Введение

Защита прав и законных интересов детей и молодежи относится к приоритетам государственной политики России. В Стратегии комплексной безопасности детей до 2030 года особое внимание уделяется предупреждению преступлений и других форм насилия в отношении несовершеннолетних.

Официальная статистика отражает только зарегистрированные правонарушения и преступления. Одной из важных проблем является нехватка данных о том, насколько распространено насилие и в каких обстоятельствах оно происходит. Кроме того, не все формы насилия и агрессии подпадают под уголовно-правовую квалификацию, хотя также наносят вред психосоциальному развитию детей, подростков и молодежи. Поэтому важным дополнительным источником информации становятся опросы молодежи об опыте насилия. Они позволяют увидеть те формы угроз, которые редко доходят до внимания профессионалов.

Это исследование — одно из первых в России, которое комплексно рассматривает **опыт насилия в детстве, подростковом возрасте и ранней взрослости на данных опроса молодежи 18–24 лет**. Оно позволяет лучше понять масштаб проблемы, особенности разных форм насилия, опыт обращения за помощью и представления молодежи о необходимых мерах профилактики.

Краткий отчет подготовлен для **специалистов, работающих с детьми и молодежью, а также для родителей, журналистов и всех, кто заинтересован в более точном понимании этой темы**. В нем представлены основные результаты исследования: распространенность разных форм насилия, возраст и обстоятельства таких ситуаций, последствия, обращение за помощью, реакции свидетелей и основанные на результатах исследования рекомендации по профилактике и поддержке пострадавших от насилия.

**[Полная версия отчета](#)** содержит подробное описание методологии, все расчеты и приложения с таблицами данных.

# 1. Методология исследования

## 1.1. Зачем проводилось исследование

Цель исследования — понять, насколько часто молодые люди 18–24 лет сталкиваются с разными формами насилия, в каком возрасте и при каких обстоятельствах это происходит, как они оценивают тяжесть последствий, обращаются ли за помощью и как ведут себя свидетели. Эти данные нужны для того, чтобы обсуждение проблемы опиралось на факты, а профилактика и помощь — на реальный опыт молодых людей.

## 1.2. Какие вопросы изучались

Исследование было направлено на то, чтобы выяснить:

- насколько безопасно чувствуют себя юноши и девушки;
- насколько распространены физическое и психологическое насилие, сексуализированное насилие, буллинг и кибербуллинг;
- в каком возрасте происходили такие ситуации;
- кто чаще выступал агрессором;
- как часто насилие повторялось;
- какие последствия отмечали участники;
- обращались ли они за помощью и к кому;
- как действовали свидетели;
- какие профилактические беседы и меры использовали родители в семье;
- как сами участники оценивают влияние таких разговоров;
- какие меры профилактики молодежь считает наиболее важными.

## 1.3. Кто участвовал в опросе и как формировалась выборка

В исследовании приняли участие 3430 человек в возрасте 18–24 лет из всех федеральных округов России. Опрос проводился онлайн на платформе «Анкетолог». Такой формат был выбран потому, что он удобен для молодежи, обеспечивает анонимность и особенно подходит для изучения чувствительных тем.

Сбор данных проходил в два этапа. На первом этапе, с мая по сентябрь 2025 года, использовалась поточная выборка через социальные медиа. Этот этап позволил быстро собрать данные, но выявил смещение выборки по полу и географии. Поэтому на втором этапе, с октября по декабрь 2025 года, был проведен добор через всероссийскую онлайн-панель с квотированием по полу и федеральным округам. После этого данные двух этапов были объединены и взвешены. Расчет квот и весов выполнялся по данным Росстата о численности молодежи 18–24 лет в федеральных округах на 1 января 2025 года. В отчете приведены взвешенные проценты. Это позволяет рассматривать полученные оценки как приближенные к репрезентативным для молодежи России 18–24 лет с учетом ограничений исследования (см. 1.7).

## 1.4. Этические принципы

В исследование включались только респонденты 18–24 лет. Это было связано с тем, что опрос затрагивал чувствительные темы, связанные с опытом насилия, и проведение его среди совершеннолетних рассматривалось как более этичное и безопасное для участников решение. При этом ретроспективный дизайн позволил собрать данные об опыте, относящемся к детству и подростковому возрасту. Участие было добровольным.

Респонденты могли пропустить любой вопрос или прекратить участие в любой момент. Анкета не собирала идентифицирующие сведения о респондентах, о конкретных людях и ситуациях в их жизни. Доля отказов от ответов на чувствительные вопросы была невысокой и в зависимости от блока не превышала 5–7%. После завершения опроса участникам показывалась страница с контактами организаций, куда можно обратиться за поддержкой. Протокол исследования был рассмотрен и одобрен Этическим комитетом РГПУ им. А. И. Герцена.

### 1.5. Дизайн исследования и как в нем понималось насилие

Исследование опирается на виктимологический подход и подходы общественного здравоохранения. Анкета включала блоки о социально-демографических характеристиках, ощущении безопасности, опыте разных форм насилия, обстоятельствах этих ситуаций, последствиях, обращении за помощью, опыте свидетельства насилия и представлениях о профилактике. Заполнение анкеты занимало около 20 минут.

В исследовании слово «насилие» используется как обобщающий термин для нескольких типов опыта, измерявшихся в анкете. Все виды насилия в анкете были определены через конкретные действия для того, чтобы уменьшить неоднозначность интерпретации и повысить сопоставимость ответов. Границы между этими формами в реальной жизни могут пересекаться, однако в анкете они изучались отдельно, чтобы участники могли отвечать более однозначно.

Изучались следующие виды:

- **физическое насилие**: удары, пинки, избивание со стороны разных людей - родственников, сверстников, партнёра и т.д.; дома, в школе, на улице, на работе;
- **психологическое насилие**: угрозы, шантаж, манипуляции, постоянная критика, давление или унижение; могло происходить офлайн или онлайн;
- **сексуализированное насилие**: принуждение к нежелательным сексуальным действиям, например, прикосновения без согласия, принуждение к половому акту, получение нежелательных сексуальных сообщений или принуждение делиться интимным контентом, распространение интимных фото/видео респондента; могло происходить офлайн или онлайн;
- **буллинг**: высмеивание, оскорбления, принуждение к нежелательным действиям, игнорирование;
- **кибербуллинг**: унижение, контроль или причинение вреда в онлайн-среде.

После вопросов об опыте насилия респонденты оценивали тяжесть последствий по шкале от 1 до 5, где 1 означало отсутствие последствий, а 5 — крайне тяжелые последствия. Оценка включала возможные физические, психологические и экономические последствия. Физические последствия описывались как телесный вред и боль, психологические — как тревожность, страх, депрессия, сложности в отношениях, а экономические — как материальные потери и расходы, связанные с пережитым опытом. Такой показатель отражает субъективную тяжесть пережитого опыта и помогает сравнивать влияние разных форм насилия. В отчете приводятся доля тяжелых последствий, то есть ответов 4–5, а также среднее значение.

### 1.6. Как считались показатели

В отчете приводятся взвешенные проценты. Проценты рассчитывались от числа респондентов, ответивших на соответствующий блок вопросов. В вопросах, где можно было выбрать несколько вариантов ответа, сумма процентов могла превышать 100%.

Проценты в тексте, таблицах и графиках могут незначительно различаться из-за округления. Ключевые расчеты выполнялись отдельно для юношей и девушек, поскольку распространенность насилия, его обстоятельства и обращение за помощью заметно различаются по полу. Отдельно анализировался возраст, в котором происходили ситуации: до 12 лет, 12–17 лет и 18 лет и старше. Это важно, поскольку в разные возрастные периоды различаются контексты насилия и механизмы защиты.

Отдельно в отчете были рассчитаны две аналитические категории, которые не задавались респондентам как самостоятельные вопросы анкеты: «развратные действия» и «домашнее насилие». Эти показатели формировались на этапе анализа на основе уже имеющихся ответов о конкретных видах насилия и обстоятельствах их совершения (подробнее – в соответствующих разделах). Показатели по этим двум категориям следует интерпретировать как аналитически построенные на основе ответов участников, а не как ответы на отдельный прямой вопрос анкеты.

## 1.7. Ограничения исследования

Результаты следует интерпретировать с учетом ряда ограничений. Опыт насилия относится к стигматизированным темам, поэтому часть участников могла не сообщить о нем даже в анонимном опросе. Исследование основано на самоотчете, а значит, возможны ошибки памяти и различия в понимании формулировок. Взвешивание повышает сопоставимость данных, но не устраняет полностью все смещения, характерные для онлайн-опросов. Кроме того, при многоэпизодном насилии не всегда возможно точно соотнести возраст и обстоятельства с каждым отдельным случаем. Эти ограничения не отменяют выявленных закономерностей, но требуют осторожности в интерпретации детализированных связей. В целом такие ограничения являются типичными и во многом универсальными для социальных исследований.

**Полная версия отчета содержит подробное описание методологии, библиографию, все расчеты и приложения с таблицами.**

## 2. Масштаб проблемы

### 2.1. Субъективное чувство безопасности и тревога

**Девушки значительно чаще, чем юноши, сообщают о чувстве небезопасности в публичных пространствах и о регулярной тревоге по поводу возможного нападения.**

Участники оценивали, насколько безопасно они чувствуют себя в разных типичных местах. В анализе учитывалась доля ответов «небезопасно» и «очень небезопасно», при этом варианты «не относится ко мне» исключались из расчетов.

У девушек наиболее высокий уровень небезопасности связан с районом проживания после наступления темноты (48,7%), барами и клубами (37,0%), общественным транспортом (26,4%) и улицей или парком (22,2%). У юношей чаще всего как небезопасные отмечались бары и клубы (26,4%), район проживания после наступления темноты (20,5%) и подъезд, лестница или лифт (18,1%). Наиболее выраженные различия по полу наблюдаются именно в общественных пространствах и в ситуациях, связанных с вечерним временем: девушки заметно чаще чувствуют себя небезопасно в районе проживания после наступления темноты, в транспорте, на улице и в парках.

Прямой вопрос о тревоге по поводу возможного нападения показывает ту же закономерность. Регулярная тревога, то есть ответы «постоянно или почти всегда» и «довольно часто», значительно чаще встречается у девушек: 42,7% против 11,4% у юношей. Ответ «никогда» выбрали 35,7% юношей и только 5,3% девушек.

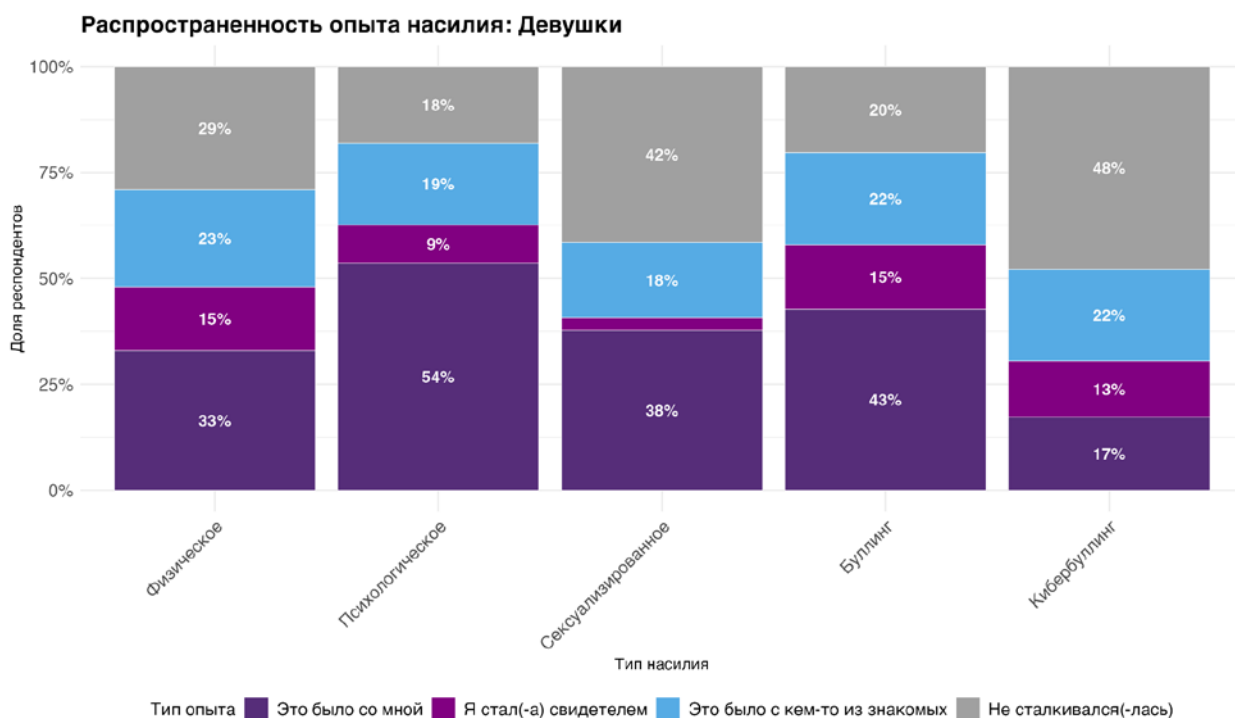
Таким образом, субъективное ощущение небезопасности у девушек выражено значительно сильнее, чем у юношей, прежде всего в повседневных публичных пространствах.

## 2.2. Распространенность разных форм насилия

**Психологическое насилие и буллинг — наиболее распространенные формы негативного опыта у молодежи 18–24 лет. При этом профиль рисков различается по полу. У девушек наиболее выражены психологическое насилие, буллинг и сексуализированное насилие. У юношей — психологическое насилие, буллинг и физическое насилие. Вместе с тем данные исследования показывают, что сексуализированное насилие затрагивает не только девочек и женщин, но и юношей, хотя существенно реже.**

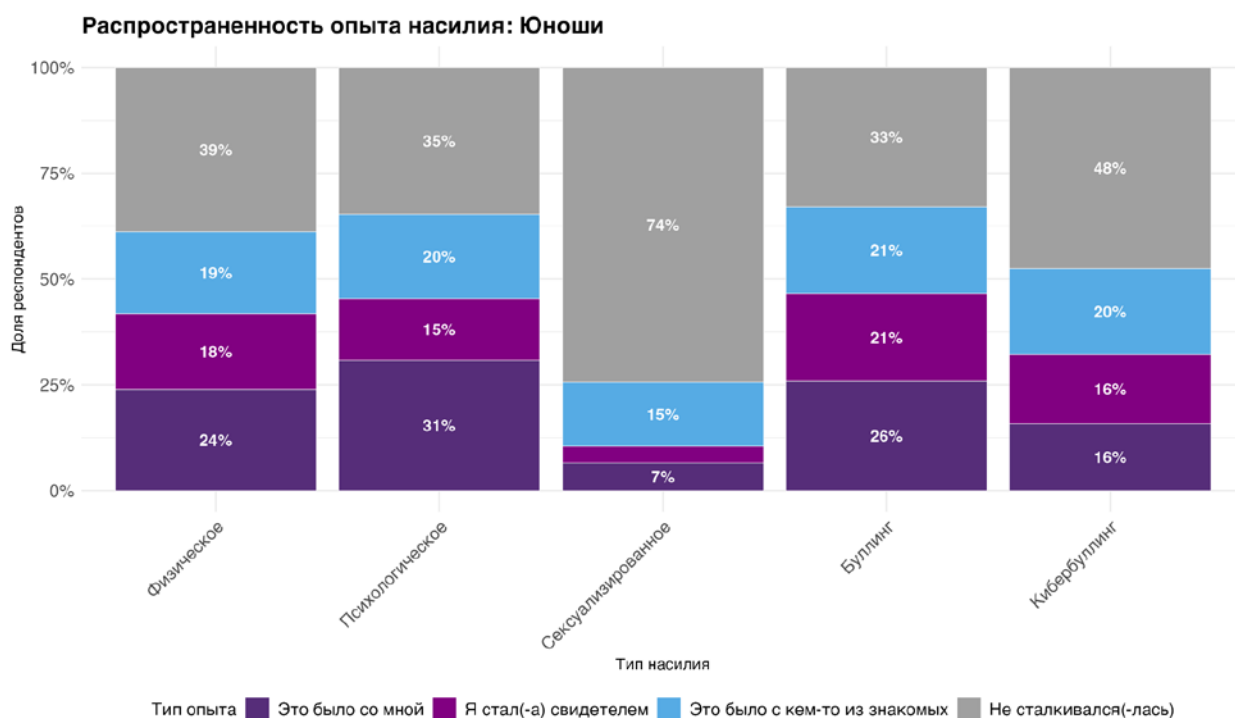
Среди девушек о личном опыте психологического насилия сообщили 54%, буллинга — 43%, сексуализированного насилия — 38%, физического насилия — 33%, кибербуллинга — 17% (рис.1).

Рис. 1.



Среди юношей соответствующие показатели составили 31%, 26%, 7%, 24% и 16% (рис. 2).

Рис. 2.



Таким образом, девушки заметно чаще, чем юноши, сообщают о психологическом и сексуализированном насилии. По кибербуллингу различия почти отсутствуют: о таком опыте сообщили 17% девушек и 16% юношей.

Важно, что опыт насилия часто не ограничивается одной формой: **хотя бы один вид насилия указали 58,0% респондентов, два и более — 41,8%**. Подробнее сочетания разных видов насилия рассмотрены в разделе о поливиктимизации (2.5).

Исследование также показывает, что **проблема насилия затрагивает не только тех, кто пережил его лично, но и свидетелей, а также близкое окружение**. Среди девушек чаще всего встречается опыт свидетельства физического насилия, буллинга и кибербуллинга. Вероятно, это связано с тем, что такие формы чаще происходят в более публичных или групповых ситуациях. Кроме того, примерно 18–23% девушек, в зависимости от вида насилия, сообщили, что знают людей с таким опытом. Среди юношей 18–21% сообщали, что были свидетелями буллинга и физического насилия, 15–16% — свидетелями психологического насилия и кибербуллинга. Опыт свидетельства сексуализированного насилия отмечался значительно реже — около 4%.

В целом результаты показывают, что насилие — это проблема не только непосредственных пострадавших. Она затрагивает также свидетелей, друзей, партнеров и других близких людей. Это означает, что поддержка и профилактика должны быть адресованы не только тем, кто пережил насилие лично, но и тем, кто оказался рядом и не знает, как правильно действовать.

### 2.3. Возраст, в котором происходило насилие

**Для большинства видов насилия наиболее уязвимым периодом оказался подростковый возраст 12–17 лет. Это верно и для девушек, и для юношей. В то же время значительная часть такого опыта относится и к детству, а часть — к периоду после 18 лет. Это означает, что профилактика должна начинаться рано, а помощь и маршруты поддержки должны быть доступны не только детям и подросткам, но и молодым взрослым.**

У девушек подростковый возраст является основным периодом риска почти для всех изученных форм насилия. К этому возрасту относятся 84,4% случаев буллинга, 80,5% психологического насилия, 72,0% кибербуллинга, 71,6% физического и 69,5% сексуализированного насилия (среди участников, сообщивших об этих видах насилия). При этом заметная часть опыта начинается уже в детстве: например, 64,9% девушек, переживших физическое насилие, и 52,6% — буллинг, указали, что это происходило до 12 лет. После 18 лет у девушек особенно заметна доля психологического насилия (51,0%) и сексуализированного насилия (40,6%) (среди участников, сообщивших об этих видах насилия).

У юношей подростковый возраст также является ключевым: к нему относятся 78,2% случаев буллинга, 73,9% психологического насилия, 72,9% физического насилия и 71,8% кибербуллинга (среди участников, сообщивших об этих видах насилия). Значительная часть опыта приходится и на детство: 49,7% для физического насилия, 44,9% для психологического и 39,0% для буллинга (среди участников, сообщивших об этих видах насилия).

В целом данные показывают, что насилие нельзя рассматривать только как проблему одного возрастного этапа. Для большинства респондентов наиболее уязвимым был подростковый возраст, но важная часть опыта относится и к более раннему детству, и к ранней взрослости. Поэтому эффективная профилактика и помощь должны охватывать все эти периоды.

### 2.4. Повторяемость разных видов насилия

**Психологическое насилие и буллинг чаще всего описываются как многократно повторяющийся опыт. Это соответствует самой природе этих форм насилия: они нередко разворачиваются как длительный процесс — через регулярное унижение, давление, контроль или исключение, а не как разовый эпизод.**

У девушек наиболее часто повторяющимися формами насилия оказались психологическое насилие и буллинг: в обоих случаях 56–57% сообщили, что это происходило более 10 раз. Физическое насилие тоже нередко носило повторяющийся характер: 39% указали частоту более 10 раз. Кибербуллинг у девушек имеет более разнообразный профиль частоты: для одних это единичные или редкие эпизоды, для других — длительная и систематическая проблема. Сексуализированное насилие у девушек распределено по частоте от единичного эпизода до систематического опыта (10+ раз) более равномерно, чем другие формы. Это говорит о неоднородности такого опыта: он может включать как разовые эпизоды, так и повторяющиеся ситуации. Кроме того, по этому виду насилия сравнительно велика доля ответов, не укладывающихся в стандартные категории частоты (ответы «другое»), что также указывает на сложность и неоднозначность пережитого опыта.

У юношей наиболее повторяющимися формами также являются буллинг и психологическое насилие: 44% и 42% соответственно сообщили, что сталкивались с ними более 10 раз. Кибербуллинг у юношей тоже часто носит серийный характер: 30% указали частоту более 10 раз. Физическое насилие у юношей распределено по частоте более равномерно: встречаются и единичные, и повторяющиеся эпизоды. Сексуализированное насилие у юношей чаще описывается как один или несколько эпизодов, а не как длительная повторяющаяся ситуация 10+ эпизодов.

В целом результаты показывают, что многие формы насилия, особенно психологическое насилие, буллинг и кибербуллинг, а также часть случаев сексуализированного насилия у девушек и физического насилия у юношей часто имеют не разовый, а систематический характер. Это важно учитывать в профилактике и помощи: длительный опыт может сильнее влиять на благополучие человека.

## 2.5. Поливиктимизация: сочетание нескольких видов насилия

Поливиктимизация означает, что один и тот же человек столкнулся не с одним, а с несколькими разными видами насилия. В данном исследовании она рассчитывалась как число типов насилия в личном опыте респондента: физическое, психологическое, сексуализированное насилие, буллинг и кибербуллинг. Особое внимание уделялось случаям, когда человек сообщал о четырех и более видах насилия, поскольку именно накопление разных форм опыта связано с более тяжелыми последствиями.

**Результаты показывают, что поливиктимизация распространена и выражена заметно сильнее у девушек. В целом четыре и более вида насилия отметили 13,2% участников, среди девушек — 18,9%, среди юношей — 7,5%.**

Наиболее уязвимым периодом для поливиктимизации оказался подростковый возраст 12–17 лет. Именно в этом возрасте четыре и более вида насилия в одном возрастном периоде отметили 6,4% респондентов, в том числе 9,5% девушек и 3,3% юношей. В детстве до 12 лет такой опыт встречался реже, но тоже уже присутствовал. После 18 лет случаи сочетания четырех и более видов насилия становились редкими.

Наиболее частые сочетания по всей выборке — психологическое насилие и буллинг (25,7%), психологическое и физическое насилие (23,1%), а также физическое насилие и буллинг (18,4%). У юношей именно эти сочетания и являются наиболее типичными.

У девушек помимо сочетаний психологического, физического насилия и буллинга, значительно чаще встречаются комбинации с сексуализированным насилием. Так, сочетание психологического и сексуализированного насилия отметили 29,7% девушек против 3,8% юношей, буллинга и сексуализированного насилия — 23,9% против 3,9%, физического и сексуализированного насилия — 19,4% против 2,8%. Это показывает, что у девушек сексуализированное насилие нередко входит в более широкий комплекс уязвимости, а не существует как изолированный эпизод.

В целом данные показывают, что если подросток сообщает хотя бы об одном виде насилия, это может быть сигналом повышенного риска и по другим видам. Поэтому в практической работе важно не ограничиваться реакцией на один выявленный эпизод, а проводить более глубокую оценку контекста и проверять, связан ли он с другими формами насилия в опыте.

## 2.6. Где чаще происходило насилие

**Контексты насилия заметно различаются в зависимости от его формы и пола. Буллинг наиболее тесно связан с учебной средой: именно учебное заведение с большим отрывом занимает первое место и у юношей, и у девушек. Это подтверждает, что буллинг в первую очередь остается проблемой повседневной школьной и учебной среды.**

Для юношей учебное заведение также является ведущим местом физического и психологического насилия. Физическое насилие юноши чаще всего отмечали в учебном заведении (56,1% юношей, переживших физическое насилие), на улице, в парке или на парковке (41,8%) и дома (32,1%). Психологическое насилие у юношей тоже чаще всего связано с учебной средой (63,2%), а затем с домом (40,3%).

У девушек картина иная. Для них ведущим местом физического и психологического насилия оказывается дом. Так, 75,1% девушек, переживших физическое насилие, указали дом, а 65,4% — дом как место психологического насилия. Учебное заведение тоже остается значимым контекстом, но уже не занимает первое место.

Для сексуализированного насилия у обоих полов наиболее значимыми контекстами являются интернет или социальные сети и дом. У юношей эти два места указали 39,3% и 34,6% соответственно, у девушек — 35,7% и 33,3%. При этом у девушек в число наиболее часто упоминаемых мест сексуализированного насилия также заметно чаще входят публичные пространства — улица, парк и общественный транспорт.

В целом общественные пространства чаще входят в число наиболее типичных мест насилия у девушек. Это согласуется с более высоким уровнем субъективной небезопасности девушек в транспорте, на улице и в районе проживания в темное время суток. Такие результаты подчеркивают, что меры профилактики должны учитывать не только семью и образовательные организации, но и безопасность городской среды, транспорта и онлайн-пространства.

## 2.7. Кто чаще выступал агрессором

**Профиль агрессора заметно различается в зависимости от вида насилия. Для буллинга наиболее типичен агрессор-сверстник, для кибербуллинга — незнакомый человек в цифровой среде, а физическое и психологическое насилие чаще связано с ближайшим окружением и устойчивыми отношениями: семьей, сверстниками, партнерами.**

При физическом и психологическом насилии у девушек особенно заметна роль семьи. Так, при физическом насилии 68,2% девушек указали члена семьи, а при психологическом насилии наиболее часто называли членов семьи и сверстников. У юношей в этих видах насилия чаще на первом месте оказываются сверстники, но значимую роль также играют семья и, в ряде случаев, незнакомые люди.

Буллинг у обоих полов прежде всего связан со сверстниками. Их указали 81,5% юношей и 89,5% девушек, сообщивших о том, что подвергались буллингу. При этом в ответах заметна и роль взрослых в образовательной среде: часть респондентов называла учителей, преподавателей или тренеров.

Для кибербуллинга на первом месте у девушек и юношей стоит незнакомый человек. Это отражает специфику цифровой среды, где агрессия часто исходит от людей вне близкого круга и может быть анонимной. Однако значимую роль сохраняют и сверстники, и знакомые.

Сексуализированное насилие имеет более сложный профиль. У обоих полов среди наиболее частых категорий агрессора встречаются и незнакомый человек, и знакомый. У девушек дополнительно заметен вклад романтического партнера, а также членов семьи. Это показывает, что сексуализированное насилие может происходить как со стороны внешних людей, так и в близких отношениях.

В целом результаты показывают, что представление о насилии как об угрозе только со стороны незнакомцев людей слишком узко. Во многих случаях агрессорами оказываются люди из ближайшего окружения, с которыми у пострадавшего уже есть повседневные, семейные, учебные или романтические связи.

## 2.8. Последствия насилия

**Для всех изученных видов насилия наиболее выраженными оказываются психологические последствия. Это особенно заметно у девушек: именно по психологическим последствиям фиксируются самые высокие средние оценки почти для всех форм насилия.**

У девушек самые высокие средние оценки психологических последствий отмечены при психологическом насилии (3,8 балла по 5-балльной шкале), физическом насилии (3,6), сексуализированном насилии (3,5) и буллинге (3,4). У юношей психологические последствия также выражены при разных видах насилия, хотя средние оценки ниже и чаще находятся в диапазоне от 2,7 до 3,0 балла. Наименее выраженными у юношей психологические последствия оказались при кибербуллинге (2,4).

Физические последствия, как и ожидалось, наиболее заметны при физическом насилии: средняя оценка составила 2,1 и у девушек, и у юношей. Экономические последствия в целом оцениваются как менее выраженные, чем психологические. Однако у юношей они сравнительно выше при сексуализированном насилии и кибербуллинге, что может быть связано с отдельными случаями финансового ущерба, затрат на восстановление доступа к аккаунтам или обращение за профессиональной помощью.

В целом результаты показывают, что насилие следует рассматривать не только как риск физического вреда. Для большинства пострадавших, особенно девушек, наиболее тяжелыми оказываются именно психологические последствия. Это важно учитывать при организации помощи: даже в тех случаях, когда видимые физические травмы отсутствуют, потребность в поддержке может оставаться высокой.

## 2.9. Обращение за помощью после насилия

**Наиболее латентными формами насилия оказались кибербуллинг и сексуализированное насилие. Именно после этих видов опыта респонденты чаще всего никому не рассказывали о случившемся. Особенно выражено это у юношей в случаях сексуализированного насилия.**

Среди девушек самая высокая доля тех, кто никому не рассказал о насилии, отмечена при кибербуллинге (27,0%) и сексуализированном насилии (20,5%). У юношей на первом месте по латентности находится сексуализированное насилие: 37,0% никому не рассказали о таком опыте. На втором месте — кибербуллинг (28,3%).

При психологическом и физическом насилии, а также при буллинге респонденты чаще рассказывали о случившемся близким и чаще обращались за профессиональной помощью. Среди девушек обращение за поддержкой в целом выше, чем среди юношей. Например, после физического насилия 77,6% девушек рассказали близким и 32,0% обращались к профессионалам, тогда как у юношей эти показатели составили 74,2% и 17,3%. После психологического насилия близким рассказали 81,0% девушек и 76,3% юношей, к профессионалам обращались 37,3% и 26,1% соответственно.

Наиболее выраженные гендерные различия наблюдаются при сексуализированном насилии. Юноши существенно реже рассказывают о нем близким, чем девушки (48,1% против 72,6%), и значительно чаще никому не сообщают о случившемся (37,0% против 20,5%). Это может указывать на более сильные барьеры признания и раскрытия такого опыта у мужчин.

В целом результаты показывают, что за помощью обращаются далеко не всегда, а некоторые виды насилия остаются особенно скрытыми. Это важно учитывать при организации помощи: людям нужны такие форматы поддержки, при которых о пережитом можно говорить безопасно, без страха осуждения и недоверия.

### 3. Обстоятельства, последствия и обращение за помощью при разных видах насилия

В этой главе рассматриваются обстоятельства разных видов насилия, о которых респонденты сообщили как о личном опыте. Поскольку эти вопросы задавались только тем, кто сообщил о соответствующем виде насилия, проценты в тексте приведены для тех, кто сообщил о соответствующем виде насилия.

#### 3.1. Физическое насилие

Профиль физического насилия у девушек и юношей заметно различается. У девушек этот опыт чаще связан с домашней средой и семейным окружением: дом как место насилия указали 75,1%, члена семьи как агрессора — 68,2%. У юношей физическое насилие чаще связано с учебной средой и сверстниками: учебное заведение как место насилия указали 56,1%, сверстника как агрессора — 61,4%.

При анализе по возрасту видно, что контекст физического насилия меняется. В детстве до 11 лет оно чаще всего связано с домом и семьей: дом указали 71,0%, члена семьи как агрессора — 71,2%. В подростковом возрасте 12–17 лет на первый план выходят учебная среда, улица и сверстники. После 18 лет возрастает роль партнерского насилия: партнера или супруга как агрессора указали 41,4% тех, кто сообщил о физическом насилии в этом возрасте.

Физическое насилие часто имеет повторяющийся характер, особенно у девушек и в детском возрасте. Среди девушек 37,5% указали, что это происходило более 10 раз. Для опыта, относящегося к возрасту до 11 лет, также характерна высокая повторяемость: 45,1% сообщили о частоте «более 10 раз». Это позволяет предполагать, что значительная

часть такого опыта связана не с единичными инцидентами, а с повторяющимся семейным насилием или практиками физического наказания.

Даже при физическом насилии наиболее выраженными оказываются не только физические, но и психологические последствия. У девушек тяжелые психологические последствия отмечаются значительно чаще, чем у юношей: 25,5% против 9,6%. Наиболее высокие оценки психологических последствий связаны с опытом физического насилия, пережитого в детстве, что указывает на его длительное влияние на чувство безопасности и доверие.

Большинство пострадавших рассказывали о случившемся близким: 76,1% в целом, в том числе 74,2% юношей и 77,6% девушек. К профессионалам обращался примерно каждый четвертый, причем девушки делали это заметно чаще, чем юноши: 32,0% против 17,3%. При этом почти каждый пятый вообще ни к кому не обращался, а среди юношей таких было больше, чем среди девушек.

В целом физическое насилие нельзя рассматривать только как разовый конфликт или как проблему телесного вреда. Его контекст, повторяемость и последствия показывают, что при выявлении такого опыта важно глубже оценивать семейную ситуацию, возраст начала насилия, возможное наличие других форм небезопасности и потребность в психологической помощи.

### 3.2. Психологическое насилие

Психологическое насилие — одна из самых распространенных форм негативного опыта, особенно у девушек. Его профиль показывает, что это насилие часто связано не с разовым инцидентом, а с длительным давлением в значимых отношениях и повседневной среде.

Для обеих групп основными контекстами психологического насилия являются дом и учебная среда, однако у девушек домашний контекст выражен заметно сильнее. Дом как место такого насилия указали 65,4% девушек и 40,3% юношей, учебное заведение — 53,8% и 63,2% соответственно. Это означает, что у юношей психологическое насилие чаще связано с учебной средой и сверстниками, а у девушек — одновременно с учебной средой, семьей и близкими отношениями.

Возрастной анализ показывает смену контекстов и агрессоров. В детстве психологическое насилие чаще всего связано с семьей, домом и значимыми взрослыми. В подростковом возрасте усиливается роль сверстников и учебной среды. После 18 лет заметно возрастает вклад партнерских отношений: партнера или супруга как агрессора указали 42,9% тех, кто сообщил о психологическом насилии во взрослом возрасте. Это позволяет рассматривать психологическое насилие как форму опыта, которая меняет свои внешние проявления по мере взросления, но при этом может сохранять преемственность.

Психологическое насилие чаще всего носит систематический характер. Среди девушек 53,6% указали, что сталкивались с ним более 10 раз, среди юношей — 40,0%. Особенно высокая повторяемость характерна для опыта, относящегося к детству: в группе 0–11 лет доля ответов «более 10 раз» составила 63,3%. Это подтверждает, что психологическое насилие нередко представляет собой длительный и устойчивый процесс.

Наиболее выраженные последствия психологического насилия — психологические. У девушек они существенно тяжелее, чем у юношей: тяжелые психологические последствия отметили 30,9% девушек и 10,8% юношей, средняя оценка также выше — 3,8 против 3,0.

Наиболее высокие оценки психологических последствий связаны с опытом, пережитым в детстве, что говорит о его особенно длительном влиянии.

После психологического насилия большинство пострадавших обращались за поддержкой к близким, а примерно каждый третий — к профессионалам. Девушки обращались за профессиональной помощью заметно чаще, чем юноши. Главным профессиональным каналом помощи был психолог или психотерапевт.

В целом психологическое насилие следует рассматривать как один из наиболее значимых и часто недооцениваемых видов насилия. Его высокая распространенность, повторяемость, связь с семьей и близкими отношениями, а также выраженные психологические последствия делают особенно важными раннее выявление, внимательную диагностику контекста и доступность психологической помощи.

### 3.3. Сексуализированное насилие

О сексуализированном насилии как о личном опыте сообщили 22,0% участников исследования в целом, в том числе 37,7% девушек и 6,5% юношей. Этот опыт включает разные формы офлайн- и онлайн-насилия, поэтому его нельзя сводить к одному сценарию. Для девушек наиболее типичны получение нежелательных сексуальных сообщений, изображений или видео онлайн (60,2%) и нежелательные прикосновения к интимным частям тела (56,1%). У юношей сравнительно чаще упоминаются демонстрация интимных частей тела (41,1%) и получение нежелательных сексуальных сообщений, изображений или видео онлайн (38,3%). При этом 24,2% всех сообщивших о сексуализированном насилии указали, что столкнулись с принуждением к половому акту без согласия, а 34,5% — с попыткой, которой удалось избежать (убежать или получить помощь).

Для обоих полов ключевыми контекстами сексуализированного насилия остаются интернет и социальные сети, а также дом. У юношей эти места указали 39,3% и 34,6% соответственно, у девушек — 35,7% и 33,3%. У девушек заметно чаще, чем у юношей, в число типичных мест также входят улица или парк (25,9%) и общественный транспорт (13,6%), что согласуется с более высоким общим чувством небезопасности в публичной среде.

Возрастной анализ показывает, что контексты меняются, но дом и цифровая среда сохраняют значение на всех этапах взросления. В детстве до 11 лет лидирует дом (48,5%), в подростковом возрасте 12–17 лет — интернет и соцсети (41,1%), а после 18 лет дом (31,0%) и интернет (30,2%) остаются ведущими контекстами. Это означает, что сексуализированное насилие связано не только с внешней угрозой, но и с повседневной средой, в которой ребенок, подросток или молодой взрослый живет и общается.

Профиль агрессора также показывает, что сексуализированное насилие не сводится к нападению незнакомца. У юношей наиболее часто упоминаются незнакомый человек (34,0%) и друг или знакомый (33,6%). У девушек на первом месте также незнакомый человек (47,5%), но значимую роль играет ближайшее социальное окружение - друг или знакомый (30,9%), партнер или супруг (21,1%) и член семьи (17,5%). Это показывает, что риск связан не только с незнакомыми людьми, но и с близкими или знакомыми отношениями.

Частота такого опыта различается по полу. У девушек чаще встречаются повторяющиеся и трудно классифицируемые по числу эпизодов ситуации: 22,0% указали 2–3 эпизода, 15,6% — 4–10, 15,5% — более 10 раз, еще 24,2% выбрали вариант «другое». У юношей

чаще отмечались разовые эпизоды (33,6%) и 2–3 эпизода (23,4%). Это указывает на разный профиль пережитого опыта у девушек и юношей.

Тяжелые психологические последствия насилия отметили у себя 26,7% пострадавших, в том числе 27,0% девушек и 24,7% юношей. Средняя оценка психологических последствий составила 3,5 балла, у девушек она выше, чем у юношей — 3,5 против 2,9. Наиболее высокие оценки связаны с опытом, пережитым в детстве: в группе 0–11 лет средняя оценка психологических последствий составила 3,9.

После сексуализированного насилия 68,8% пострадавших рассказывали о случившемся близким, 22,3% обращались к профессионалам, а 22,9% не обращались ни к кому. Особенно уязвимой группой по барьерам обращения оказались юноши: только 48,1% рассказали близким, а 37,0% никому не сообщили о случившемся. У девушек эти показатели составили 72,6% и 20,5% соответственно.

В целом данные показывают, что сексуализированное насилие требует особого внимания к цифровой среде, семейному контексту, а также к высоким барьерам обращения за помощью.

### 3.3.1. Развратные действия как форма сексуализированного насилия

В исследовании «развратные действия» рассматривались не как отдельный вопрос анкеты, а как аналитически выделенная группа форм сексуализированного насилия. В нее были включены случаи, когда респонденты сообщали хотя бы об одном из следующих действий: демонстрация интимных частей тела, требования показать свои интимные части тела, сексуализированные действия в присутствии человека без его согласия, нежелательные сексуальные сообщения, а также прикосновения к интимным частям тела без согласия<sup>1</sup>.

С таким опытом сталкивались 17,5% участников исследования в целом. Гендерные различия выражены очень сильно: среди девушек этот показатель составил 30,8%, среди юношей — 4,5%.

У девушек наиболее уязвимым периодом оказался подростковый возраст. О развратных действиях в возрасте 14–15 лет сообщили 14,1% всей женской подвыборки, в возрасте 16–17 лет — 13,5%. При этом заметна и доля более раннего опыта: до 11 лет — 9,3%, в 12–13 лет — 10,1%. После 18 лет о таком опыте сообщили 8,1% девушек. У юношей показатели во всех возрастах значительно ниже — около 0,8–1,9%, поэтому возрастные различия у них интерпретируются с осторожностью.

Наиболее часто упоминаемыми агрессорами были незнакомый человек (49,8%), друг или знакомый (35,1%), партнер (31,1%), сверстник (21,8%) и член семьи (13,8%). Это показывает, что риск связан не только с незнакомцами, но и с романтическими и другими

---

<sup>1</sup> Постановление Пленума Верховного Суда РФ от 04.12.2014 № 16 "О судебной практике по делам о преступлениях против половой неприкосновенности и половой свободы личности" дает широкое определение развратных действий: "К развратным действиям в статье 135 УК РФ относятся любые действия, кроме полового сношения, мужеложства и лесбиянства, совершенные в отношении лиц, достигших двенадцатилетнего возраста, но не достигших шестнадцатилетнего возраста, которые были направлены на удовлетворение сексуального влечения виновного, или на вызывание сексуального возбуждения у потерпевшего лица, или на пробуждение у него интереса к сексуальным отношениям". В том же постановлении указано, что "развратными могут признаваться и такие действия, при которых непосредственный физический контакт с телом потерпевшего лица отсутствовал, включая действия, совершенные с использованием сети Интернет, иных информационно-телекоммуникационных сетей".

близкими отношениями, где давление и нарушение границ могут быть менее заметны и труднее распознаются как насилие.

Тяжелые психологические последствия отмечались примерно в трети случаев независимо от возраста, в котором происходили развратные действия в отношении респондента: 38,6% для опыта до 11 лет, 33,1% в 12–13 лет, 30,4% в 14–15 лет, 31,3% в 16–17 лет и 36,1% после 18 лет. Это означает, что психологический вред не снижается ни в старшем подростковом возрасте, ни после достижения совершеннолетия. Физические и экономические тяжелые последствия встречались существенно реже.

Как и при других формах насилия, основной маршрут помощи — обращение к близким, значительно реже — к профессионалам. При этом примерно каждый пятый никому не рассказывал о случившемся. В возрасте 16–17 лет к близким обращались 73,4%, к профессионалам — 22,7%, в полицию — 4,0%, а 20,2% не рассказывали никому. После 18 лет обращение к близким несколько выше (76,2%), к профессионалам выше (32,7%), но даже в этой группе 14,9% также ни к кому не обращались.

В целом данные показывают, что риск развратных действий не снижается после 16 лет, а психологические последствия и трудности обращения за помощью сохраняются. Это означает, что развратные действия остаются значимой угрозой и для потерпевших старше 16 лет, что позволяет поставить вопрос о необходимости дополнительных правовых механизмов и профилактических мер, обеспечивающих защиту подростков и молодежи 16 лет и старше от таких форм сексуализированного насилия.

### 3.4. Буллинг

Буллинг — одна из наиболее распространенных форм насилия в исследовании: о таком личном опыте сообщили 34,2% участников, в том числе 42,7% девушек и 25,9% юношей. До 18 лет буллинг почти полностью связан с учебной средой. Учебное заведение как место травли указали 86,3% юношей и 92,0% девушек. Это подтверждает, что буллинг прежде всего остается проблемой образовательной среды, хотя у юношей чаще, чем у девушек, в число значимых контекстов также входят улица, парк и другие внешние пространства.

С возрастом контекст меняется. В детстве и подростковом возрасте учебное заведение является основным местом буллинга: 95,3% в группе 0–11 лет и 92,1% в группе 12–17 лет. После 18 лет буллинг не исчезает, но чаще выходит за пределы учебной среды: на первый план выходят улица и парк (37,8%), учебное заведение сохраняется у 26,7%, а работа появляется как отдельный контекст у 13,3%. Это означает, что практики унижения и исключения могут продолжаться и в ранней взрослости, но в иных социальных средах.

Основной агрессор при буллинге — сверстник. Его указали 81,5% юношей и 89,5% девушек. При этом примерно каждый пятый сообщал об участии преподавателей, учителей или тренеров: 21,6% юношей и 22,6% девушек. Это важный результат, поскольку он показывает, что в части случаев буллинг поддерживается или не пресекается взрослыми в образовательной среде. После 18 лет профиль агрессора становится менее однородным: возрастает роль незнакомых людей, партнеров и коллег, что отражает смену контекстов.

Буллинг чаще всего имеет не разовый, а систематический характер. В целом 48,0% респондентов с таким опытом сообщили, что сталкивались с ним более 10 раз. У девушек эта доля выше и составляет 52,7%. Особенно выражена повторяемость в детстве: в

возрасте до 11 лет вариант «более 10 раз» отметили 56,8%. Это указывает на то, что буллинг часто представляет собой длительный процесс, а не отдельный эпизод.

Главный вред от буллинга связан с психологическими последствиями. Тяжелые психологические последствия отметили 18,2% пострадавших, в том числе 22,7% девушек и 11,1% юношей. Средняя оценка психологических последствий также выше, чем физических и экономических, и составляет 3,4 у девушек и 2,9 у юношей. Наиболее высокие оценки связаны с опытом буллинга в детстве.

После буллинга 74,3% пострадавших обращались за поддержкой к близким, 28,3% — к профессионалам, а 19,3% никому не рассказывали о случившемся. Среди профессиональных каналов помощи на первом месте психолог или психотерапевт (17,9%), на втором — сотрудники или руководство организации, где происходила травля (9,2%). Это показывает, что даже при высокой распространенности буллинга профессиональная помощь подключается далеко не всегда.

В целом результаты показывают, что буллинг — это устойчивая форма насилия, тесно связанная с образовательной средой, длительным повторением и выраженными психологическими последствиями. Это требует не только индивидуальной помощи пострадавшим, но и системной работы образовательных организаций по раннему выявлению и пресечению травли.

### 3.5. Кибербуллинг

О кибербуллинге как о личном опыте сообщили 16,5% участников исследования, в том числе 15,8% юношей и 17,2% девушек. Наиболее уязвимым периодом оказался подростковый возраст 12–17 лет: к этому периоду относится 71,9% опыта среди тех, кто сообщил о кибербуллинге. В то же время значимая часть такого опыта приходится и на возраст 18 лет и старше — 35,0% в целом, причем у юношей этот показатель выше, чем у девушек: 44,3% против 26,5%. Это показывает, что кибербуллинг не ограничивается школьным возрастом и сохраняется в ранней взрослости.

На первом месте среди агрессоров стоят незнакомые люди: их указали 60,7% юношей и 56,7% девушек. Однако значимую роль играют и сверстники, и знакомые. Сверстников указали 34,8% юношей и 41,8% девушек, друзей и знакомых — 29,2% и 25,1% соответственно. Это означает, что кибербуллинг связан как с анонимной агрессией от пользователей интернета и соцсетей, так и с уже существующими отношениями в круге общения.

Кибербуллинг часто носит повторяющийся характер. В целом 23,6% пострадавших сообщили, что сталкивались с ним 10 и более раз. У юношей особенно высока доля очень многократного опыта: 28,5% указали вариант «10 и более раз». У девушек чаще встречался ответ «другое» (22,1%), что, вероятно, отражает длительные и трудно поддающиеся подсчету ситуации.

Основной вред от кибербуллинга связан с психологическим состоянием. Тяжелые психологические последствия отметили около 13% пострадавших. Девушки в среднем оценивают психологические последствия выше, чем юноши: 2,9 против 2,4 балла. При этом у юношей заметнее выражены экономические последствия: средняя оценка составила 1,8 против 1,4 у девушек, а тяжелые экономические последствия отметили 9,4% юношей. Это может указывать на то, что часть случаев включала вымогательство, мошенничество или затраты на восстановление доступа к аккаунтам.

После кибербуллинга 66,1% пострадавших обращались к близким, 17,0% — к профессионалам, а 27,6% не обращались ни к кому. Это один из самых высоких показателей нераскрытия среди всех изученных форм насилия. Основным источником поддержки были друзья: другу или подруге рассказывали 47,8% пострадавших. Среди профессиональных каналов на первом месте психолог или психотерапевт (9,5%), далее — полиция (4,1%) и юрист (3,0%).

В целом данные показывают, что кибербуллинг — это не разовые эпизоды в интернете, а нередко длительный и повторяющийся процесс, который особенно часто затрагивает подростков, но сохраняется и после 18 лет. Высокая доля тех, кто никому не рассказывает о таком опыте, показывает необходимость более понятных и безопасных механизмов помощи в цифровой среде.

### 3.6. Домашнее насилие

В этом отчете домашнее насилие рассматривается как аналитически выделенная категория. Оно фиксировалось в тех случаях, когда респондент сообщал о психологическом, физическом или сексуализированном насилии, а агрессором называл члена семьи, отчима или мачеху. Партнерское насилие в этот показатель не включалось, поскольку оно связано с другим типом отношений и требует отдельного анализа.

О наличии хотя бы одного вида домашнего насилия сообщили 24,0% участников исследования. У девушек этот показатель значительно выше, чем у юношей: 35,2% против 13,0%. Наиболее распространено домашнее психологическое насилие — 19,0% в целом, 28,5% у девушек и 9,8% у юношей. Далее следует домашнее физическое насилие — 14,7% в целом, 22,0% у девушек и 7,5% у юношей. Домашнее сексуализированное насилие встречается реже, но гендерный разрыв здесь особенно выражен: 7,5% у девушек против 0,9% у юношей. Для значительной части пострадавших домашнее насилие включает не один, а несколько видов. Один вид домашнего насилия отметили 11,9% всех респондентов, два вида — 10,4%, три вида — 1,7%. У девушек сочетание нескольких видов выражено сильнее: два вида указали 15,8% девушек против 5,2% юношей, а все три вида — 3,5% девушек, тогда как среди юношей таких случаев не выявлено.

Домашнее насилие в основном относится к детству и подростковому возрасту. Среди тех, кто пережил хотя бы один его вид, 76,1% указали, что это происходило в возрасте 0–11 лет, а 88,0% — в возрасте 12–17 лет. Однако после 18 лет такой опыт также не исчезает полностью: о нем сообщили 58,7% переживших домашнее насилие. Это означает, что для части молодых людей насилие со стороны членов семьи продолжается и после наступления совершеннолетия.

Во всех возрастах основу домашнего насилия составляют психологическое и физическое насилие. Среди переживших домашнее насилие в возрасте 0–11 лет психологическое насилие отметили 82,0%, физическое — 68,0%. Среди переживших домашнее насилие в 12–17 лет эти показатели составили 81,6% и 61,9%, а после 18 лет — 85,7% и 59,7% соответственно.

Отдельно оценивался систематический характер домашнего насилия, то есть случаи, когда хотя бы один его вид происходил 10 и более раз. Такой опыт есть у 9,3% всей выборки, в том числе у 14,3% девушек и 4,5% юношей. Среди тех, кто пережил домашнее насилие, систематический характер отметили 38,9%.

В целом результаты показывают, что домашнее насилие затрагивает значительную часть молодежи и нередко носит длительный, повторяющийся характер. Особенно важно, что оно часто начинается в детстве, продолжается в подростковом возрасте и у части респондентов сохраняется после 18 лет. Это подчеркивает необходимость раннего выявления, безопасных каналов помощи и более глубокой оценки семейного контекста, если выявлен хотя бы один признак насилия.

#### 4. Свидетели насилия

В этом исследовании свидетельство насилия означало, что респондент лично наблюдал ситуацию и определил ее как насилие. Для свидетелей уточнялось, кто был пострадавшим, где происходило насилие, как они реагировали и насколько уверенно чувствовали себя в момент ситуации. Оценка уверенности по шкале от 1 до 5 важна как индикатор готовности к действию: даже при желании помочь человек может не вмешаться из-за страха, растерянности или непонимания, как действовать безопасно.

В роли пострадавших свидетели чаще всего вспоминают близких по возрасту людей из своего окружения — друзей, подруг, одноклассников и однокурсников. Это особенно характерно для буллинга и кибербуллинга. При физическом и психологическом насилии у девушек чаще заметен семейный контекст: они чаще сообщают, что видели насилие в отношении родственников. У юношей чаще встречаются ситуации, где пострадавшими были сверстники или незнакомые взрослые.

По контексту наиболее «видимыми» для свидетелей оказываются физическое насилие, буллинг и кибербуллинг. Физическое насилие чаще наблюдается в учебной среде, на улице и в других публичных местах. Буллинг в первую очередь связан с учебным заведением, но также выходит в дом, на улицу и в интернет. Кибербуллинг, несмотря на онлайн-формат, тоже нередко заметен окружающим через публичные посты, комментарии, чаты и пересылки. Напротив, сексуализированное и часть психологического насилия чаще происходят в более закрытых контекстах, поэтому реже оказываются наблюдаемыми.

Наиболее типичная реакция свидетеля — поддержка пострадавшего. Она чаще всего упоминалась при всех видах насилия: например, при сексуализированном насилии ее отметили 50,0% свидетелей, при кибербуллинге — 45,1%, при буллинге — 40,2%, при психологическом насилии — 40,3%, при физическом насилии — 31,0%. Попытки активно вмешаться встречались реже: от 26,0% при физическом насилии до 29,6% при кибербуллинге. Помощь в обращении за поддержкой или в службы упоминалась еще реже.

Ключевая проблема состоит в том, что примерно около половины свидетелей при разных видах насилия сообщают: «я был(а) ребенком и не знал(а), как действовать». Этот ответ выбрали 53,9% свидетелей физического насилия, 49,3% — психологического, 49,1% девушек-свидетелей сексуализированного насилия, 45,8% — буллинга и 54,9% — кибербуллинга. Это показывает, что барьером часто является не безразличие, а отсутствие навыков безопасного реагирования.

Во всех видах насилия юноши оценивают свою уверенность в действиях выше, чем девушки. У девушек самые низкие средние оценки уверенности зафиксированы при свидетельстве физического насилия (2,1) и кибербуллинга (2,3). В целом по выборке уверенность также ниже именно в этих ситуациях. Вероятно, такие случаи

воспринимаются как более опасные, плохо контролируемые и потенциально рискованные для самого свидетеля.

В целом результаты показывают, что проблема насилия касается не только пострадавших, но и свидетелей. Наиболее распространенная реакция — поддержка, но готовность к активным и безопасным действиям остается ограниченной. Это указывает на необходимость обучать детей, подростков и молодежь простым и безопасным стратегиям поведения свидетеля: как поддержать пострадавшего, как позвать на помощь, к кому обратиться и как не ухудшить ситуацию.

## 5. Семейная профилактика и представления молодежи об эффективных мерах

Семья — один из ключевых контекстов, который может как снижать, так и повышать риски насилия. Это связано с условиями воспитания, качеством отношений с родителями и тем, как в семье обсуждаются вопросы безопасности. Большинство респондентов выросли в родной семье с кровными родителями (82,1%). Еще 15,1% воспитывались в семье, где хотя бы один из родителей не был кровным. Другие варианты семейного устройства встречались значительно реже.

Эмоциональный климат в семье разнообразен. В целом 34,1% респондентов описывают отношения с родителями как теплые и доверительные, 20,5% — как нейтральные. Одновременно значительная часть говорит о напряженных или неоднозначных отношениях: 12,7% называют их сложными или временами враждебными, 21,4% — теплыми с одним родителем и холодными с другим.

Анализ показывает, что качество отношений с родителями связано со стратегиями раскрытия опыта насилия, но не одинаково для всех его видов. Наиболее отчетливо эта связь проявляется в случае психологического насилия: более теплые и устойчивые отношения чаще связаны с более благоприятными траекториями обращения за помощью, а холодные или конфликтные — с более высоким риском полного нераскрытия опыта. Для физического насилия связь особенно заметна в отношении обращения к профессионалам. Для буллинга она выражена слабее, а для кибербуллинга и сексуализированного насилия в данном анализе устойчивых связей не выявлено или они были менее отчетливы. При этом важно помнить, что такие результаты показывают статистическую связь, но не позволяют делать причинно-следственные выводы.

Профилактические беседы в семье чаще касаются повседневной безопасности, чем насилия и обращения за помощью. Чаще всего респонденты вспоминали разговоры о дорожной безопасности (90,1%), вреде алкоголя и наркотиков (84,8%), поведении с незнакомыми людьми и риске похищения (82,3%), а также об опасных знакомствах в интернете (73,3%). Темы, напрямую связанные с насилием, обсуждаются реже: защита от физического насилия — 68,9%, личные границы и право сказать «нет» — 59,2%, безопасность в отношениях — 45,8%, что делать при травле — 55,4%, куда обращаться за помощью — 54,6%. Таким образом, чаще предупреждают о рисках, чем обсуждают конкретные алгоритмы действий в опасной ситуации.

Сами респонденты оценивают влияние таких бесед неоднозначно. Наиболее частые эффекты — «стал(а) осторожнее» (65,4%) и «понял(а), что такое личные границы» (33,1%). Однако только 21,5% отмечают, что после этих разговоров им стало легче обращаться за помощью. Одновременно 13,9% считают, что беседы никак не повлияли,

11,7% говорят, что им было неприятно, как это обсуждали, а 9,5% — что такие разговоры скорее напугали их. Это показывает, что важен не только сам факт профилактики, но и форма разговора: профилактика может поддерживать, а может усиливать тревогу и закрывать возможность дальнейшего общения.

Наиболее важными мерами профилактики молодежь считает системные решения: улучшение городской среды (средняя оценка 4,5 из 5), обучение специалистов (4,4), развитие бесплатной психологической и правовой помощи (4,4), а также вовлечение родителей и учителей (4,4). Ниже оцениваются меры, опирающиеся только на индивидуальные навыки, например курсы самозащиты.

В целом результаты показывают, что семья остается важнейшим пространством профилактики, но ее потенциал может быть усилен. Для профилактики важны не только сами разговоры в семье, но и их качество, доверительный характер и ориентация на конкретные действия в ситуации риска.

## 6. Роль профилактики в раскрытии опыта насилия и обращении за помощью

Для анализа факторов, связанных с раскрытием опыта насилия и обращением за помощью, были построены отдельные статистические модели по пяти видам насилия: физическому, психологическому, сексуализированному насилию, буллингу и кибербуллингу. Анализ позволял оценить, что связано с тремя вариантами реагирования: рассказал ли участник о случившемся, обращался ли за профессиональной помощью и оставался ли опыт полностью нераскрытым.

В моделях учитывались пол, возраст, в котором произошло насилие, его повторяемость, тип агрессора, тяжесть последствий, а также два показателя, связанных с профилактикой: насколько широко с респондентом обсуждались темы безопасности и насколько полезными для него оказались эти разговоры. Таким образом, оценивалась не только сама подверженность профилактике, но и то, был ли этот опыт понятным и конструктивным.

Результаты показали, что решение рассказать о насилии и обратиться за помощью связано сразу с несколькими факторами. Существенную роль играет тяжесть последствий: чем сильнее пережитый опыт повлиял на жизнь человека, тем выше вероятность, что он не останется с ним один на один и будет искать поддержку. При этом в ряде моделей значимыми оказались и показатели, связанные с профилактикой. Наиболее заметно это проявилось в случаях психологического насилия и буллинга. Именно здесь профилактический опыт чаще был связан с более благоприятными стратегиями реагирования: большей вероятностью рассказа о случившемся, обращения за помощью и меньшей вероятностью полного молчания. Это особенно важно, поскольку психологическое насилие и буллинг часто недооцениваются и могут дольше оставаться нераспознанными.

Для физического и сексуализированного насилия вклад профилактики в моделях был менее выражен, чем вклад тяжести последствий. Однако это не означает, что профилактика не важна. Скорее, в этих случаях решение обратиться за помощью сильнее определяется самим опытом насилия и его последствиями. В то же время профилактика может играть роль более раннего ресурса: помогать быстрее распознавать недопустимость происходящего, лучше понимать границы и знать возможные пути помощи.

Отдельно важно, что статистические модели лучше объясняли именно обращение за профессиональной помощью, чем сам факт рассказа кому-либо из близких. Это позволяет предположить, что путь к профессиональной помощи связан не только с тяжестью ситуации, но и с тем, был ли у человека понятный опыт разговоров о безопасности, насилии, границах и доступной поддержке.

Важно учитывать, что этот вывод является предварительным. Анализ выявляет статистические связи, но не позволяет делать строгие выводы о причинно-следственных отношениях. Для более надежной оценки влияния профилактики нужны специальные исследования с экспериментальными дизайнами.

## Рекомендации

Рекомендации подготовлены на основе результатов исследования о распространенности разных форм насилия, их возрастной динамике, различиях в опыте девушек и юношей, барьерах обращения за помощью, роли семьи, сверстников и обращения за профессиональной поддержкой. Они сгруппированы по двум направлениям: предупреждение насилия и поддержка пострадавших.

Подробное обоснование рекомендаций представлено [в полной версии отчета](#).

### I. Предупреждение насилия

- 1. Усилить работу с родителями как с ключевой группой профилактики.**  
Нужны программы, которые помогают родителям говорить с детьми о насилии, личных границах, цифровых рисках и обращении за помощью без усиления тревоги, а также замечать косвенные признаки неблагополучия.
- 2. Развивать комплексные школьные программы предотвращения агрессии.**  
Профилактика в школах должна включать понятные правила безопасности, процедуры реагирования на сообщения о насилии, регулярное обучение сотрудников и системную работу с буллингом и другими формами агрессии.
- 3. Включать в профилактику не только предупреждения, но и навыки действий.**  
Подросткам и молодежи нужны понятные алгоритмы: как распознать насилие, что делать сразу, где искать помощь.
- 4. Отдельно обучать сверстников и возможных свидетелей.**  
Важно включать в программы модули о том, как безопасно поддержать пострадавшего, передать информацию взрослым или специалистам и правильно реагировать в ситуации риска.
- 5. Включить профилактику насилия в базовую подготовку специалистов.**  
В программах подготовки педагогов, психологов, специалистов по социальной работе и медицинских специалистов должны быть основы идентификации насилия, реагирования на раскрытие и маршрутизации за помощью.
- 6. Снижать стигму в публичной коммуникации о насилии.**  
СМИ, блогерам и информационным проектам важно избегать обвиняющих и обесценивающих формулировок, не усиливать стигму и прямо указывать доступные источники помощи.

## II. Поддержка и защита пострадавших

7. **Усилить раннее выявление насилия по косвенным признакам.**  
Специалистам необходимы навыки распознавания не только физических, но и психологических и поведенческих признаков неблагополучия.
8. **Развивать понятные и вызывающие доверие маршруты помощи для подростков и молодежи.**  
Помощь должна быть доступной, с ясной информацией о том, куда и как можно обратиться.
9. **Проводить комплексную оценку ситуации при выявлении насилия.**  
Если выявлен один эпизод, важно проверять и другие риски: дома, в школе, в отношениях, в цифровой среде. Насилие может иметь множественный и повторяющийся характер.
10. **Повышать доступность помощи для подростков и молодежи обоих полов.**  
Сервисы помощи должны использовать язык и каналы коммуникации, которые прямо показывают, что мальчики и юноши тоже могут обращаться за поддержкой.
11. **Учитывать психологический вред как самостоятельное основание для помощи.**  
При оценке последствий насилия важно учитывать не только физические травмы, но и психологический ущерб, который часто оказывается более выраженным и длительным.
12. **Связывать правовую помощь с психологической поддержкой.**  
Пострадавшему (-шей) нужно не только юридическое сопровождение, но и психологическая и кризисная помощь.
13. **Обучать ближайшее окружение правильной реакции на раскрытие насилия.**  
Родителям, педагогам и подросткам важно знать, как выслушать, не обвинять, поддержать и помочь обратиться за профессиональной помощью.
14. **Рассмотреть дополнительные правовые механизмы защиты потерпевших старше 16 лет.**  
Рассмотреть возможность дополнительных правовых механизмов защиты потерпевших старше 16 лет от развратных действий.
15. **Повышать компетентность специалистов в раннем выявлении домашнего насилия и поддержке семьи.**  
Нужны программы обучения по распознаванию признаков домашнего насилия, безопасной коммуникации с ребенком, предотвращению вторичной травматизации и поддерживающей работе с семьей.
16. **Разрабатывать протоколы оценки риска и межведомственного реагирования на домашнее насилие.**  
Домашнее насилие часто носит длительный и повторяющийся характер, поэтому помощь не должна строиться вокруг одного эпизода. Нужны алгоритмы оценки риска, совместной работы служб и сопровождения случая.