

ОСОБЛИВОСТІ ПСИХОЛОГІЧНИХ УМОВ ТА ЧИННИКІВ КОПІНГ-ПОВЕДІНКИ ПОСТРАЖДАЛИХ ВІД ДОМАШНЬОГО НАСИЛЬСТВА ЖІНОК

PECULIARITIES OF PSYCHOLOGICAL CONDITIONS AND FACTORS OF COPING BEHAVIOR OF WOMEN AFFECTED BY DOMESTIC VIOLENCE

Стаття присвячена аналізу емпіричного дослідження психологічних умов та чинників копінг-поведінки постраждалих від домашнього насильства жінок. Актуальність дослідження має підґрунтя збільшення випадків домашнього насильства після початку повномасштабного вторгнення в Україну країни агресора росії, що, на жаль, посилює ознаки впливу стресових обставин на кожного українця окремо, а також на рівень напруження у родинах в цілому.

Переважаючою більшістю постраждалих від домашнього насильства є жінки, які за тих чи інших обставин опинилися у складних життєвих умовах. Невтішні статистичні дані прогнозують в подальшому підвищення показників випадків насильства, через посилення загального психологічного напруження українців, а також впливу стресу на ментальне здоров'я. Саме тому вкрай важливо звернути увагу на запобігання та профілактичні заходи щодо домашнього насильства; вивчення чинників та умов формування копінг-поведінки постраждалих, для подальшого опрацювання та створення відповідних програм превенції, а також покращення благополуччя.

В емпіричному дослідженні було використано комплекс діагностичних методик, які визначали різні сторони впливу на формування та поведінку подолання. Показники включали не тільки копінг-стратегії, а й стилі виховання у прабатьківській родині, наявність інтолерантності до невизначеності, співзалежні моделі поведінки та самоставлення постраждалих. Кожен аспект за тих чи інших обставин має свої важелі, які врешті-решт складають загальну картину формування та посилення показників в умовах погіршення зовнішнього психоемоційного фону суспільства під час війни. Отримані дані розкривають фактори переваги, а також чинники, стимуляція яких зможе вплинути на подальший вибір конструктивної копінг-поведінки постраждалими, що у підсумку покращуватиме подолання і працюватиме на запобігання домашньому насильству.

Ключові слова: копінг-поведінка, постраждалі від домашнього насильства, життєстійкість, інтолерантність / толерант-

ність до невизначеності, співзалежність, самоставлення.

The article is devoted to the analysis of the empirical study of psychological conditions and factors of coping behavior of women affected by domestic violence. The relevance of the study is based on the increase in cases of domestic violence after the start of the full-scale invasion of Ukraine by the aggressor russia, which, unfortunately, increased the signs of the impact of stressful circumstances on each individual Ukrainian, as well as on the level of stress in families as a whole.

The overwhelming majority of victims of domestic violence are women who, under one or another circumstances, have found themselves in difficult living conditions. Disappointing statistical data predict a further increase in the number of cases of violence, due to the increase in the general psychological stress of Ukrainians, as well as the impact of stress on mental health. That is why it is extremely important to pay attention to prevention and preventive measures regarding domestic violence; study of factors and conditions of formation of coping behavior of victims, for further elaboration and creation of appropriate prevention programs, as well as improvement of well-being.

The empirical study used a set of diagnostic techniques that determined different aspects of the influence on the formation and behavior of coping. Indicators included not only coping strategies, but also parenting styles in the toparental family, the presence of intolerance to uncertainty, codependent patterns of behavior and self-attitude of the victims. Each aspect under certain circumstances has its own levers, which ultimately make up the general picture of the formation and strengthening of indicators in the conditions of deterioration of the external psycho-emotional background of society during the war. The obtained data reveal factors of preference, as well as factors, the stimulation of which can influence the subsequent choice of constructive coping behavior by victims, which will ultimately improve coping and work to prevent domestic violence.

Key words: coping behavior, victims of domestic violence, resilience, intolerance / tolerance to uncertainty, codependency, self-reliance.

УДК 159.922.1.07-055.2-058.6:159.947]:
364.63](477)(045)
DOI [https://doi.org/10.32782/2663-5208.
2024.62.30](https://doi.org/10.32782/2663-5208.2024.62.30)

Попович Я.О.

здобувачка освітнього ступеня
доктора філософії
кафедри психології
та особистісного розвитку
ДЗВО «Університет
менеджменту освіти»

Постановка проблеми. Проблема домашнього насильства у сучасних реаліях України має один із показників посиленої уваги, оскільки за останні роки невтішна статистика констатує динаміку погіршення. За офіційними даними МВС України на 30 березня 2024 року [11] кількість зареєстрованих правопорушень щодо домашнього насильства зросло на понад 20% у порівнянні з 2023 роком, а також ще на 20% у порівнянні з 2022 роком; переважна більшість постраждалих жінок.

Ще до початку повномасштабної війни в Україні підтверджено високий рівень показників випадків насильства; зважаючи на специфіку або ж не висвітлені факти, маємо розуміти що рівень значно вищий за офіційні дані. Отже, можна припустити що збільшення офіційної реєстраційної статистики збільшить і незареєстровані випадки.

Проблемі домашнього насильства варто приділити особливу увагу серед розробок профілактичних заходів боротьби з насильством

як таким. Оскільки переважною більшістю постраждалих є жінки та діти, випадки кривди щодо них часто відбуваються за закритими дверима домівок, а це безперечно ускладнює не тільки доступ допомоги, а й розкриття злочинності, підтвердження фактів та ін.

Перш ніж розробляти програми превенції домашньому насильству, варто звернути увагу на причинно-наслідкові зв'язки поведінкових норм та патернів постраждалих, а також можливості потенційного вибору конструктивної або ж деструктивної копінг-поведінки. Маючи статистичне підтвердження, на основі якого ми можемо створити необхідні умови для стимуляції вибору саме конструктивних копінгів, розвитку життєстійкості, позитивного самоставлення та толерантності до невизначеності, а також коректної міжособистісної взаємодії з близькими та рідними. Таке дослідження має важливий базис у боротьбі з насильством як таким загалом і пояснення окремих причин формування специфіки поведінки постраждалих, з точки зору психоемоційного стану та психофізіологічних процесів.

Сучасні дослідники поведінкових звичок постраждалих від домашнього насильства Д. Герман [1], Б. Колк [4], Б. Уайнхолд та Д. Уайнхолд (В. Weinhold & J. Weinhold) [10] підтверджують важливість глибокого розуміння формування тієї чи іншої стратегії вибору, що має підґрунтя дитячо-батьківської взаємодії у родині постраждалих, коли відбувалося формування особистості жінки, а також впливу оточення на посилення негативних ознак, подекуди розвитку звуження перспективи долання.

Метою дослідження стало вивчення актуальних потреб, виокремлення необхідних умов покращення, пошуку конструктивних виходів та пояснення причин не тільки для постраждалих від домашнього насильства жінок, а і для надавачів послуг комплексної допомоги постраждалим. Для реалізації поставленої мети було започатковане проведення емпіричного дослідження копінг-поведінки та чинників, що допоможуть стимулювати вибір постраждалими жінками поведінки подолання, виходу з кола насильства, позаяк зміни складних обставин життя на позитивну перспективу.

Матеріали та методи дослідження: для збору статистичних даних та аналізу значущих показників було використано комплекс діагностичних методик: опитувальник «Brief-COPE» (авт. Ч. Карвер, укр. адаптація Т. Яблонської та ін.) [9]; опитувальник «Коротка версія тесту життєстійкості» (авт. В. Олефір) [6]; опитувальник «Стиль виховання у прабаб'яківській сім'ї» (авт. Я. Попович) [8]; опитувальник «Діагностика копінг-поведінки у стресових ситуаціях» (авт. Н. Ендлер та Д. Паркер) [3]; опитувальник «Шкала інтолерантності до

невизначеності» (авт. Н. Карлетон, укр. адаптація Г. Громової) [2]; опитувальник «Визначте ваш рівень співзалежності» (авт. Б. та Д. Уайнхолд, укр. адаптація В. Лук'янець) [5] та опитувальник «Діагностика рівня самоставлення» (авт. Я. Попович) [7].

Емпіричне дослідження особливостей психологічних умов та чинників копінг-поведінки постраждалих від домашнього насильства жінок проводилося протягом 2022–2023 рр. Загальна вибірка складалася з 51 постраждалої, віком від 19 до 58 років. 67% респонденток мають дітей. За освітою 31,4% мають середню фахову освіту (коледж, училище), майже 67% вищу освіту (інститут / університет) та 2% закінчили середню школу. На момент дослідження 70% працювали, а 30% не мали роботи (домашнє господарювання, пошук вакансій).

Результати дослідження. Після проведеного анкетування та обробки даних було отримано цікаві результати, з якими варто ознайомитися надавачам послуг у боротьбі з наслідками домашнього насильства – перш за все представникам соціальних служб, психологам та поліцейським, оскільки вони можуть дещо розкрити та пояснити поведінкові патерни постраждалих.

Звернімося до переліку деяких значущих вхідних даних опитувальників копінг-поведінки за опитувальниками «Brief-COPE» (авт. Ч. Карвер, укр. адаптація Т. Яблонської та ін.) [9] та «Діагностика копінг-поведінки у стресових ситуаціях» (авт. Н. Ендлер та Д. Паркер) [3]: стратегії відволікання у подоланні складних обставин обирають 39,2% постраждалих, вірогідно являючись адаптивною стратегією; уникання або ж витіснення використовують 45,1%; вживають алкоголь або ж інші засоби заспокоєння 33,3%; готові приймати емоційну підтримку 41,2% постраждалих; не зважаючи на складнощі все ж таки намагаються покращити ситуацію 43,1% опитуваних; звертаються до комунікативних способів подолання 39,2%; схильні критикувати себе 52,9%; спираються на сторонню допомогу 39,2%, що з однієї сторони полегшує стан речей, або ж відкладає взяття відповідальності за вирішення проблем; що цікаво зазначити – схильні подавляти негативні почуття 39,2%, такі показники підтверджують патерни приховування правди, задля тих чи інших ймовірних важелів адаптації; до духовних переконань, релігії звертаються 35,3%, що допомагає справлятися з навантаженням на психоемоційний стан, або ж виправдовує насильство.

Щодо вхідних даних показників опитувальника «Короткої версії життєстійкості» (авт. В. Олефір) [6] цікаві факти того чи іншого вибору постраждалими жінками: 37,3% респонденток не завжди впевнені у власних рішеннях, що складає показник впливу

невпевненості на вибір життєвої позиції; байдужість від сторонніх відчувають 41,2%, як бачимо такі дані можуть мати глибоко суб'єктивне підґрунтя відчуття ізоляції та неухважності до постраждалих; дисоціативні прояви визнають 39,2% постраждалих, що вказує на наявність психічних довготривалих чи тимчасових розладів (звісно зважаючи на стан респонденток під час відповідей на питання, що потребує детального вивчення; таке припущення лише є гіпотетичним); бажання змінити минуле визначили 31,4% респонденток, ймовірно дозволяючи припущення впливу минулих подій на якість сьогодення; не зважаючи на складні обставини 41,2% вважають життя цікавим і яскравим, що підтверджує позитивну перспективу частини постраждалих. Серед оптимістичних відповідей також можемо констатувати вибір зосередження на вирішенні проблеми у 39,2%; схильні іноді переключатися на позитивні моменти життя під час подолання 31,4%; соціальну взаємодію у складних обставинах готові обирати лише 11,8%. Схильні до інтроверсії та занурення у відчуття болю і страждання 37,3%, дуже часто проявляють емоційність 25,2%; іноді звинувачують себе за відсутність способів подолання 33,3%; ситуативно завмирають перед неочікуваним викликом 17,6%; часто намагаються вийти переможцем у ситуації лише 9,8%, як бачимо, відсоток доволі невеликий. Наразі у даній статті представлено лише частковий зріз даних, проте вони дають можливість звернути увагу на специфіку вибору постраждалими тих чи інших стратегій та акцентувати розробку корекційних програм.

Цікавими показниками емпіричного дослідження виявилися дані опитувальника «Стиль виховання у прабаб'яківській сім'ї» (авт. Я. Попович) [8], оскільки під час дослідження було сформульовано припущення, що вибір постраждалими кола насильства ґрунтується також на впливі дитячої історії ранньої травматизації у їхній родині. Треба розуміти, що однозначного вибору тільки одного стилю виховання не може бути, оскільки в родинах зазвичай можна спостерігати комбінацію різних стилів, на це варто зважати під час загального аналізу та висновків. Дійсно, авторитарний стиль виховання був притаманний майже третині досліджуваних, серед показників якого тотальний контроль мав місце у 47,1% опитуваних, отримували тусани / били 45,1% респонденток; іноді засуджували 31,4%, часто засуджували 23,5%; батьки / піклувальники постраждалих часто вели жорстоку дисципліну та систему покарань у відповідях 45,1%. Ігноруючий стиль виховання визнавали у відповідях також майже третина опитуваних, звернімо увагу на деякі показники питань: 27,5% обрали часто байдуже ставлення до них у родині;

43,1% визнали не зацікавлену позицію батьків / піклувальників щодо бачення / визнання їхньої думки; байдужість до поточних проблем часто відчували 15,7% опитуваних, іноді – 56,9%; відчуття частоті самотності у дитинстві обрали 9,8% та іноді 49%. Як бачимо, стиль виховання і його запитання спонукають замислитися над впливом у майбутньому дорослому житті на вибір тих чи інших стратегій, формування позитивної або негативної перспективи.

Варто зазначити й про неоднозначний вплив гіперопікаючого стилю виховання на поведінкові патерни, оскільки наявні і такі відповіді, що підтверджують факти гіперопіки у постраждалих жінок. Отже, пропонуємо звернути увагу на отримані дані вибору відповідей: відчуття надмірної ситуативної любові визнали 25,5% респонденток; часто надто опікали 13,7%; демонстративно захищали 5,9%. Можемо припустити що є також негативний вплив надмірної любові на майбутні стратегії самостійного конструктивного подолання проблем. Ймовірно отримані дані можуть спонукати до наступних більш глибоких досліджень впливу раннього розвитку та оточення на копінг-стратегії не тільки постраждалих від домашнього насильства жінок, а й інших специфічних вибірок.

Дослідження відповідей за опитувальником «Шкала інтолерантності до невизначеності» (авт. Н. Карлетон, укр. адаптація Г. Громова) [2], який дозволяє звернути увагу на важливість показників саме толерантності до невизначеності у виборі стратегій подолання, оскільки гнучкість та адаптивність, позитивна перспектива (не зважаючи на складні обставини життя) допомагають підтримувати активний пошук вирішення, фокусування на аналітичній здібності вибору майбутніх кроків; зниження емоційного залучення, використання конструктивного шляху через усвідомлений вибір і подекуди контрольовані реакції. Отже, пропонуємо ознайомитися з деякими відсотковими показниками опитувальника: непередбачувані події надто засмучують 33,3% опитуваних; бажання контролювати, а також мати необхідну інформацію превалює у 23,5% відповідей, що вказує на зменшення гнучкості під час пошуку рішень; відсутність визначеності заважає значною мірою 21,6% постраждалих; непередбачувані події здатні зіпсувати настрій 21,6% респонденток; бажають уникати невизначених ситуацій значною мірою 17,6%, а також дуже схильні 9,8%. Як бачимо показники вибору відповідей постраждалих мають ознаки інтолерантності до невизначеності, що значно ускладнює процес конструктивного шляху подолання.

Опитувальник «Визначте ваш рівень співзалежності» (авт. Б. та Д. Уайнхолд, укр. адаптація В. Лук'янець) [5] є одним із важливих у дослідженні вибору тієї чи іншої копінг-пове-

дінки постраждалими від домашнього насильства жінок. Відповіді на питання та отримані висновки підтверджують вплив співзалежних моделей поведінки з близькими та оточуючими на майбутню перспективу вибору виходу з кола насильства, або ж навпаки, підтримку нездорового способу життя (подекуди не тільки продиктованого ситуативними обставинами, а й наявними можливостями, проте які не будуть врешті-решт обраними). Досліджуючи специфіку співзалежних моделей поведінки науковці Б. Уайнхолд та Д. Уайнхолд (B. Weinhold & J. Weinhold) [10] дійшли висновку, що має місце вплив ранньої травматизації на формування емоційної залежності як від батьків, так і від партнерів, керівників на роботі, загалом будь-яких представників домінантної поведінки. Звернімо увагу на деякі відповіді досліджуваних, як підтвердження припущення значення показників опитувальника: майже завжди схильні брати на себе відповідальність за почуття та поведінку інших людей 13,7% опитуваних, або досить часто 23,5%; переживають щодо реагування сторонніх на поведінку постраждалих часто 31,4%, майже завжди 23,5%, такі показники підтверджують схильність постраждалих сприймати себе через оцінку іншими, що ускладнює автономність; готові виправдовувати поведінку інших 33,3% респонденток; мають складнощі підтримувати майже завжди тісні стосунки 29,4%; часто схильні засуджувати себе суворо 23,5%, а також готові покладатися на волю інших майже завжди 19,6%, досить часто 27,5% (що підтверджує недостатню незалежність у взаємодії з іншими); потреби інших людей на першому місці майже завжди у 15,7%. Отримані відповіді невітшно констатують про ознаки співзалежних моделей поведінки; у загальному підсумку дослідження виявлено що дуже високий рівень підтверджують 80,4% досліджуваних.

Аналізуючи отримані відповіді на питання опитувальника «Діагностика рівня самоствавлення» (авт. Я. Попович) [7] звертаємо увагу на показник відчуття агресії з боку оточуючих для респонденток – дуже часто і часто обрали 27,4%; турбує емоційний стан досить часто 35,3% опитуваних; мають складнощі прохати про потреби 41,2%; схильні часто засуджувати, критикувати себе за недоліки 27,5 %, дуже часто 25,5% (у відносному підсумку маємо більше половини респонденток); невпевненість у собі часто спостерігають 31,4%, дуже часто – 35,3%; засмучують невдачі надто часто 25,5% опитуваних; що цікаво, відчуття небезпеки визнають 35,3%, а це один із прямих доказів підвищеної загальної тривожності; звертають увагу на думку інших щодо себе часто 33,3%, дуже часто – 35,3% (також підтверджуючи залежне від зовнішньої оцінки самоствавлення). Підсумовуючи результат аналізу отриманих даних дослідження маємо

високий показник негативного самоствавлення у 92,2% досліджуваних, що фактично підкреслює значення та вплив самооцінки на відчуття благополуччя, готовність обирати ті чи інші стратегії подолання.

Висновки. Зважаючи на отримані дані, проведене емпіричне дослідження дало прогнозовані та неочікувані результати, на які варто акцентувати увагу у побудові майбутніх стратегій не тільки запобігання домашньому насильству як такому щодо жінок, а й плано-мірній поступовій роботі з постраждалими способами і засобами стимуляції, подекуди реабілітації / дисенсибілізації травматичного досвіду, наслідків ранньої травматизації; формуванню толерантності до невизначеності у майбутньому усвідомленому виборі стратегій подолання. Неможливо недооцінити вплив співзалежних моделей поведінки у стосунках чи взаємодії з іншими; акцентування на автономії, безпечних патернах спілкування потребують значних зусиль від постраждалих, адже багаторічний досвід має безпосередній акцент на автоматизацію вибору специфічних дій, що дають свій негативний вплив. У підсумку покращення самоствавлення, позитивна перспектива, салютогенний підхід до життя потребують особливої уваги під час роботи з постраждалими, так як вони потребують ретельної підготовки до майбутніх змін не тільки поведінкового характеру, а й внутрішньої готовності довіряти, зменшення аутоагресії та зовнішнього тиску, самозадоволення та впевненості у завтрашньому дні.

Усі вищенаведені показники, планування майбутньої позитивної перспективи можливі лише за умов зовнішньої безпеки життя постраждалих, адже фактори ризиків морально-психологічного тиску, фізичного знуцання та економічної залежності від кривдників можуть нівелювати усі зусилля. Такі аспекти варті уваги перш за все: якщо буде безпека тільки тоді варто працювати над формуванням, або ж корекцією копінг-поведінки для ефективної роботи з постраждалими від домашнього насильства жінками.

Отримані статистичні дані можуть бути корисними у наступних дослідженнях впливу домашнього насильства на рівень благополуччя, вибір копінг-стратегій, формування толерантності до невизначеності, залежної / незалежної поведінки у взаємодії з іншими, а також самоствавленні. Показники дають перспективу бачення глибини проблеми, пошуку способів подолання та засобів роботи. На нашу думку лише різносторонній підхід до проблеми, залучення різних організацій у боротьбі з насильством, розуміння чинників впливу, поширення інформування щодо наслідків, пропагування здорових стосунків дадуть очікувані позитивні результати.

ЛІТЕРАТУРА:

1. Герман Дж. *Травма та шлях до видужання. Наслідки насильства – від знуцань у сім'ї до політичного терору*. Львів : Видавництво Старого Лева, 2021. 424 с.
2. Громова Г.М. Інструменти вимірювання толерантності до невизначеності. Адаптація тесту «Шкала інтолерантності до невизначеності» Н. Карлетона. *Наукові студії із соціальної та політичної психології*, 2021. Випуск 47 (50). С. 115–130. DOI: [https://doi.org/10.33120/ssj.vi47\(50\).217](https://doi.org/10.33120/ssj.vi47(50).217).
3. Злишков В.Л., Лукомська С.О., Федан О.В. *Психодіагностика особистості у кризових життєвих ситуаціях*. Київ : Педагогічна думка, 2016. С. 173–175.
4. Колк Б. ван дер. *Тіло веде лік. Як лишити психотравми в минулому*. Київ : Vivat, 2022. 624 с.
5. Лук'янець В.В. Особистісні та сімейні кореляти батьківського вигорання жінок в часи війни. *Кваліфікаційна робота Лук'янець В.В.* К., 2023. С. 44, 103–106. URL: <https://ir.library.knu.ua/items/b99d159e-bcbs-4ae2-8f98-dbfdfb29573d/full>.
6. Олефір В.О., Кузнєцов М.А., Павлова А.В. Коротка версія тесту життєстійкості. *Вісник Харківського національного педагогічного університету імені Г. С. Сковороди. Психологія*, 2013. Випуск 45 (2), С. 158–165. URL: http://nbuv.gov.ua/UJRN/VKhnpu_psyhol_2013_45%282%29__22.
7. Попович Я.О. Формування у учасників освітнього процесу нульової толерантності до домашнього насильства. Аспект самоствалення. *Матеріали III міжнародного наукового форуму «Адаптивні процеси в освіті»* (Київ, Харків, Спокан, Флорида, 7-8 лютого 2024 р.). К.: С. 177–180. URL: https://adaptive.org.ua/wp-content/uploads/2024/03/%D0%A4%D0%9E%D0%A0%D0%A3%D0%9C_%D1%82%D0%B5%D0%B7%D0%B8_2024-1.pdf.
8. Попович Я.О. Авторський опитувальник «Стиль виховання у прабатьківській сім'ї» у дослідженні копінг-поведінки постраждалих від домашнього насильства жінок. *Наука і молодь – 2024: пріоритетні напрями глобалізаційних змін: матеріали IV Міжнародної науково-практичної конференції здобувачів вищої освіти і молодих учених* (м. Київ, 17 квітня 2024 р.). Київ: ДЗВО «УМО».
9. Яблонська Т., Верник О., Гайворонський Г. (2023). Українська адаптація опитувальника Brief-COPE. *Інсайт: психологічні виміри суспільства*, 2023. Випуск 10, С. 66–89. DOI: <https://doi.org/10.3299/9/2663-970X/2023-10-4>.
10. Weinhold B., Weinhold J. *Breaking Free of the Co-Dependency Trap*. New World Library, 2008. 272 с.
11. Офіційне державне інтернет-джерело Урядовий портал. URL: <https://www.kmu.gov.ua/news/kilkistvypadkiv-domashnoho-nasylstva-zrosla-na-20-mvs-ta-parlament-pratsiuit-nad-posylenniam-vidpovidalnosti>.