

МІНІСТЕРСТВО ОСВІТИ І НАУКИ УКРАЇНИ
ОДЕСЬКИЙ НАЦІОНАЛЬНИЙ ЕКОНОМІЧНИЙ УНІВЕРСИТЕТ
Кафедра мовної та психолого-педагогічної підготовки

Допущено до захисту

Завідувач кафедри
д. психол. н., Асєєва Ю.О.

(підпис)

«____» _____ 2024 р.

КВАЛІФІКАЦІЙНА РОБОТА

на здобуття освітнього ступеня магістр

Зі спеціальності _____ 053 Психологія _____
(шифр та найменування спеціальності)

За освітньою програмою _____ «Практична психологія» _____
(назва освітньої програми)

На тему: **«АБ'ЮЗ ЯК СОЦІАЛЬНО- ПСИХОЛОГІЧНЕ ЯВИЩЕ ХХІ
СТОЛІТТЯ»**

Виконавець:

здобувач 2 курсу бзф12м групи
факультету ЦЗФН

_____ Курганська Елеонора Іванівна
/підпис/

Науковий керівник

Професор кафедри МППП
доктор психологічних наук

_____ Асєєва Юлія Олександрівна
/підпис/

Одеса 2024

ВСТУП	3
РОЗДІЛ 1. ТЕОРЕТИЧНІ ЗАСАДИ АБ'ЮЗУ ЯК СОЦІАЛЬНО-ПСИХОЛОГІЧНОГО ЯВИЩА	7
1.1. Понятійний апарат «аб'юзу», «андроцентризму», «газлайтингу», «гетсбінгу», «слатшеймінгу»	7
1.2. Психологічний аб'юз та його зв'язок з іншими формами аб'юзу в контексті австрійського дослідження	27
1.3. Характеристика аб'юзу як форми психологічного насильства в партнерських стосунках	38
Висновки до першого розділу	51
РОЗДІЛ 2. ДОСЛІДЖЕННЯ ВПЛИВУ АБ'ЮЗУ НА ЖІНОК В ПАРТНЕРСЬКИХ ВІДНОСИНАХ.....	54
2.1. Методи та процедура дослідження впливу аб'юзу на жінок в партнерських відносинах	54
2.2. Результати дослідження	73
2.3. Аналіз ступеню токсичності в партнерських відносинах	79
Висновки до другого розділу	80
РОЗДІЛ 3. РЕКОМЕНДАЦІЇ ЩОДО ПОДОЛАННЯ АБ'ЮЗУ В ПАРТНЕРСЬКИХ ВІДНОСИНАХ.....	83
3.1. Рекомендації стосовно подолання аб'юзивних партнерських відносинах.....	83
Висновки до третього розділу.....	87
ВИСНОВКИ	89
СПИСОК ВИКОРИСТАНИХ ДЖЕРЕЛ	91
ДОДАТКИ	107

ВСТУП

Актуальність теми дослідження вже проявляється в назві, особливо в умовах воєнного стану, як ніколи раніше, мегаактуальними є питання своєчасного надання психологічної допомоги та аб'юзу як соціально-психологічного явища XXI століття. Процес еволюції навчив людину стримувати власні біологічні інстинкти, але і сьогодні їх взаємодія з сімейними, суспільними, культурними та іншими факторами зовнішнього характеру створює ситуації, в яких виникає насильство.

Аб'юз – це спроба однієї людини домінувати над іншою. Він може виявлятися у формі фізичного, психологічного, сексуального і економічного насилля. Ментальний аб'юз, на відміну від фізичного, набагато важче ідентифікувати через що досі немає узгодженого погляду на визначення «психологічного насильства», а сексуальне насильство, хоч і поширене в усьому світі, має прихований характер, що ускладнює оцінку масштабів цього явища.

Проблемна ситуація полягає у гендерованому характері насильства. Аб'юзерами можуть бути як чоловіки, так і жінки. Жінки й чоловіки вдаються до аб'юзу по-різному і страждають від різних його виявів залежно від нормативних гендерних ролей.

Проблема домашнього аб'юзу розглядалися в працях таких відомих вчених як Ю.О. Асєєва, І.А. Ботнаренко, Т.І. Возна, А.М. Волощук, А.А. Галай, В.О. Галай, Л.М. Сукмановська та ін., а також іноземних вчених, таких як Адам Гілад, Барбара Зімба, Ліз Келлі, Сара Кей Смулленс, які теж зробили вагомий внесок у дослідження вищезазначеної теми.

Разом з тим, не дивлячись на високий рівень зацікавленості науковцями зазначеною темою, домашній аб'юз залишається й досі досить актуальною актуальною темою та потребує поглибленого розгляду та розробки нового понятійного апарату для її опису і потребує подальшого поглибленого дослідження. Аб'юз – це міждисциплінарне явище, тому над вивченням

глибинних проблем актів насилля, розумінням поведінки жертв та аб'юзерів працюють дослідники різних галузей науки, серед них Л. Альтюссер, Е. Берн, Р. Коллінз, З. Фройд, М. Фуко та багато інших.

Історичне підґрунтя аб'юзу, стереотипи, що він тягне за собою, брак теоретичного матеріалу та досліджень у цій галузі, необізнаність індивідів щодо видів насильства, а також замовчування даного явища викликають необхідність досліджень у даному напрямку та підтверджують актуальність теми дослідження.

Мета і завдання дослідження. Метою є дослідження специфіки прояву аб'юзивної поведінки особистості. Завдання, які були поставлені на початку дослідження:

- визначити понятійний апарат «аб'юзу», «андроцентризму», «газлайтингу», «гетсбінгу», «слатшеймінгу»;
- дослідити психологічний аб'юз та його зв'язок з іншими формами аб'юзу в контексті австрійського дослідження; виявити особливості емоційного аб'юзу як соціально-психологічного явища;
- охарактеризувати аб'юз як форму психологічного насильства в партнерських стосунках;
- розглянути методи та процедури дослідження впливу аб'юзу на жінок в партнерських відносинах;
- проаналізувати результати дослідження;
- здійснити аналіз ступеню токсичності в партнерських відносинах
- розробити рекомендації стосовно подолання аб'юзивних партнерських відносин нівелювання психічних розладів внаслідок впливу токсичних відносин.

Об'єкт дослідження: явище аб'юзу, його види, прояви, наслідки.

Предмет дослідження: аб'юз як соціально- психологічне явище

Для розв'язання поставлених завдань використовувались такі методи дослідження: теоретичні методи: комплексний аналіз наукових праць з

проблеми, що розглядається, наукової літератури для виявлення сутності поняття «аб'юзу», його видів та форм; теоретико-порівняльний аналіз психолого-педагогічної літератури з досліджуваної проблеми, систематизація науково-методичних засад досліджуваної проблеми; емпіричні методи: метод контент аналізу та емпіричні такі як психологічне тестування, психолого-педагогічний експеримент та ін.

Апробація результатів:

1. Курганська Е. Характеристика аб'юзу як форми психологічного насильства в партнерських стосунках. Ментальне здоров'я . 2024. Вип.4.
2. Курганська Е. Психологічний аб'юз та його зв'язок з іншими формами аб'юзу. Ментальне здоров'я . 2024. Вип. 4.
3. Курганська Е.І. Публічні виступи як важливий напрям розвитку soft skills для студентів XXI століття. V Міжнародна науково-методична конференція «Забезпечення якості вищої освіти: проблеми та перспективи розвитку. (м. Одеса, 3-4 лютого 2022 р.) Одеса: ОНЕУ, 2022. 390 с. С.266-269
4. Курганська Е.І. Роль лідерства в умовах воєнного стану. Світ наукових досліджень. Випуск 9: матеріали міжнародної науково- практичної інтернет-конференції з економіки, інформаційних систем і технологій, психології та педагогіки. – Тернопіль, 26.05.2022.
5. Курганська Е.І. Случинська І.А Лідерські якості та власні домінанти як фактори впливу на вибір кар'єрної стратегії. V Міжнародна науково-методична конференція “Забезпечення якості вищої освіти: проблеми та перспективи розвитку”. (м. Одеса, 3-4 лютого 2022 р.) Одеса: ОНЕУ, 2022. 390 с. С. 152-155 Курганська Е. Світ наукових досліджень. Матеріали міжнар. науково – практ. інтернет– конф. Психологічні науки. (17.12.2024р. Тернопіль). – Тернопіль. – 2024. Випуск 36
6. Курганська Е. Дев'яносто другі економіко-правові дискусії. Серія: Соціальні та гуманітарні науки. – правові дискусії: матеріали міжнар. науково – практ. інтернет – конф. Серія: Соціальні та гуманітарні науки. Психологічні науки. (18.12.2024 р. Львів). – Львів. – 2024 р.

Опис структури роботи. Виконані завдання надали змогу визначити структуру роботи: вступ, три розділи, які вміщують 8 підрозділів, висновки, пропозиції та додатки. Обсяг роботи складає 107 сторінок, з них 91 сторінку основного тексту. Список використаних джерел містить 117 найменувань.

Зміст роботи доповнений додатковим матеріалом, викладеним у додатках

РОЗДІЛ 1.

ТЕОРЕТИЧНІ ЗАСАДИ АБ'ЮЗУ ЯК СОЦІАЛЬНО- ПСИХОЛОГІЧНОГО ЯВИЩА

1.1. Понятійний апарат «аб'юзу», «андроцентризму», «газлайтингу», «гетсбінгу», «слатшеймінгу».

Останнім часом досить часто розглядаються дефініції «аб'юзу», «андроцентризму», «газлайтингу», «гетсбінгу», «слатшеймінгу». Спробуємо розглянути понятійний апарат та виявити взаємозалежність вищезазначених явищ в аспекті сучасного усвідомлення та теоретичного визначення переважної більшості вчених та наукових підходів.

Загалом, аб'юз прийнято розглядати як міждисциплінарне поняття, саме тому над вивченням сучасної проблематики в аспекті та з позиції його як акту насилля та, в подальшому, в розумінні поведінки жертв та токсиків, аб'юзерів працювало над цією проблемою вчені та практики різних сфер науки, серед яких найбільш яскравими та вагомими, на нашу думку, є праці Л. Альтюссера, Е. Берна, Р. Коллінза, З. Фрейда, М. Фуко та інших.

Історичний аспект поняття аб'юзу, його стереотипи, які він досить довгий період тягне за собою, недостатня теоретична база та аналітична частина досліджень в зазначеній сфері, високий рівень необізнаності індивідів стосовно різновидів аб'юзу, разом з тим, певною мірою замовчування цього явища загалом викликали необхідність дослідження в зазначеному напрямку та підтвердження актуальності теми дослідження в сучасних умовах.

Ми вважаємо, що саме в сучасних умовах проблема полягає в аспекті гендерованого насильства. Аб'юзерами є і чоловіки, і жінки, які, зазвичай, вдаються до аб'юзу за допомогою різних підходів і, відповідно, можуть страждати та мати негативні наслідки, наприклад, психічні розлади, від зовсім різних його проявів в залежності від зазначених нормативних гендерних ролей в суспільстві, роботі, сім'ї тощо.

Аб'юз - це складне соціально-психологічне явище, що охопило достатньо широкий спектр його форм та прояву, сутність якого розглядається в аспекті систематичного, повного чи періодичного застосування та використання ментального, фізичного, психологічного, емоційного, сексуального або економічного прояву насилля або сили для застосування контролю чи підкорення волі іншого індивіда.

Якщо звернемося до контексту соціально-психологічного аб'юзу, звісно, маємося на увазі відображення порушень в аспекті міжособистісних стосунків, чи глибокого дисбалансу влади, чи впливу суспільних норм на поведінку.

Дослідження та визначення аб'юзу як явища є важливішим щодо розуміння факторів та наслідків впливу, причин, механізмів заруску та їх наслідків. Розглянемо більш детально понятійний апарат термінів: «аб'юз», «андроцентризм», «газлайтинг», «гетсбінг» і «слатшеймінг».

Аб'юз (від англ. abuse) — форма поведінки, що завдає шкоди ментальному, фізичному, психологічному, емоційному, сексуальному або економічному стану іншого індивіда та спрямована на обмеження свободи чи гідності людини. Він, зазвичай, проявляється і в міжособистісних відносинах, і у взаємодії в суспільстві. Акцентуємо увагу на основних типах аб'юзу для їх подальшого аналізу:

- фізичний, який зазвичай, направлений на причинення фізичної шкоди чи загрози насильству;
- емоційний та психологічний, як види маніпулятивних дій, направлених на зниження самооцінки та впевненості у жертви;
- сексуальний, дії якого направлення на причинення акту сексуального насилля без згоди та узгодження взаємодії з жертвою;
- економічний, який розрізняють як вид контролю в аспекті фінансового ресурсу потенційної жертви;

— цифровий, який використовують як іноваційний метод в аспекті технологій щодо залякування, сталкерства та акту приниження потенційної жертви;

— ментальний аб'юз, який на відміну від фізичного насилля, набагато складніше ідентифікувати та застосувати превентивні міри в силу того, що й досі відсутній узгоджений погляд щодо визначення «психологічного насильства», разом з тим, сексуальний аб'юз, хоча також дуже поширене явище в усьому світі, проте, має прихований характер, тим самим ускладнюючи оцінення масштабів вищезазначеного явища.

Розглянемо основні характеристики аб'юзу (abuse);

— циклічність: дії постійно та неодноразово мають тенденцію до повтору, циклічності, створюючи тим самим цикл аб'юзу;

— нерівність: одна зі сторін має владу та вплив на іншу;

— спричинення шкоди на всіх рівнях в усіх видах від фізичної, ментальної, емоційної складової до соціальної ;

Розглянемо наступну дефініцію- андроцентризм (androcentrism).

Загалом, прийнято вважати, що андроцентризм — це сукупність світоглядів або певних систем, де чоловічий досвід з його цінностями та інтересами розглядаються та сприймаються як норма чи стандарт для людства в цілому, наразі, жіночий досвід знецінюється та маргіналізується.

До основних характеристик можемо віднести:

— гендерну упередженість в аспекті прояву ставлення до всіх чоловіків як до головної та центральної точки відліку в усіх ферах- культура, медіа, політика, охорона здоров'я та наука;

— інституційну нерівність, що переважно має прояв в більшості сфер, наприклад, освіті, медицині, юриспруденції тощо;

— ідеологічну підтримку як відображення його в сфері літератури, мистецтва, медіа тощо.

Наслідки мають системний характер, наприклад, таких як дискримінація жінок, небінарних осіб.

Заниження ролі жінок у соціальних і культурних процесах.

Наступне поняття -газлайтинг (gaslighting) як форма та вид психологічної маніпуляції, що спрямована на примус жертви засумніватися у власній адекватності, процесу сприйняття реальності та пам'яті. На нашу думку, це один з найбільш важких видів аб'юзу, який має найбільш гіркий присмак, після застосування якого маємо важкі наслідки зміни психоемоційного стану жертви.

Загострення проблем насилля в сім'ї особливо відобразилося в період пандемії, коли переважну більшість часу мали в закритому просторі, в ізоляції від інших індивідів, відбувалася вимушена соціальна ізоляція. В сучасних умовах тема аб'юзу та зловживань, особливо в сімейних стосунках актуалізувалась набагато більше, ніж раніше. Згідно визначення Всесвітньої організації охорони здоров'я, аб'юз – це причинення навмисної шкоди в аспекті застосування фізичної сили чи влади, що може бути здійснено у вигляді погроз, загроз та може бути спрямованим проти іншої особи або групи осіб, результатом якого є завдана шкода: тілесні ушкодження, смерть, психологічна травма, відхилення в розвитку тощо. У дискурсі протидії насильству сьогодні використовують такі терміни, як аб'юз та газлайтинг. Проблема домашнього насилля актуальна для всіх країн світу. Воно не залежить від статі, віку, соціального статусу, фінансового добробуту, рівня освіти, віросповідання. За даними Всесвітньої організації охорони здоров'я та ООН, значною мірою жертвами домашнього насилля стають жінки [3; 7–8].

Пандемія COVID-19 показала масштаб проблем домашнього аб'юзу значно збільшився. Жертви були вимушені залишатись в самому найнебезпечнішому для них місці – власних будівлях – наодинці з аб'юзером чи гвалтівником.

За статистикою Національної гарячої лінії громадської організації «Ла Страда-Україна» щодо запобігання домашньому аб'юзу в усіх його проявах,

лише за перший місяць карантину кількість дзвінків з усієї України збільшилась вдвічі.

Тема аб'юзу викликає все більше дискусій в суспільстві. Передумовою аб'юзивних взаємин, відносин з позиції психології, є приклад взаємовідносин між батьками чи іншими членами сім'ї партнера аб'юзера, вимушеним свідком яких він являється з дитячого віку.

Аб'юз, обман, порушення особистісних кордонів, маніпуляції, газлайтинг – все це в сукупності має безповоротний вплив на психіку: може сформувати передумови для ролі рятувальника, жертви, аб'юзера.

Аб'юзивні риси в характері жертви починають мати прояв ще в підлітковому віці, особливо помітні в конфліктних ситуаціях з батьками, педагогами, однолітками. Разом з тим, і підлітки, і дорослі проявляють аб'юзивність в однакових формах, наразі, дорослі додатково застосовують варіації фінансового та економічного виду аб'юзу.

Жертва тривалий період часу не ідентифікує аб'юзивні ситуації, в яких вона знаходиться, як «жорстоке поводження», - в чому є велика небезпека та приховані ризики аб'юзу. Жертві деструктивних відносин зі збільшенням часового інтервалу впливу аб'юзу все важче адекватно оцінити ситуацію та виявити причину, проблему, зрозуміти, що причина не в ній самій, так як запущено програму руйнації самооцінки і її психічний стан погіршується.

Якщо на перших сеансах психотерапії повідомити жертві, що вона є саме жертвою аб'юзу, вона припинить терапію, так як не усвідомлює масштаб проблеми та характер дії і впливу на нею, в неї відсутня адекватність сприйняття ситуації та оцінювання наслідків, вона переважно почне виправдовувати аб'юзера, шукати підтвердження факторів, нівелювати роботу психолога та психотерапевта, що прийнято класифікувати як стокгольмський синдром.

Травматичний зв'язок як наслідок впливу аб'юзу між жертвою та тираном, аб'юзером, токсиком міцний, і від тривалості впливу аб'юзу

залежить ступінь травматизації та набагато важче побороти, протидіяти та розірвати цей зв'язок і нівелювати наслідки.

Переважає більшість маніпулятивних циклічних та системних дій в аб'юзі направлені на утримання партнера, жертви в своїй владі, посилення його залежного стану методом соціальної ізоляції, газлайтингу чи знецінення.

Жертвам аб'юзу притаманна якість плутати, ідентифікувати психологічний аб'юз з поганим настроєм аб'юзера, партнера, всіляко намагаються догодити. Важливою складовою аб'юзу виділяємо наявність поведінкових паттернів, іншими словами це повторюваність чи циклічність вчинків. Відімо основні критерії аб'юзу :

- прояв вербальної та невербальної агресії;
- прояв чи демонстрація домінування жертві;
- ізоляція жертви ;
- тотальний або прихований контроль за життям жертви (обмеження комунікації, контактів, хоббі, захоплення, улюблені заняття, все, що дає можливість духовного розвитку, релаксу, натхнення, мотивації, соціалізації та реалізації);
- демонстрація ревнощів (прояв агресії, недовіра, звинувачення, підозри, наклеп, провокація)
- триангуляція, що має циклічний характер прояву, втягування в трикутник, знецінення, введення жертви в стан емоційного виснаження, психічних розладів тощо.

Передумовами подібної поведінки можуть бути:

- відсутність адекватного батьківського виховання та прикладу емоційної зрілості;
- досвід пережитого насильства, що в подальшому має проєкцію психічних розладів;
- підсвідоме бажання самому стати токсиком, тираном, насильником, аб'юзером;

- надмірне бажання домінування;
- бажання тотального контролю жертви;
- маніпуляції жертвами з метою заволодіння їх ресурсом.

Аб'юзерам притаманні наступні риси:

- підвищена схильність до брехні;
- низький рівень самоконтролю;
- відсутність емпатії(насолджуються болем в усіх проявах, їм не шкода жертву, не відчують жалю чи милосердя);
- виправдання власного насильства (аб'юзер завжди вважає винними інших; недовіра; різкі зміни настрою);
- перекладання відповідальності;
- подавлення волі;
- уникнення відповідальності[9].

Яскраві ознаки аб'юзу А. Гілада [6]:

- яскраво виражене негативне ставлення до інших людей у минулому партнера;
- негативне ставлення до знайомих та близьких людей жертви;
- відсутність поваги у ставленні до постійного партнера;
- експлуатація партнера;
- контроль за його поведінкою;
- надмірні ревнощі;
- заперечення власної провини;
- звинувачення партнера в егоїзмі;
- застосування залякування, погроз та інших форм маніпуляції під час конфлікту;
- різне ставлення до партнера наодинці та в присутності інших людей;
- контроль соціальних мереж партнера;
- ізолювання від суспільства;

- образи, ультиматуми,
- вимоги дотримання правил, які встановив аб'юзер.

Етапи маніпуляції «Голка», які часто застосовують аб'юзери, психопати по відношенню до жертви:

- за тиждень до впровадження маніпулятивних дій аб'юзер повністю зливається з жертвою (спільний час, смсінг, компліменти, ідеалізація жертви, потійні зідзвони, фантазії про спільне щасливе майбутнє, плани, подарунки, сюрпризи);

- різке зникнення аб'юзера без пояснення, одночасне переглядання сторінок жертви в соцмережах, лайки, коментарі, читання смс без надання відповіді на них, заведення жертви в стан ступору, шукання причин, чому це сталося, що жертва не так робила, спонукання до перекладання відповідальності на жертву та виправдовування цього вчинку аб'юзера, аб'юзер не дає одної реакції, такий процес може продовжуватися від декількох днів до декількох тижнів, тим самим запускається процес емоційного виснаження жертви, бажання жертви «достукатися» і все з'ясувати);

- аб'юзер з'являється спонтанно неочікувано, без попередження з ігноруванням ситуації, виглядом, що нічого не відбувалося, що він мав пролеми в роботі, з колегами, хтось помер, чи допомагав другу (на зазначеному етапі жертва перестає розпитувати у аб'юзера причини зникнення, вона відчуває себе щасливою, почався період злиття; чим триваліше і інтенсивніше було страждання жертви, тим сильнішими будуть привязки до аб'юзера; через виділення серотоніну та дофаміну, що приходяє на зміну кортизолу; це точка захоплення чи колонізації психіки жертви).

Якщо жертва вирвалася з аб'юзивних відносин, пройшла терапію, закріпила результат, відновилася, ще не забезпечує повну реабілітацію жертви, адже аб'юзер може пінгувати жертву, найчастіше це відбувається саме після проходження терапії та повного відновлення (як вважає жертва). Ми виділяємо 5 основних способів пінгувати жертву після розриву стосунків:

— це лайки в переписці в соцмережах(аб'юзер може нагадувати про себе через старі повідомлення, наприклад, ставити лайки, редагувати чи видаляти повідомлення тощо);

— це також може бути пінгування в аспекті поставлених питань(накшталт, що відповідь знає лише жертва: «Де свій светр?», «Дай телефон адміна чи директора», «Де ти купувала туфлі?»);

— це символічний метод «тицяння» палицею в жертву(аб'юзер починає показово хвилюватися за жертву, він їй пише повідомлення, меседжі, цікавиться, як в неї справи);

— це спонтанні чи системні привітання зі святами та іншими датами (аб'юзер не знає ці дати, але, наразі, веде Google каленар з головними важливими для жертви подіями та датами);

— це прояв інтересу до друзів жертви, збір та аналіз інформації (він це робить для того, щоби активізувати жертву, щоби до неї дійшла інформація і вона сама вийшла на зв'язок з ним).

Якщо ж все таки жертва не йде на контакт, на цей випадок аб'юзер має наступну тактику та стратегію поведінки для втягування жертви в новий цикл аб'юзивних відносин для подальшого забезпечення себе ресурсом:

— цукрове шоу(він робить все, що раніше просила та хотіла жертва);

— аб'юзер плаче під дверима(пише сотні смс, листи, просить другий чи ще один, на цей раз останній шанс);

— демонстрація розкаяння, вдавання болі та усвідомлення наслідків поведінки;

— аб'юзер сталкерить жертву(пише з нових сторінок в соцмережах, моніторить всі її сторінки, дзвонить посеред ночі з прихованих номерів, знімає жертву на телефон, на вулиці, під час розмов тощо);

— аб'юзер проявляє відкриту відверту агресію, погрожує зіпсувати її життя, репутаційний капітал, погрожує життям(звісно, жертва сприймає ці

прояви як проявлення та вираження любові, хоча варто збирати доказову базу, знімати на відео його погрози, шантаж, провокації);

— аб'юзер «дає новий шанс «жертві»(сочатку він примушує за допомогою маніпулятивних дій повернутися жертву до нього та відновити стосунки, а потім демонстративно позиціонує це як шанс жертви не доводити його до такого стану, виправитися; це виглядає, наче він вводить в фазу активності емоційний тригер, розповіді, як добре їм було, далі провокує жертву розповідями про її поведінку, що йому шкода, що саме жертва все зруйнувала);

— славнозвісна триангуляція(презентація нового ресурсу, демонстрація нових щасливих відносин, з акцентуацією саме на ті аспекти, що хотіли жертва, що він їй обіцяв – для подальшої активації ревностів, відчаю, емоційного вигорання, виснаження, втрати енергії, розфокусування);

— якщо жертва має схильність до фрустрації, наприклад, в дитинстві від ігнору, аб'юзер буде підштовхувати, провокувати та вичікувати самотійного повернення жертви.

Розпізнати аб'юз на посаткових стадіях доволі важко. Ще важче довести факт його існування, наразі його негативні наслідки:

- зміни в характері;
- зміни в поведінці ;
- зміни в фізичному, психічному та ментальному здоров'ї жертви, які в сукупності стають все більш помітними.

Крім того, аб'юзери часто не хочуть усвідомлювати агресивність та шкоду своїх дій. Разом з тим, існує певний ризик неправильного оцінювання деяких емоційних станів, важко розрізнити наступні ситуації: «я не задоволений» та «я тебе знецінюю, гноблю». У першій ситуації аб'юзер може демонструвати ознаки поганого настрою, що він виснажений, втомлений чи не в дусі, інша ситуація – це, звісно ж, аб'юз .

Повтор агресії, її циклічність вказує безпомилково на аб'юз. Наразі, аб'юзеру притаманна дезадаптивні види поведінки:

- сам аб'юзер відмовляється підпорядкуватись владі,
- заперечує зовнішнім примусовим обставинам,
- якщо цього факту та ситуації не уникнути –він зривається на жертві.

Розглянемо поняття «газлайтингу». Термін походить від назви п'єси «Газове світло» 1938 року, герой якої переконував свою дружину в тому, що світло газових світильників насправді не гасне і їй усе здалося, змушуючи її засумніватися в своїй адекватності. Коли ми говоримо про газлайтинг, то маємо на увазі одну із форм психологічного насильства, коли одна людина маніпулює іншою, намагаючись переконати жертву в її неадекватному сприйнятті дійсності. Газлайтинг один з улюблених прийомів в стратегіях аб'юзерів, як спосіб встановлення тотального контролю над жертвою, як бажання домогтися втрати жертвою зв'язку з суспільством, оточенням, рідними, близькими, соціумом, навколишнім світом [7].

Одна з найжорсткіших і нестерпних форм психологічного насильства ховається за такою елегантною дефініцією. Людина, яка використовує газлайтинг, переконує свого партнера або дитину в її неадекватності:

- тобі здалося;
- цього не було;
- ти все придумала;
- в тебе сильна фантазія;
- ти знаходишся в ілюзіях;
- ти все перекручуєш;
- ти змінюєш сенс сказаного, моєї думки;
- ти перебільшуєш;
- ти мене чуєш, не хочеш почути;
- з тобою так завжди;
- ти не хочеш мене зрозуміти;
- ти не хочеш увійти в моє положення;

- включи своє критичне мислення;
- ти неадекватна;
- ти постійно ставиш мене в незручне становище;
- мені соромно за тебе;
- ти не виправдвлів моєї довіри;
- я закриваю цю тему;
- я більше не хочу з тобою спілкуватися, комунікувати;
- краще прийняти цю безглузду дискусію;
- ти посміховисько;
- чому я маю постійно тобі повторювати;
- ти все придумала;
- ти просто не розумієш цього.

Відбувається заперечення подій, почуттів, емоцій, реакцій. Жертва після циклічного поступового газлайтингу, відчуває себе, ніби вона втрачає здоровий глузд. Найчастіше газлайтингу піддаються жертви сексуального аб'юзу, коли аб'юзер, психопат, насильник внушає жертві, загалом НЛП методу, що жертва щось певні його дії, вчинки, слова, обставини) не правильно інтрпрететує, чи взагалі заперечує факт аб'юзу, насильства.

Дуже сумно, що аналогічним способом відбувається та спостерігається реакція на факт фізичного аб'юзу рідних і близьких людей, що не вірять жертві, звинувачують в певних фантазіях, відмовляються вірити в ситуацію, що відбувалася.

Акцентуємо увагу, що психологічний портрет аб'юзера складається з конкретних дезадаптивних рис його особистості:

- нестриманості;
- прагнення влади;
- прагнення контролю над жертвою;
- жорстокості;
- агресивності і т.п.

Вони зумовлюють специфічне сприйняття і ставлення аб'юзера як до себе, так і до інших, взаємини з ним призводять до зниження соціального пристосування партнера, впевненості у собі, втрати довіри до інших людей.

Аб'юзерам цікаво заводити стосунки саме з сильними та ресурсними партнерами, поступово знищуючи їх як особистість, знищуючи їм самооцінку, адекватність сприйняття ситуації та усвідомлення наслідків аб'юзу.

Їх приваблює зацікавленість в підпорядкуванні, залякуванні і надломі сильної людиної, яка часто знаходиться на «злеті» кар'єри та на перетворення її в жертву аб'юзу з усіма подальшими наслідками спричинених дій аб'юзера.

Аб'юз є емоційним насильством, адже це вплив на емоції та психіку партнера шляхом використання ресурсів партнера, залякувань, образ, шантажу і т.п., а газлайтинг – це інструмент аб'юзу, який є однією з найнебезпечніших психологічних маніпуляцій.

Найпоширенішим є домашнє насильство, яке містить такі форми як: фізичне, сексуальне, економічне, психологічне насильство. Ці форми насильства часто взаємопов'язані. Психологічне насильство є «ядром» і початковою формою для фізичного і сексуального насильства

Основні характеристики:

- Заперечення фактів: маніпулятор стверджує, що події або слова, які пам'ятає жертва, не відбувалися.

- Перекручення реальності: маніпулятор надає власне, спотворене тлумачення ситуацій.

- Зменшення впевненості: жертва поступово починає сумніватися у власних здібностях і здоровому глузді.

- Приклади:

- Постійне переконання партнера, що він «перебільшує» чи «неправильно пам'ятає» ситуацію.

- Використання маніпулятивних технік для зниження самооцінки.

Ще один цікавий вид насильства, аб'юзу – це гетсбінг (gatsbying) як сучасний психологічний соціальний феномен, що заключається в демонстрації

свого життя, своїх досягнень, своїх визнань, нагород, емоцій або відношення до певних явищ в соціальних мережах з метою привернення уваги конкретної людини.

До основні характеристик можемо віднести :

- орієнтація на потенційну жертву: демонстрація подій спрямована на конкретну аудиторію, часто одну особу.
- емоційний аб'юз, маніпуляція: використання контенту, який викликає зацікавленість, заздрість або почуття провини.
- симуляція щастя: створення образу «ідеального життя».
- прикладами є публікації фото з паті, вечірок, відпочинку для викликання інтересу у жертви;
- навмисне підкреслення успіхів у кар'єрі та позитивні зміни в особистому житті з конкретною метою.

Наступна дефініція – слатшеймінг (slut-shaming) як форма та вид соціальної критики чи дискримінації, що спрямована на приниження та осуд жінок за їх сексуальну активність, поведінку, реакцію на провокативні дії з боку аб'юзера, токсика, психопата чи зовнішній вигляд, які можуть не співпадати з загальноприйнятими нормами в суспільстві чи не відповідає традиційним гендерним нормам.

Серед основних характеристик виділяємо:

- гендерну упередженість: зосередженість на жіночій сексуальності як на об'єкті суспільного контролю;
- стигматизацію: використання осуду для маркування жінки як «аморальної» чи «легковажної»;
- подвійні стандарти: чоловічі сексуальні дії часто не піддаються такому ж осуду.

До наслідків відносяться:

- зниження самооцінки ;
- поява невпевненості у собі;

- прояви та наслідки соціальної ізоляції;
- посилення гендерної нерівності.

До прикладів відносяться:

- осуд жінок за вибір одягу, який вважається «провокаційним».
- критика за поведінку, яка відповідає соціальним уявленням про «зухвалість» або «розпущеність».

Вищезазначений понятійний апарат надає чітке визначення кожного поняття, терміну, виділив їх основні характеристики, градацію, наслідки та приклади їх проявів.

Розглянемо більш детально класифікацію за формами насильства:

- нехтування, яке означає неадекватну, часткову чи повну відсутність догляду й підтримки (загалом, цьому приділяють замало уваги через його поступове прогресування);

- фізичне насильство в розумінні будь-якого фізичного впливу на жертву (удар, ляпас по обличчю, поштовх, навмисне ненадання допомоги при пораненні або захворюванні);

- психологічне насильство та емоційний аб'юз як поведінка, яка викликає у постраждалих відчуття відкинутості, нелюбові, приниженості, нікчемності або пригнічення, ізоляції, емоційного шантажу, тягар невинуватих очікувань, інструменталізації, переслідування, принизливих висловлювань щодо батьків, родичів, походження, релігії).

- у формі булінгу та кібербулінгу (цькування з використанням електронних засобів зв'язку).

- духовний аб'юз – це особлива форма психологічного насильства, що загалом здійснюється при виникненні виникає тиску і відсутності свободи, а залежність створюється та використовується через релігійний зміст або шляхом опори на духовний авторитет;

- сексуальний аб'юз - в загальноприйнятому розумінні це свідоме, психологічне чи фізичне заподіяння шкоди, яке в подальшому призводить до

травматизації, уповільненого розвитку чи смерті і має вплив на благополуччя і права жертви чи окремої особи, явна потреба в захисті»; також існує сексуальний аб'юз в витончених формах, як, наприклад, сексизм, словесні сексуальні домагання, сексуалізація атмосфери, мови, може бути процес спостереження за жертвою при роздяганні, вмиванні тощо;

— насильство в цифрових медіа- вирізняють як пасивне застосування аб'юзу, зображеного в ЗМІ (перегляд відео зі сценами аб'юзу ,насильства), так і активних форм застосування насильства з використанням ЗМІ (публікація провокативного характеру чи викривального фото); іноді жертви пасивно споживають аб'юз, насильство, які зображено в засобах масової інформації, чи стають жертвами аб'юзу, насильства, що здійснюється в ЗМІ, або активно використовують засоби масової інформації для вчинення аб'юзу, насильства;

— пасивне медіанасильство — починається в ранньому віці — у мультфільмах, далі відбувається ознайомлення та споживання аб'юзу різними способами:

- «Кумедне насильство» (мультсеріали, відео, веселі ігри),
- відтворене, поставлене насильство (трюки, боротьба, відтворені бійки),
- насильницькі музичні відео та тексти пісень,
- фільми жахів і
- насильство у фільмах,

— порнографія (з насильницьким вмістом або використана для вчинення насильства в інтимних відносинах щодо молодших дітей)

чи надзвичайно жорстокий вид насильства (страсти, відео та сценарії війни, тортур, зґвалтувань, вбивств – snuff videos);

— активне медіа-насильство в різних формах- від переслідувань в соцмережах та Інтернет-ресурсах через рекламу, непристойні смс чи публікації, кіберзалякування, навмисна образа, погрози, переслідування жертв в Інтернет чи через мобільні засоби зв'язку;

- кіберпереслідування чи кібербулінг, Happy Slapping (бійки, протистояння, перепалка, агресивне спілкування, сварки, конфлікти фіксуються на відео й оперативно розповсюджуються в соцмережах;

- Інтернет та мобільні телефони;

- секстинг, еротичні фото або фото в стилі ню поширюються в соцмережах проти волі жертв;

- сексуальні домагання ;

- спокушання чи заманювання в Інтернет-мережі тощо.

Розглянемо головні ознаки аб'юзивних стосунків:

- фізичний аб'юз;

- емоційний аб'юз;

- ізоляція як вид аб'юзу(від друзів, родини, соціуму для посилення і збереження контролю над жертвою);

- контролюючий тип поведінки (від одягу до комунікацій);

- погрози(якщо жертва спробує розірвати стосунки чи звернутися по допомогу).

- звинувачення та перекладання відповідальності(класичне перекладання на жертву відповідальності);

- газлайтінг як форма емоційного аб'юзу;

- сексуальний аб'юз, примусовий секс, небажані сексуальні дії.

- фінансовий аб'юз (обмеження її доступу до грошей, перешкоджання їй працювати чи робити кар'єру);.

- ідеалізація жертви(щоб жертва потрапила в пастку ідеального образу, а далі -підкорення волі жертви, вона буде готова на все для продовження відповідності зафіксованого образу в період ідеалізації, в подальшому жертва не зможе відповідати зазначеному ідеальному образу, відповідно, матиме відчуття сорому, страху і заниженої самооцінки;

- перекладання чи знімання з себе відповідальності – це явна ознака того, що людина не здатна визнавати свою провину, що обов'язково

відіб'ється на взаєминах і жертва буде відчувати постійну провину за всі невдачі;

- контроль (аб'юзер може контролювати від одягу, поведінки, кола спілкування до вибору хоббі, роботи для забезпечення у жертви відчуття слабкої позиції неповноцінності і безпорадності;

- ревності як метод певного обмеження свободи жертви і спроба замінити спосіб життя ; в здорових екологічних стосунках партнер довіряє і не розглядає свого партнера як власність); ревності = заниженої самооцінки, невпевненості в собі та партнері, недовіра, маніпуляції!

- використання газлайтингу для переконання жертви в спотвореному сприйнятті реальності;

- наявність подвійних стандартів(обмеження для жертви);

- аб'юзер застосовує метод прихованого компліменту з образливими епітетами зовнішності, характеру, дій, вуалюючи це під жарт якщо вам не приємно, а аб'юзер продовжує «жартувати» – Hallo missbraucht!

- аб'юзер «не помічає» сильних якостей жертви і знецінює результати роботи, прикладені зусилля, досягнення; успіхи тасильні якості сприймаються як очевидна чи прихована загроза; якщо аб'юзер змінює тему, коли йдеться про досягнення жертви, знецінює результати праці, дослідження, успіхи, зневірює, занижує вібрації– це ознака маніпулятивних дій в бік жертви);

- егоцентризм, аб'юзер ніколи не хоче думати про потреби й бажання жертви, страхи, емоції, почуття жертви не є важливими;

- аб'юзер викликає жалість до себе, наперекор тому, що сам завдає болю жертві; прагнення викликати жалість, апелюючи травмами дитинства чи негативним попереднім негативним досвідом у відносинах;

- втрата сексуального потягу до партнера, в сексі дуже важливі довіра та безпека, а страх, недовіра, невпевненість, розчарування проектується

на мову тіла – воно метафорично рятує – знижує сексуальний потяг до аб'юзера;

- аб'юзер не виконує обіцянок, це призводить до зниження довіри;
- нав'язування допомоги, аб'юзер не поважає бажання жертви і має спроби створити нову залежність у жертви, не дозволяє їй самостійно діяти, приймати рішення тощо;
- перекладання відповідальності за свою поведінку на жертву, пояснюючи це тим, що жертва спровокувала на певну реакцію та дії;
- аб'юзер в соціумі і вдома- це дві різні людини, це своєрідне алібі;
- тиск в усіх його проявах та експлуатація - побутова та інтелектуальна ;
- стосунки як американські гірки, емоційні гойдалки, що викликає повну залежність у жертви, як наркотичну;
- нерівноцінний обмін ресурсами, жертва постійно вкладає ресурс в стосунки(час, емоційні, фінансові ресурси), аб'юзер не віддає нічого натомість, він паразитує;
- аб'юзер примушує відчувати жертву недостатньо ідеальною для нього, відбувається акцентуація на недоліках, помилках, діях, наслідках, емоціях

Вагомою складовою аб'юзу є наявність поведінкових патернів, тобто повторюваність вчинків. Критеріями аб'юзу є: вербальна та невербальна агресія; домінування; ізоляція жертви та контроль за її життям (обмеження її контактів, захоплень та улюблених занять), ревності (недовіра і звинувачення). Причинами такої поведінки, стають: відсутність батьківського виховання та пережите насильство, що в подальшому проєктує психічні розлади: бажання самому стати насильником, надмірне бажання домінування та контролю над іншими людьми, маніпуляції ними для того, щоб заволодіти їхнім ресурсом.

Особистості аб'юзера притаманні такі риси, як: підвищена схильність до брехні, низький рівень самоконтролю; виправдання власного насильства (аб'юзер завжди вважає винними інших; недовіра; різкі зміни настрою; [7].

Основними ознаками аб'юзу, які виділяє, А. Гілад, деякі з них співпадають з вищерозглянутими, це[8]:

- яскраво виражене негативне ставлення до інших людей у минулому партнера;
- негативне ставлення до знайомих та близьких людей жертви;
- відсутність поваги у ставленні до постійного партнера;
- експлуатація партнера
- контроль за його поведінкою;
- надмірні ревнощі;
- заперечення власної провини;
- звинувачення партнера в егоїзмі;
- застосування залякування, погроз та інших форм маніпуляції під час конфлікту;
- різне ставлення до партнера наодинці та в присутності інших людей;
- контроль соцмереж партнера;
- ізолювання від суспільства;
- образи, ультиматуми, вимоги дотримання правил, встановлених аб'юзером.

Узагальнюючи вищезазначене, можемо зробити висновок, що психологічний портрет аб'юзера складається з дезадаптивних характеристик особистості, таких як нестриманість, нетерплячість, порушення особистих кордонів жертви, прагнення влади, жорстокість, агресія, контроль, перекладення відповідальності і т.п. Все в сукупності зумовлює специфічне сприйняття та ставлення аб'юзера як до себе, так і до інших, взаємовідносини з аб'юзером можуть призвести до заниження соціальної реалізації та адаптації

жертви, втрати впевненості, віри в себе, зниження самооцінки, виникає синдром вивченої безпорадності, втрата довіри до інших.

Прийнято думати, що жертви аб'юзерів переважно слабкі або нерішучі індивіди, проте ресурсні, сильні, незалежні, впевнені в собі особистості не лише від не застраховані від потенційного впливу аб'юзу та токсичних відносин, а навіть більше приваблюють аб'юзерів.

Аб'юзерам цікавіше будувати стосунки саме з ресурсними та сильними, насамперед, емоційно та інтелектуально, партнерами, в подальшому переводячи їх в невпевнених залежних від аб'юзу та його впливу жертв.

Їх приваблює аспект підпорядкування, залякування, аб'юзери прагнуть зламати ресурсного та успішного партнера, перетворюючи в залежну жертву. Аб'юз є емоційний та ментальний, насамперед, вид насильства, оскільки спочатку впливає на емоції і психічний стан жертви методом використання ресурсного потенціалу жертви, залякування, образи, шантажу та в інших його варіаціях і проявах, а газлайтинг як інструмент аб'юзу, аб'юзер найчастіше використовує як найнебезпечнішу психологічну маніпуляцію.

1.2. Психологічний аб'юз та його зв'язок з іншими формами аб'юзу в контексті австрійського дослідження

У найповнішому на сьогодні австрійському дослідженні аб'юзу, проведеному в 2011 році (Капелла та ін.), близько трьох чвертей жінок (75%) і чоловіків (73%) повідомили про психологічний аб'юз в дитинстві. Для того, щоб зосередитися на психологічному аб'юзі, корисно фундаментально зрозуміти динаміку насильства та усвідомити, як форми насильства накладаються одна на одну.

Кордула Штуке (в 2014) розглянула різні форми аб'юзу як окремі аспекти, що варто розглядати окремо, але які трапляються в різних констеляціях і перетинаються в переважній більшості випадків аб'юзу:

— фізичний аб'юзу — це завжди психологічний аб'юз;

— психологічний аб'юзу дуже часто призводить до фізичного насильства;

— занедбаність є формою упущення психологічного насильства, де-факто підгрупою або особливою формою, яка позбавляє дітей умов, необхідних для їхнього розвитку;

— Сексуальний аб'юз та експлуатація дітей є посиленою формою психологічного аб'юзу – сексуальне насильство неможливе без психологічного (маніпулювання, погрози, розбещення): воно часто містить елементи фізичного аб'юзу, хоча видимі тілесні ушкодження бувають рідко.

Це не полегшує звуження цієї теми. З одного боку, частка психологічного аб'юзу в інших формах може залишатися поза увагою, навіть якщо воно відіграє значну роль у впливі на постраждалих.

Разом з тим, ми повинні зосередитися на тих аспектах психологічного аб'юзу, в яких він проявляється без супроводу інших форм. Ця форма аб'юзу, яку в минулому часто ігнорували, стає дедалі більш помітною в суспільному дискурсі. Часто посиляються на невидимість слідів психологічного аб'юзу, а отже, і на відсутність можливості надати докази, наприклад, у судовому контексті.

Це робить ще більш важливим розпізнавання «динаміки». Коли ми говоримо про динаміку аб'юзу, ми маємо на увазі, що аб'юз не відбувається у «вакуумі», а може бути адекватно зрозумілим лише тоді, коли ми визнаємо відповідний контекст.

Аб'юз не тільки проявляється через дії (це стосується і слів), але й відбувається в контексті: обставини, випадки, середовище стосунків, наслідки, мотивація та наміри особи, яка вчиняє аб'юз, перетворюють дії на епізод, який можна визначити як пережитий (або вчинений) аб'юз.

Іншим аспектом є роль свідків. Хоча окремі акти насильства можуть відбуватися і без свідків, зрештою, там, де є насильство, особливо якщо воно триває, є також родичі або інші особи, які піклуються про жертву, які (могли б) стати свідками чогось.

Аб'юз можна увічнити, лише відводячи очі, тривіалізуючи та/або псевдопояснюючи його в сенсі виправдань («Він не це мав на увазі». - «Він поганий»).

Постраждалі не завжди визнають цю форму аб'юзу як таку. Вони баналізують, інтерпретують ворожі напади як випадковість, нещасний випадок, ненавмисний чи коментують їх з точки зору динаміки провини («Я на це заслужив», «Я сам винен», «Я міг би цьому запобігти») і таким чином беруть на себе відповідальність, яку насправді мали б нести ті, хто здійснює аб'юз.

Тут легко розпізнати стратегії винуватця та проекти винуватця. Втім, прояви та динаміка психологічного насильства, по суті, описані. Однак для того, щоб розпізнати психологічне насильство таким, яким воно є, потрібні ідентифікаційні окуляри та відповідне ставлення. Психологічний аб'юз відбувається не лише в закритих приміщеннях, але й дуже часто на очах у свідків. Іноді цю форму насильства можна спостерігати безпосередньо у взаємодії з дітьми, зокрема.

Не кожна недоброзичливість є психологічним аб'юзом. Образи є частиною нашого досвіду взаємин і можуть бути врегульовані через обмін та спілкування. Це не стосується психологічного аб'юзу. Насильницькі стратегії, спрямовані на душу іншої людини, використовують близькість та інтимність стосунків, щоб створити залежність та/або поставити іншу людину на службу власним потребам – свідомо чи несвідомо, навмисно чи ненавмисно. Хоча злість, приниження та напади на людину вже є насильством як окрема поведінка, вони розвивають свій токсичний ефект лише в контексті залежних стосунків.

Французький психоаналітик і віктимолог Марі Франс Хірігойєн у своїй книзі «Маски ганьби» пише: «Психічне насильство принижує і зневажає людину:

«Психічне насильство принижує, позбавляє самоповаги, робить людину безпорадною.

Воно слугує кривдникам для того, щоб збільшити власне его і задовольнити їхню (відчайдушну) жадобу до визнання і захоплення». У цьому контексті вона говорить про психічні збочення, які не класифікує як психопатологію, а радше вбачає в основі психічної жорстокості холодний раціоналізм у поєднанні з нездатністю сприймати інших людей та їхній біль. Збочення полягає в тому, щоб знищити іншу людину як незалежну особистість, змушуючи її емоційно служити власному емоційному виживанню. Це емоційне насильство, зловживання владою, нарцисичне насильство, а також може включати або призводити до сексуального насильства. У такому світлі це «досконала форма» емоційного зловживання владою, яка включає в себе порушення найінтимнішої сфери - і, як ми знаємо, зазвичай безслідно. Ось вам і динаміка психологічного насильства та його проникність в інші форми аб'юзу.

Психологічний аб'юз в освіті сьогодні все більше стає актуальним.

Той факт, що діти у своєму розвитку залежать від підтримки та захисту, становить відносини залежності від дорослих. Тому догляд і виховання є особливо придатними для зловживання - необхідною - владою, що перетворює її на насильство. Батьківство без позитивно конотованої влади неможливе в сенсі захисту та сприяння розвитку дітей.

Які існують визначення психологічного аб'юзу над дітьми?

Можна виділити дві групи визначень (див. Gisbrecht 2012). Деякі з них визначають психологічний аб'юз над дітьми, описуючи форми психологічного аб'юзу та їх шкідливий вплив на дітей у подальшому процесі їхнього розвитку. З іншого боку, існують підходи, які визначають психологічний аб'юз з позиції поведінки осіб, які здійснюють догляд. Відповідно до рекомендацій APSACi, психологічне жорстоке поводження з дітьми можна визначити як «повторювану та циклічну модель поведінки вихователів або екстремальні поодинокі епізоди, які не задовольняють основні психологічні потреби дитини (у захисті, безпеці, соціалізації, емоційній та соціальній підтримці, когнітивній стимуляції, повазі тощо); скоріше, дитину змушують відчувати себе

нікчемною, неповноцінною, нелюбимою, небажаною, загрозливою або корисною лише для задоволення потреб інших людей». (Hart, Brassard, Baker & Chiel, 2017)

Для того, щоб мати змогу інтерпретувати це визначення, надається опис цих дій з боку осіб, які здійснюють догляд, які узагальнені в наступних категоріях.

Відкидаюча поведінка - вихователь відкидає цю дитину та її потреби, що часто супроводжується певним презирством.

Поведінка, що тероризує - для дитини створюється загрозливий сценарій і ставляться жорсткі або нереалістичні очікування, з погрозою втрати, шкоди або небезпеки, якщо дитина їх не виконує.

Експлуаторська або розбещуюча поведінка - має місце, коли дітьми маніпулюють, спонукаючи їх до неналежної антисоціальної або злочинної поведінки, спрямованої на підкорення дитини.

Емоційна нечутливість – описує поведінку вихователя, який ігнорує спроби та потреби дитини у взаємодії та проявляє мало емоцій або взагалі не проявляє їх. Заходи ізоляції - не лише означає ув'язнення або відокремлення від інших, але включає в себе всі обмеження, які покликані запобігти контактам з важливими відносинами, чи то з родичами, чи то з друзями. Нехтування - як відмова у наданні належної медичної та психосоціальної допомоги та підтримці психічного здоров'я, а також відсутність освітньої підтримки.

Це свідчить про широкий спектр психологічного насильства. Описи форм психологічного насильства свідчать про його серйозні та далекосяжні наслідки для особистісного розвитку дитини. Воно має поступовий, але безперервний вплив на розвиток неповнолітніх на всіх рівнях: емоційному, когнітивному, соціальному, пов'язаному зі здоров'ям та способом організації власних стосунків. Це означає підвищений ризик виникнення «токсичних» стосунків.

Широкий спектр психологічного аб'юзу над дітьми можна краще зрозуміти, розрізняючи (активне) психологічне насильство та (пасивне) емоційне нехтування (див. також позиційний документ Центрів захисту дітей Німеччини 2022).

Батьки можуть вважати базові потреби розвитку дитини неактуальними, недоречними або «нав'язаними» і реагувати на них покаранням, знеціненням або погрозами, тобто активним психологічним насильством. Однак батьки також можуть бути перевантажені і не в змозі задовольнити ці базові потреби або виконати завдання, що випливають з них, через власні обмеження. Як наслідок, діти не відчують жодної реакції, а також бракує відповідних, обмежувальних та/або підтримуючих реакцій.

Цю пасивну форму аб'юзу можна відрізнити від психологічного аб'юзу як емоційний вид аб'юзу. Емоційна занедбаність і психологічний вид аб'юзів сукупності завдають більшої шкоди через свою частоту, ніж через серйозні окремі інциденти. В обох випадках загрозу слід відрізнити від широкої сфери неналежного догляду та суворого батьківського ставлення (про загрозу див. Новотний, 2019).

Психологічне насильство може мати різні причини:

— Виховні цілі досягаються неадекватними засобами (лайка, крик, заборони, шантаж); іноді самі цілі є неадекватними (дисфункціональні правила або завдання, які перевантажують дітей).

— У найгірших випадках у батьків є потреба мучити або підпорядковувати себе відповідній ідеології.

— Розлади особистості та психічні захворювання також можуть спонукати батьків до дій, які лякають, пригнічують або знецінюють дітей.

— Брак емпатії.

— Причини емоційної занедбаності можуть певною мірою перетинатися з перерахованими вище, але в першу чергу є наслідком біографічної, соціальної та особистісної неадекватності батьків щодо своєї

батьківської ролі: Травматизація або коли батьки занадто заклопотані собою з інших причин.

— Наркоманія та інші хвороби, коли увага не зосереджена на дітях, а підпорядкована власним потребам.

— Нестабільні соціальні ситуації також призводять до інших «пріоритетів» і ситуацій надмірних вимог - на дітях не зосереджується увага.

— Психологічне насильство та емоційна занедбаність рідко призводять до втручання та заходів підтримки як єдині ознаки небезпеки; «сіра зона» тут значно ширша, хоча вплив та наслідки для постраждалих дітей не менші, ніж у випадку з іншими формами насильства.

— Приклад з практики захисту дітей проілюструє цю складність:

Розглянемо приклад семирічний хлопчика – наймолодший з чотирьох братів і сестер - живе зі своїм шістнадцятирічним братом, батьком і бабусею по батькові в одному домогосподарстві після того, як мати, яка страждала від бабусиноного режиму і компенсувала це збільшенням споживання алкоголю, пішла з родини. Про матір потім замовчують. Хлопчик не знає, де вона, і не має з нею контакту. Бабуся карає його за те, що він час від часу пісяється. Вона вгамовує його спалахи агресії солодощами. Батько докладає зусиль і «балує» хлопчика. Рене пішов до школи майже семирічним, з надмірною вагою, не може завести друзів у класі, у нього розвивається сильна тривожність, він не відпускає батька від себе і відмовляється йти до школи. Фактори захисту від психологічного аб'юзу

Діти також зазнають психологічного аб'юзу в школі, особливо з боку однолітків (булінг). Однак ризик зазнати такого аб'юзу зростає, якщо з ними погано поводитися в ранніх стосунках прив'язаності.

З іншого боку, безпечні стосунки прив'язаності та інший позитивний базовий досвід стосунків є захисними в тому сенсі, що діти можуть шукати підтримки у захисних фігур прив'язаності. Трагедія для багатьох постраждалих дітей полягає в тому, що досвід психологічного насильства

може продовжуватися і в подальшому житті, роблячи їх більш вразливими до насильницьких стосунків у партнерстві.

Це робить ще більш важливим визначення шляхів протидії психологічному насильству.

Багатовимірне запобігання аб'юзу можна розглядати на кількох рівнях:

- у ставленні суспільства до психологічного аб'юзу;
- у зміцненні прав дітей;
- в інституційних зобов'язаннях щодо утримання від всіх форм аб'юзу, зокрема через комплексні концепції захисту в школах та інших (рекреаційних) освітніх установах;
- у навчанні та підвищенні обізнаності батьків під час заходів з батьківської освіти та в дитячих закладах.

Постраждалі діти можуть зміцнити свою впевненість у собі лише завдяки підтримці та заохочувальним стосункам.

Позасімейний контекст, наприклад, організації дозвілля, які можуть запропонувати дітям альтернативні стосунки, часто може допомогти.

Надійні стосунки прив'язаності в будь-якому випадку є найнадійнішим захисним фактором від пережитого психологічного насильства, оскільки вони роблять розпізнавання, називання та звернення за допомогою у випадках пережитого аб'юзу найбільш вірогідними.

Для дітей та підлітків, які зазнають або зазнали психологічного аб'юзу, підходи до втручання є складними і більш комплексними, як показує приклад, наведений вище.

Першим кроком є визнання проблеми, оскільки вона, як правило, не є явною і може бути прихована від інших проблем.

Потім необхідно отримати доступ до відповідної дитини та її опікунів, щоб втрутитися на рівні опікунів, що є дуже складним завданням у сфері захисту дітей.

Зрештою, важливо стежити за потребами і сильними сторонами дитини і показувати їй інший спосіб подолання труднощів, з якими вона стикається.

Ми рекомендуємо показати батькам також інший метод – ненасильницький – підхід.

Характеристика аб'юзу як форми психологічного насильства в партнерських стосунках

Емоційне насильство є однією з форм насильства і, на відміну від фізичного чи сексуального, його дуже важко зрозуміти.

«Фізичне насильство у вигляді побоїв та сексуального насильства часто обговорюється; психологічне насильство, з іншого боку, поки що мало привертає увагу громадськості», - скаржиться Ніколь Бошан, ерготерапевт DVE (Deutscher Verband Ergotherapie e.V.), на поточну ситуацію та повідомлення про емоційне насильство, найпоширенішу форму аб'юзу.

Постраждалі рідко усвідомлюють, що з ними відбувається, самотійно. Навіть якщо вони усвідомлюють, що щось «не так», вони зазвичай приписують це собі або ж їм це говорить і показує кривдник, що мало хто усвідомлює:

Емоційне насильство може призвести до розладів, пов'язаних з травмою; зростання кількості постраждалих у практиці ерготерапії говорить саме за себе. Кількість жертв насильства зростає.

Про це свідчить щорічно опублікована поліцейська статистика, яка включає в себе зареєстровані або заявлені випадки фізичного та психологічного насильства в партнерських стосунках.

Погрози, переслідування та примус становлять майже 25% цих випадків. Аб'юз, як фізичний, так і психологічний, зовсім не безневинний, про що також свідчать дані поліції: щогодини в середньому тринадцять жінок страждають від насильства у стосунках.

Замахи на вбивство відбуваються щодня. Кожного третього дня жінка гине. Інші звіти та дослідження показують, що емоційний вид аб'юзу є найпоширенішою формою аб'юзу.

Наслідки психологічного аб'юзу або емоційної наруги

«Це лише відомі цифри, - підкреслює ерготерапевт Бошан. Зловживання та насильство - це теми, які асоціюються зі страхом і соромом; можна припустити, що існує велика кількість випадків, про які не повідомляють.

Причини є внутрішніми - тобто самі люди, які відчують безсилля діяти, - але також і зовнішніми, оскільки психологічне насильство продовжує бути баналізованим.

Імовірно, це також пов'язано з тим, що емоційне насильство не є видимим, а кривдники зазвичай показують себе з найкращого боку для сторонніх.

Тому жертвам рідко вірять, що ще більше підриває їхню самооцінку.

Проте тепер ми знаємо, що емоційне насильство може мати такий самий травматичний вплив на солдатів, як і участь у бойових діях.

«Навіть консультаційні центри в основному зосереджуються на фізичному або сексуальному насильстві, а щодо інших форм жорстокого поводження допомоги майже немає», - каже Ніколь Бошан.

Вона каже: «Лікарі загальної практики - це хороший перший порт для звернення».

Насправді ж часто буває так, що постраждалі звертаються за медичною допомогою лише тоді, коли вже не можуть впоратися з емоційною травмою, спричиненою насильством, наприклад, посттравматичним стресовим розладом, тривожними і панічними розладами або депресією.

Однак, будь-хто, хто усвідомлює сам або чує від чесних друзів, що їхній партнер поводить з ними неправильно, може отримати допомогу.

Лікарі загальної практики можуть, наприклад, призначити ерготерапевтичне втручання з діагнозом «синдром психовегетативного виснаження» — залежно від тяжкості афективних симптомів, навіть як бланковий рецепт поза межами медичного бюджету і таким чином, щоб постраждалим можна було надати швидку і, за необхідності, інтенсивну допомогу.

Ерготерапевти досліджують причини «Дуже мало пацієнтів, які приходять до мене на прийом, насправді усвідомлюють, що зазнали або зазнають емоційного насильства», – підтверджує Ніколь Бошан, у що важко повірити людям, які ніколи не були в такій ситуації.

Під час первинної консультації вона чує від багатьох, що їхнє дитинство було не дуже добрим або як батьки поводитися з ними.

«Постраждали зазвичай самі походять з дисфункціональних структур і шукають собі подібних партнерів, тобто людей, які поведуться, як мама чи тато», - пояснює ерготерапевт.

У цьому контексті дисфункціональність означає, що в родині походження існує сильний дисбаланс влади між батьками як «головою» та їхніми дітьми, який характеризується погрозами, емоційним шантажем та експлуатацією.

Бракує любові, турботи та солідарності, відсутня сімейна згуртованість.

І поведінка кривдників така ж сама: Бракує ласки, комфорту, захисту, визнання, любові та турботи.

Натомість іншу людину ставлять в емоційну та фінансову залежність, принижують, зневажають, ігнорують її бажання або принижують, ізолюють від інших людей, погрожують і експлуатують.

І все це роками. Тож можете собі уявити, скільки залишилося самоповаги.

Тому одним із завдань ерготерапевтів є робота з пацієнтами, спрямована на перегляд їхніх власних бажань та уявлень про життя і, перш за все, на відновлення їхньої самооцінки.

Частина ерготерапевтичного втручання: стратегії подолання повсякденного життя

«Ми часто маємо справу з важко травмованими людьми, - пояснює ерготерапевт Бошан. Мета – наразі, ерготерапія має для цього значний спектр варіантів втручання і концепцій - полягає в тому, щоб підтримати пацієнтів у розвитку їхньої здатності діяти.

Серед іншого, це означає розробку стратегій разом з постраждалими, щоб вони могли краще справлятися з конкретними, складними ситуаціями у повсякденному житті.

Зрозуміло, як сильно страждає самооцінка внаслідок знецінення, погроз, ігнорування, викриття і, як наслідок, незахищеності.

Іноді постраждалі більше не знають, ким вони є, бо відсунули свої особисті потреби на задній план і пристосувалися до очікувань кривдника. Вони втратили доступ до себе та власних почуттів, а їхнє усвідомлення власного тіла часто серйозно порушене.

На додаток до інших концепцій лікування, таких як терапія сенсорної інтеграції для покращення сенсор

ного сприйняття, ерготерапевти пропонують творчі підходи, такі як рукоділля. Це показує постраждалим, що вони можуть діяти самостійно і під власну відповідальність.

Вони можуть спробувати і випробувати те, що їм подобається, і заново відкрити для себе власні уподобання і потреби.

Ще один ага-ефект виникає, коли пацієнти самостійно контролюють робочий процес – вони діють автономно і, таким чином, відчують протилежність гетерономії, стану, до якого вони були схильні раніше. Подальше розширення ерготерапевтичної допомоги та інформації

«Це не завжди навмисний злий умисел, – каже експерт, – деякі кривдники самі страждають на психічні розлади і не думають, що можуть зробити щось погане».

Більшість з них самі зазнали емоційного насильства в дитинстві і сприймають ситуацію та свою поведінку як нормальну або кажуть, що інша людина їх спровокувала.

Вони самі потребують допомоги, навіть якщо не хочуть цього визнавати і тому зазвичай нічого не роблять.

Ніколь Бошан поставила собі за мету привернути увагу людей до проблеми «емоційного аб'юзу».

Разом зі своїм партнером по співпраці Вольфгангом Зіпенем вона організовує інформаційні вечори, на які приходить за запитом до установ і провайдерів, які хотіли б розширити свої послуги на теми, пов'язані зі здоров'ям.

Водночас вона організовує навчальні курси для своїх колег у рамках Академії DVE.

1.3. Характеристика аб'юзу як форми психологічного насильства в партнерських стосунках

В сучасних реаліях одна з найбільш вагомих світових проблем в аспекті інституту розвитку сім'ї й шлюбу торкнулася також і України.

Проблема домашнього аб'юзу розглядались в працях таких відомих вчених як Ю.О. Асєєва, І.А. Ботнаренко, Т.І. Возна, А.М. Волощук, А.А. Галай, В.О. Галай, Л.М. Сукмановська та ін., а також іноземних вчених, таких як Адам Гілад, Барбара Зімба, Ліз Келлі, Сара Кей Смулленс, які теж зробили вагомий внесок у дослідження вищезазначеної теми.

Разом з тим, не дивлячись на високий рівень зацікавленості науковцями зазначеною темою, домашній аб'юз залишається й досі досить актуальною актуальною темою та потребує поглибленого розгляду та розробки нового понятійного апарату для її опису і потребує подальшого поглибленого дослідження .

На думку І.Г.Малкіної-Пих, найбільш розповсюджена класифікація насильства, заснована на характері насильницьких дій:

- фізичний аб'юз – будь-які фізичні дії, які приводять до відчуття болю.
- психологічний (емоційний) аб'юз – погрози, грубість, знущання, образи або будь-яка інша поведінка, що викликає різконегативну емоційну реакцію. Важливо те, що емоційний аб'юз важко ідентифікувати, тому що не залишає видимих ознак для його виявлення та слідв.

Більшість наукових підходів вченими-психологами виділили основні форми психологічного аб'юзу:

- ізоляція (інформаційна чи фізична депривація; позбавлення інформації чи контроль за її надходженням);
- дискредитація (позбавлення права на власну думку, висміювання, знецінення, деструктив, неконструктивна критика);
- монополізація сприйняття (примусова фіксація уваги на аб'юзері);
- посилення тривіальних вимог (безліч дрібних непотрібних нефункціонуючих правил, не порушити які важко, деструктивна критика, постійне відчуття провини);
- демонстрація «всемогутності» аб'юзера (в будь-яких справах аб'юзер намагається підкреслити власну значимість та експертність для посилення страху, відчуття неспроможності у жертви);
- «випадкові індульгенції» - аб'юзер іноді, частіше хаотично, нагороджує жертву увагою, теплими почуттями з метою підкріплення поведінки, яка потрібна аб'юзеру чи, наприклад, викликати дезорієнтацію жертви;
- приниження, знецінення, висміювання в присутності інших людей;
- тотальний контроль за задоволенням фізичних потреб, щоб довести жертву до фізичного виснаження ;
- системні погрози в аспекті фізичного аб'юзу ;
- періодичне використання психоактивних речовин ;
- часті непередбачувані перепади настрою аб'юзера, в яких, звісно, звинувачується, жертва.

Якщо розглядати засоби психологічного аб'юзу глибше, то це й психологічний аб'юз, примус, маніпуляції

Всі ті дії, що підпадають під категорію «стратегій контролю свідомості», цілі такої стратегії – в масовому маніпулюванні емоціями, думками, почуттями, діями, поведінкою жертв, задля досягнення поступливості жертви.

Разом з тим, в основі психологічного аб'юзу лежить мета реалізації механізму поступливості з боку жертви, де певні якості відіграють пускову тріггерну роль механізму поступливості. Так, Р.Чалдіні виділив декілька принципів впливу [51]:

- взаємообмін ,жертва отримує послугу, а далі від неї аб'юзер очікує взаємність;
- зобов'язань і послідовність, в соціумі послідовність прийнятна, вона допомагає вирішенню більшості життєвих питань;
- соціальний доказ, ґрунтується на впровадженні думи більшості, підмінюючи це на компетентність;
- прихильність, жертви скоріше солідарні з думкою вже знайомих їм людей, або тій, кому вони симпатизують;
- авторитет, найчастіше презентується як раціональне та логічне рішення;
- дефіцит, жертви найбільше здатні цінувати щось недосяжне для них.

Наразі, принципи психологічного аб'юзу в свою чергу градуюють на: аргументація; навіювання; знецінення; зараження; ідеалізація; формування прихильності; прохання; ігнор; атака; провокація.

Психологічний аб'юз несе в собі переважно ознаки фізичного аб'юзу, це в деякій мірі заміщення. Напад, атака може мати одну з таких форм:

- деструктивна критика,
- деструктивні констатації,
- деструктивні поради.

Як ми виявили раніше в нашому дослідженні, одним з основних та системних видів психологічного аб'юзу є маніпуляція. Психологічна

маніпуляція – це вид психологічного аб'юзу ,впливу, що призводить до виклику у жертви наміру чи бажання, яке не співпадає з її особистими намірами, планами та емоціями.

Маніпуляція – це прихований аб'юз, програмування думок, намірів, відчуттів, поведінкових патернів тощо.

На думку вчених П.Дейла, М.Брассарда саме психологічний аб'юз є базовим стосовно і для інших видів аб'юзу – фізичного, сексуального, ментального, фінансового, побутового, економічного [30].

Більшість наукових підходів позиціонують психологічний вид аб'юзу як навмисна маніпуляція жертвою, ігнор її суб'єктних ознак і характеристик (прояв волі, прав, емоцій, бажань), чи руйнуючих відносин по типу прив'язаності, які можуть в подальшому призводити до різних форм деформацій психічного стану жертви, до порушень психіки жертви (від інтелектуального, емоційного до комунікативного та особистісного) розвитку.

Можемо дійти висновку щодо психологічного аб'юзу – як зумисного довготривалого, системного та циклічного впливу на структурні складові жертви, в основі якого знаходиться аб'юз, примус, деструктивна форми впливу, результат якого завжди психологічна травматизація жертви, її особистості.

Одна з важливих рис насильницького впливу закладається в її циклічності. Частіше саме повторення, циклічність, системність завдає значного негативного впливу на психіку жертви.

Психологічний

аб'юз – це інциденти, які мають властивість до повторення(патерни). Наявність патернів – важливий індикатор аб'юзу, який відрізняє його від деяких видів конфлікту та конфронтації .

Конфлікт виникає ситуативно, а аб'юз має циклічність та системність, включає в себе елементи, патерни, які постійно чи періодично повторюються. В ситуації психологічного аб'юзу тиран, аб'юзер має на меті контроль жертви [55].

Окрім терміну «психологічного аб'юзу» в дослідженнях зустрічаються поняття «психологічної агресії» як соціально-психологічного впливу, який направлений та має намір залякувати, формувати залежність, експлуатацію жертви, без її бажання, звісно, без згоди жертви.

Разом з тим, можемо підсумувати, що психологічна атака, агресія – є інструментом психологічного аб'юзу.

Емоційний вплив проявляється наступним чином:

- аб'юзер примушує жертву відчувати неповноцінною особистістю,
- аб'юзер примушує думати, ніби жертва зійшла з розуму,
- аб'юзер не спілкується з жертвою, не звертає на неї уваги,
- аб'юзер використовує тактику «залякування» (свідомі дії чи жести, підвищений тон, що змушують жертву його боятися),
- жертва реагує на зміни настрою аб'юзера,

Разом з тим, є необхідність визначення ряду психологічного виду аб'юзу, а саме такі аспекти:

— активний аспект чи фаза психологічного аб'юзу – психологічний вплив на жертву за допомогою погроз, приниження, деструктивних вимог та критики, ізоляції, негативного оцінювання, заборони на проявлення емоцій, фрустрацію базових потреб жертви,

— пасивний аспект чи фаза психологічного аб'юзу – психологічні ефекти (втрата віри в себе і довіри, дифузна самоідентичність, зовнішній локус контроль, комунікативна некомпетентність, депресивні стани, агресія, поступливість, зміни та порушення сну й апетиту, особистісна психопатологія різної етіології – булемія, наркозалежність, нарцисичні, мазохістичні та інші розлади; психосоматичні розлади),

— інтерактивний аспект чи фаза психологічного аб'юзу – психологічна взаємодія в площині домінантності, ефективності, ригідності, невпевненості, безвідповідальності жертви.

Дія, яку ідентифікується як аб'юз, зазвичай, не сприймається жертвою, як така, що є.

Основним критерієм аб'юзу вважаємо наявність при впливі на жертву примусу та маніпуляцій в різноманітних формах та проявах.

Важливий предиктор прояву психологічного аб'юзу в партнерських стосунках, звісно ж, це взаємний вплив партнерів.

Є.В.Сидоренко виділив натупну класифікацію видів впливу та видів психологічного протистояння цьому впливу.

На думку вченого, конструктивний психологічний вплив представлений наступними характеристиками:

- не повинен бути руйнівним для психіки людини, особистості,
- повинен бути психологічно максимально коректним з вираховуванням психологічних особливостей партнера, а також відповідної ситуації,
- повинен задовольняти потреби двох сторін [43].

Він виділив основні деструктивні форми впливу, які ми вважаємо маркерами психологічного аб'юзу:

- примус у вигляді накладення табу, які не підлягають апеляції, погрози покаранням;
- деструктивна критика як знецінення та приниження методом публічного зневажливого ставлення та образливих суджень про жертву;
- також висловлювання критичних суджень жертві, яка в моменті є в депресивному стані;
- ігнор як навмисний метод неуваги до партнера, до його потреб, емоцій, дій, переживань, висловлювань тощо
- маніпулятивні дії як вид психологічного аб'юзу, впливу, який направлений на примус жертви до дій, на які вона не давала згоду, до її ознак відноситься бажання впливати та подавляти волю жертви, надання

недостовірної інформації, провокації, обман, триангуляції, лицемірство, подвійні стандарти стосовно жертви.

Основними характеристиками маніпулювання є обман, замаскований наклеп, перебільшена демонстрація своєї слабкості, недосвідченості, щоб змусити допомогти, натяки на помилки в минулому.

Також розглядається домінування в аспекті споживчого відношення до жертви, як до речі, до методу досягнення мети, реалізації планів, періодичне чи системне ігнорування бажань, емоцій та інтересів жертви [69].

Існують форми психологічного аб'юзу:

- утворення сімейної коаліції як результату відторгнення жертви,
- системний вплив на формування образу неуспішної моделі батьків, супруга.

Всі різновиди примусу (як комунікативного, так і економічного) є психологічним аб'юзом, в основі якого є вербальна і непрямая форма агресії, різні варіації форм прояву негативізму тощо.

Вчені А.Даркі та А. Басс акцентують увагу на тому, що вербальний прояв агресії прийнято вважати як прояв негативних почуттів через форми трасляції (крик, емоції) та через слово (погрози, ультиматуми, шантаж тощо).

Психологічний аб'юз як динамічний процес на стикі форм (вербальної агресії, непрямой агресії, негативізму), так і його учасників (внаслідок чого жертва сама стає аб'юзером, агресором).

В результаті нашого дослідження феномену психологічного аб'юзу було виявлено наступне:

Психологічний аб'юз – це явище високоградації складності, яке детерміновано системним впливом зовнішніх та внутрішньо- сімейних та індивідуальних ознак жертви і абюзера.

Фундаментальними критеріями психологічного аб'юзу є примус, наявність психотравми.

Психологічний аб'юз – динамічний циклічний процес.

Різновид психологічного аб'юзу – емоційна холодність, повна відсутність емпатії у аб'юзера, емоційні атаки та шантаж.

Часто аб'юз в сімейних партнерських відносинах ототожнюється з сімейним доашнім аб'юзом.

За версією Організації Об'єднаних Націй, домашній аб'юз – це будь-який акт насильства, на основі гендерної характеристики, яка може спричиняти фізичні чи психологічні травми, особливо жінкам.

Однією з тенденцій психологічного вивчення насильства в партнерських стосунках є розробка проблематики міжособистісних відносин, що розвиваються за типом неадекватного (патогенного) шлюбу, що блокують нормальні взаємовідносини.

Патогенні партнерські відносини вивчалися різними авторами, виділяють такі види взаємовідносин:

- «депривація – симбіоз»;
- «відкидання – гіперопека».

Ці особливі стосунки складаються в специфічний партнерський стиль життя, що призводить до ескалації та трансляції насильства на багато поколінь.

Таким чином, патогенний шлюб – це специфічне явище, патологічна форма комунікації в партнерських відносинах, на одному полюсі яких є насильство, на іншому – «віктимізація» (Дж.Боулбі)

Важливу роль при цьому відіграють первинні посередники соціалізації – приклад взаємовідносин між батьками.

Окрім того, визнається так званий феномен «естафети насильства»: діти, що бачили прояви психологічного аб'юзу в родині, схильні відтворювати подібні відносини в стосунках з іншими.

Відомо, що схильність до аб'юзу від одного покоління до іншого передається значно складніше, ніж просто за допомогою наслідування, проте й цей механізм працює.

М.Страус виявив в своїх дослідженнях, що аб'юз пов'язаний з певним розподілом впливу, влади в сім'ї.

Виявлено, що демократичних родинах обов'язки чоловіка та жінки розподілені більш рівномірно, рівень аб'юзу був найменшим.

В сім'ях патріархального типу рівень аб'юзу є найбільший. В матріархальних сім'ях рівень насильства був відносно менший [32].

Наукові підходи дозволили виявити домінантно-залежну модель в партнерських стосунках, для яких характерні наступні ознаки:

- Нерівномірний розподіл влади,
- Керівництво, що базується на силі,
- Ригідність та жорсткість розподілу ролей в сім'ї,
- Сегрегація інтересів членів родини (партнера)
- Деструктивний спосіб вирішення конфліктів,
- Помилки партнера засуджуються, часто згадуються,
- Відсутність інтересу до особистих справ партнера, тотальний контроль поведінки партнера,
- Відчуття незахищеності, самотності, тривожності, депресії,
- Закритість партнерських стосунків,
- Виховання дітей в умовах гіперконтролю,

Сучасні дослідження аб'юзу саме в контексті аналізу психологічного виду аб'юзу, структури психологічного аб'юзу в партнерських відносинах показав, що найбільш поширеними різновидами психологічного аб'юзу є:

- загроза фізичного аб'юзу чи покарання в разі невиконання поставлених партнером задач та умов;
- вид аб'юзу – дистанціювання;
- вербальний аб'юз та приниження, знецінення, образи, невизнання прав та авторитету партнера, його цінності ;
- сутність мотивації та позитивного підкріплення;
- епізодичні поблажливості [56].

Наразі, в процесі дослідження було встановлено гендерні особливості прояву аб'юзу в партнерських відносинах.

То ж чоловіки потерпають від надмірного аб'юзу, контролю, ревнощів своїх партнерок, разом з тим, жінки також страждають, але з причин мезальянсу, нерівних стосунків, відношення до себе як до підлеглої, негнучкого розподілення зобов'язань по гендерному принципу.

Також, жінки мають більше страхів стосовно фізичного аб'юзу, піддаються маніпуляціям, знеціненню, ігнору, звинуваченням, атакам, шантажу.

Як ми розглянули вище, основною формою психологічного насильства є маніпуляція, коли, один з партнерів, аб'юзер, впливає на емоційний стан, підпорядковує дії потенційної жертви, іншого партнера своїм забаганкам, бажанням, цілям, планам.

Ситуація схожа з домінуванням. Для аб'юзера, маніпулятора інша людина, тобто потенційна жертва, не представляє собою цінність, лише користь, споживання, завжди партнер розглядається як засіб для досягнення власної мети та виконання власних планів і бажань коротко- та довгостроково .

Виділимо відмінні риси, ознаки, притаманні маніпуляційним діям, загалом, наслідком стає змінений психологічний стан-це тривожність, замкнутість, відчуття приниження, недовіри, образи, розчарування, відчуття контролю з боку партнера, відчуття використаності, страху та провини.

Прихований характер маніпулятивного впливу на потенційну жертву забезпечено такими психологічними прийомами впливу на психічний стан жертви:

- самоствердження одного з партнерів, як правило, аб'юзера, маніпулятора, та, відповідно, як наслідок його впливу на психіку потенційної жертви, в неї виникає відчуття відрази, відчаю, нерівності, приниженості;

- виведення зі стану енергетичної рівноваги жертви за допомогою таких методів, як глузування, особливо неприємні наслідки від публічних

принижень та глузувань, несправедливі звинувачення, наразі, коли жертва аб'юзу, маніпуляцій в змозі виявити маніпулятивні дії по відношенню до себе, то ,як результат, отримує звинувачення в неадекватності в свою адресу;

— прямі або приховані лестощі та псевдокомпліменти, демонстрація в прагненні догодити, як результат— очікування відповідних дій;

— навмисне приховування від жертви інформаційного ресурсу для подальшої провокації тривожних станів, невизначеності тощо.

Наслідки вищерозглянутого негативного впливу на психічні стани розглядаються як механізми розвитку пограничної особистісної структури, разом з тим, внаслідок відсутності розвитку цих відносин виникає психопатичний варіант аномалій, а при порушеннях виникає неврастенічний варіант.

Існують наступні види порушень особистості:

— синдром «афективна тупість», в даному випадку характеризується відсутністю спільного з іншими індивідуумами, відчуттям себе нездатним мати емоційну прив'язаність,

— синдром «афективна залежність» як постійний стан страху втрати чи припинення стосунків, повна залежність від партнера, залежні стосунки, тривожні стани, невпевненість в собі, недовіра;

— «комплекс жертви» -стан апатії, відмова нести відповідальність як за себе, так і за інших індивідів, стан безпорадності, занижена самооцінка,

— Всім відомий «стокгольмський синдром», який раніше розглядали як повна самовідданість жертви, яка постійно шукає виправдовування діям аб'юзера, агресора, маніпулятора;

— «теплі почуття» до аб'юзера, агресора, тирана [42].

Аналіз роботи кризових центрів дозволив виявити наступні закономірності та тенденції формування рис жертв психологічного насильства:

- Дуже низька самооцінка жертви чи занижена самооцінка потенційної жертви;
- «класичне» уявлення щодо стосунків, ролі жінок в суспільстві, жіноча реалізація в соціумі та призначення;
- прийняття відповідальності за дії аб'юзера, агресора;
- загострене відчуття вини(одна з головних ознак застосування маніпулятивних дій на потенційну жертву);
- скарги психосоматичного характеру у вигляді реакції на стресові стани;
- ілюзія стабілізації і покращення взаємовідносин сексуальною поведінкою і взаємодією;
- стан безпорадності, відсутність віри щодо надання реальної допомоги жертві аб'юзу;
- часткова чи повна психологічна залежність від аб'юзера, маніпулятора.

Разом, також спостерігаються такі наслідки психологічного аб'юзу:

- як соціальна дезадаптація(зменшення кола комунікацій),
- як емоційна дезадаптація (в т ч, стан хронічного відчуття вини);
- як інтелектуальна дисфункція(відсутність критичного мислення, погіршення пам'яті),
- стан вивченої безпорадності;
- відсутність бажання прояву ініціативи;
- прояви психосоматики тощо.

Наразі, дослідження проблем психологічного аб'юзу в партнерських відносинах надало молтвість виявлення та підтвердження факту психологічного аб'юзу як виду міжособистісної взаємодії, що має прихований характер та передбачає переважно нерівні взаємовідносини (як домінантно-залежний тип взаємовідносин, наприклад).

Психологічний аб'юзу в партнерських взаємовідносинах не має кордонів, він здійснюється на всіх рівнях соціуму, з будь-яким матеріальним та соціальним положенням, але все ж, є менш захищені та вразливі соціальні верстви населення.

Психологічний аб'юз як інтерактивний процес.

Найбільш поширені види психологічного аб'юзу не залежать від гендеру, до них відносяться вербальні види агресії, стан емоційної стриманості, стани періодичної чи циклічної поблажливості.

Порушення, викликані психологічним аб'юзом, стосуються абсолютно всіх рівнів розвитку індивідуума та можуть призводити до формування специфічних залежних відносин чи патернів поведінки.

Висновки до першого розділу

Узагальнюючи наше дослідження, можемо зробити висновок, що психологічний портрет аб'юзера складається з дезадаптивних характеристик особистості, таких як нестриманість, нетерплячість, порушення особистих кордонів жертви, прагнення влади, жорстокість, агресія, контроль, перекладення відповідальності і т.п.

Все в сукупності зумовило специфічне сприйняття та ставлення аб'юзера як до себе, так і до інших, взаємовідносини з аб'юзером можуть призвести до заниження соціальної реалізації та адаптації жертви, втрати впевненості, віри в себе, зниження самооцінки, виникає синдром вивченої безпорадності, втрата довіри до інших.

Разом з тим, прийнято думати, що жертви аб'юзерів переважно слабкі або нерішучі індивіди, проте ресурсні, сильні, незалежні, впевнені в собі особистості не лише від не застраховані від потенційного впливу аб'юзу та токсичних відносин, а навіть більше приваблюють аб'юзерів.

Аб'юзерам цікавіше будувати стосунки саме з ресурсними та сильними, насамперед, емоційно та інтелектуально, партнерами, в подальшому переводячи їх в невпевнених залежних від аб'юзу та його впливу жертв.

Їх приваблює аспект підпорядкування, залякування, аб'юзери прагнуть зламати ресурсного та успішного партнера, перетворюючи в залежну жертву. Аб'юз є емоційний та ментальний, насамперед, вид насильства, оскільки спочатку впливає на емоції і психічний стан жертви методом використання ресурсного потенціалу жертви, залякування, образи, шантажу та в інших його варіаціях і проявах, а газлайтинг як інструмент аб'юзу, аб'юзер найчастіше використовує як найнебезпечнішу психологічну маніпуляцію.

Ми вважаємо, що саме в сучасних умовах проблема полягає в аспекті гендерованого насильства. Аб'юзерами є і чоловіки, і жінки, які, зазвичай, вдаються до аб'юзу за допомогою різних підходів і, відповідно, можуть страждати та мати негативні наслідки, наприклад, психічні розлади, від зовсім різних його проявів в залежності від зазначених нормативних гендерних ролей в суспільстві, роботі, сім'ї тощо.

Ми дослідили дуже актуальне сьогодні поняття аб'юзу як складного соціально-психологічного явища та виявили, що воно охопило достатньо широкий спектр його форм та проявів, сутність якого розглядається в аспекті систематичного, повного чи періодичного застосування та використання ментального, фізичного, психологічного, емоційного, сексуального або економічного прояву насилля або сили для застосування контролю чи підкорення волі іншого індивіда.

В процесі дослідження ми зверталися до контексту соціально-психологічного аб'юзу, звісно, маємо на увазі відображення порушень в аспекті міжособистісних стосунків, чи глибокого дисбалансу влади, чи впливу суспільних норм на поведінку.

Дослідження та визначення аб'юзу як явища є важливішим щодо розуміння факторів та наслідків впливу, причин, механізмів запуску та їх

наслідків. Розглянули більш детально понятійний апарат термінів: «аб'юз», «андроцентризм», «газлайтинг», «гетсбінг» і «слатшеймінг».

За результатами дослідження було визначено понятійний апарат «аб'юзу», «андроцентризму», «газлайтингу», «гетсбінгу», «слатшеймінгу»; досліджено психологічний аб'юз та його зв'язок з іншими формами аб'юзу в контексті австрійського дослідження; виявити особливості емоційного аб'юзу як соціально-психологічного явища; охарактеризовано аб'юз як форму психологічного насильства в партнерських стосунках; розглянуто методи та процедури дослідження впливу аб'юзу на жінок в партнерських відносинах.

РОЗДІЛ 2.

ДОСЛІДЖЕННЯ ВПЛИВУ АБ'ЮЗУ НА ЖІНОК В ПАРТНЕРСЬКИХ ВІДНОСИНАХ

2.1. Методи та процедура дослідження впливу аб'юзу на жінок в партнерських відносинах

Часто в складних ситуаціях в партнерських стосунках в багатьох людей виникає відчуття дискомфорту, тривоги та занепокоєння, звісно, вказує на аб'юз як форму нездорової деструктивної взаємодії. Як правило, така токсична взаємодії в переважній більшості випадків залишається непоміченою.

Усвідомлення ознак аб'юзу в партнерських відносинах – це вже часткове вирішення проблеми та важливий крок щодо захисту себе як індивіда й свого добробуту. Аб'юз не має гендеру і проявляється в різних формах, переважно з риториною, яка, на перший погляд, здається невинною.

Наше дослідження допомагає побачити і виявити ознаки аб'юзу та усвідомити факт аб'юзу, які можуть бути завуальованими, прихованими, неочевидними, проте, мають постійний циклічний вплив на життя кожної людини.

Найчастіше застосовується емоційний аб'юз, який проявляється в різних формах, наразі, супроводжується системною деструктивною критикою, наприклад:

- "Ти ніколи нічого не зробиш правильно";
- "Тобі постійно треба нагадувати ";
- "Ти не впораєшся ";
- "Дивись, щоб знову не було, як минулого разу ";
- "Ти завжди все повільно робиш ";
- " Хоч раз можеш зробити, як потрібно";
- "Ти завжди такий(а) неорганізований(а)".

Також емоційний аб'юз супроводжується тотальним контролем:

- "Ти маєш запитати мене, перш ніж щось зробити",
- "Я маю знати, де ти і з ким"
- "Я маю знати зміст твоїх розмов з друзями".

Поняття аб'юзу має потужну та значну культурну й особистісну варіативність. Для забезпечення процесу дослідження ми розглянули поняття аб'юзу в загальноприйнятому значенні і для міжнародного, і для українського законодавства: жорстоке прояв та поведінки однієї людини з іншою, визначене як фізичний, психологічний (емоційний) та економічний аб'юз.

Для дослідження ми використовували наступні види психологічного і економічного аб'юзу:

- тотальний контроль;
- обмеження комунікацій з друзями або родичами,
- обмеження працювати та реалізовуватися в соціумі;
- усунення від процесу ухвалення рішень;
- відмова матеріальної підтримки;
- знецінення,
- публічні образи,
- приниження;
- залякування жестами(замахами, киданням предметів);
- вербальний аб'юз;
- невербальний аб'юз.

За допомогою проведеного структурованого інтерв'ю (Додаток А) ми мали можливість отримати соціально-демографічні показники досліджуваних, а також виявити види аб'юзу (психологічний, економічний, фізичний) та конкретні направлені на жертву дії (контроль, шантаж, погрози, побиття тощо) аб'юзу, застосовані стосовно них, інтенсивність та тривалість чи наявність циклічності факту аб'юзу у партнерських взаємовідносинах.

Для дослідження сформовано групу за ознаками наявного аб'юзу та відсутністю аб'юзу.

Всього у нашому дослідженні прийняли участь 62 людини віком від 35 до 60 років, які мають офіційні та незареєстровані відносини. 3 жінки пройшли тестування двічі, наразі, описуючи дві ситуації, тобто вони мали по два зареєстрованих шлюба.

На даний час усі жінки живуть в Одесі та частина є жінки, які знаходяться в еміграції та процесі інтеграції в австрійське суспільство, це 20 % жінок. Наразі, це жінки, які зберегли свої стосунки, при цьому емігруючись та інтегруючись в австрійське суспільство.

За допомогою Google-сервісу, на опитування було отримано відповіді (Додаток Б, Додаток В) ми виявили конкретні види та певні дії, які застосовувалися до зазначеної категорії досліджуваних жінок. Аб'юз у партнерських відносинах є складним соціально-психологічним явищем, яке зачіпає різні аспекти людських взаємодій. Зрозуміння причин цього явища є важливим кроком для його попередження та подолання. Фактори, які сприяють виникненню аб'юзу, можна умовно розділити на індивідуальні, соціальні, культурні та психологічні. Ця робота досліджує основні причини аб'юзу в партнерських стосунках, аналізуючи їх у ширшому контексті міжособистісних та, в подальшому, в суспільних відносин.

Основна градація в аспекти досліджуваних причин виникнення аб'юзу це:

- індивідуальні причини, які розрізняють за типом особистісних рис аб'юзера та особистісних рис жертви;
- психологічні причини, які пояснюють дитячі травми та моделі поведінки з подальшою реплікацією аб'юзу та емоційного нехтування, яке згодом проявляється у формі агресії чи контролю; емоційна незрілість, невміння вирішувати конфлікти, залежність від партнера та патологічні залежності тощо;
- соціальні причини, серед яких суспільні норми та гендерні стереотипи, соціальна ізоляція

- економічні причини, такі як фінансова залежність, важке матеріальне становище, яке проявляється у вигляді бідності або є наслідком безробіття, як одного з важливих факторів;
- культурні причини, які виявляються як нормалізація аб'юзу, що часто пропагується в медіа та відображається в культурних традиціях;
- відсутність обізнаності, як незнання прав та стигма-страх осуду за розголошення проблеми;
- вплив сучасних технологій у вигляді цифрового аб'юзу, найчастіше це кібербулінг та залежність від технологій, що виявляється у вигляді зниження рівня приватності, інформаційна ізоляція;
- динаміка міжособистісних стосунків, що прийнято вважати як влада і контроль, де відбувається дисбаланс влади у відносинах, коли один із партнерів має більше впливу, що в подальшому створює сприятливий ґрунт для аб'юзу, та ревності;
- комунікаційні проблеми як нездатність до конструктивного діалогу та пасивна агресія.

В таблиці 2.1. ми розглянули більш детально та структуровано вищезазначені причини та сутність аб'юзу в партнерських відносинах.

Причини аб'юзу в партнерських відносинах є багатофакторними і взаємопов'язаними. Часто, індивідуальні характеристики особистості, психологічні травми, соціальні передумови, культурні стереотипи, а також економічні фактори впливу системно взаємодіють, утворюючи сприятливе середовище для аб'юзу та аб'юзивних стосунків.

Розуміння цих причин допомагає розробляти ефективні стратегії для запобігання аб'юзу й допомоги і підтримки потенційних та фактичних жертв. Тільки комплексний системний підхід може забезпечити позитивні зміни в зазначеній сфері.

Отримані результати дослідження презентовано в таблиці 2.1.

Таблиця 2.1

Причини аб'юзу та порушення прав в сімейних чи партнерських відносинах

№	Причини порушення прав в сімейних чи партнерських відносинах		Пояснення причин, їх сутність, передумови
1	Індивідуальні причини:	особистісні риси аб'юзера	"Деякі індивідуальні риси особистості сприяють тому, що людина може стати аб'юзером, серед них такі:
		особистісні риси потенційної жертви	"жертви аб'юзу можуть мають певні особистісні риси, з якими вони є більш вразливими:
2	Психологічні причини	дитячі травми і моделі поведінки	" -реплікація насильства, коли діти, що стали свідками аб'юзу в своїй сім'ї, можуть в майбутньому переймати подібні моделі поведінки та інтерпретувати їх як ""норму"";
		емоційна незрілість	-емоційне нехтування, яке проявляється у вигляді недостатньої уваги чи любові в дитинстві, що може сформувати відчуття неповноцінності, яке пізніше проявляється у формі агресії чи контролю." -невміння вирішувати конфлікти, люди, які не навчилися конструктивно справлятися зі стресом або розбіжностями, можуть вдаватися до аб'юзивної поведінки;
		патологічні залежності	емоційна залежність, і аб'юзери, і жертви можуть бути залежними від токсичних емоційних зв'язків.
3	Економічні причини		міфи про насильство, як приклад, стереотип "жінка

		суспільні норми та гендерні стереотипи	сама провокує аб'юз, насильство";
			патріархат, де нерівність гендеру виправдовує аб'юз як "допустиму" поведінку;
		соціальна ізоляція	"тиск з боку суспільства, коли стигматизація розлучень чи очікування ""ідеальної сім'ї"" змушують жертву залишатися у аб'юзивних відносинах.
4	Економічні причини	фінансова залежність	контроль фінансів, коли аб'юзер може обмежувати доступ жертви до фінансів, унеможливаючи її втечу.
			економічна нерівність, коли один із партнерів зловживає своєю фінансовою перевагою.
5	Складне матеріальне становище	статус безробітної особи	трата роботи або стабільного доходу впливає на самооцінку кривдника, що може призводити до аб'юзу
		бідність	економічні труднощі підвищують рівень стресу, що провокує агресивну поведінку
6	Культурні причини	медіа	"романтизація токсичних стосунків у фільмах і серіалах.
		культурні традиції	в деяких культурах насильство в сім'ї вважається "особистою справою".
7	Вплив сучасних технологій	цифровий аб'юз	кібербулінг коли образи або погрози є в онлайн-середовищі.
			контроль через технології, за допомогою постійного стеження за жертвою через смартфони чи соцмережі

8	Динаміка міжособистісних стосунків	влада і контроль	дисбаланс влади, коли один із партнерів має більше впливу, створюється сприятливий ґрунт для аб'юзу.-ревності,
		комунікаційні проблеми	коли вони в надмірній кількості переростають в емоційний або фізичний аб'юз

Розглянемо рис. 2.1., який розкриває та констатує вищеописані причини аб'юзу та порушення прав в сімейних чи партнерських відносинах. В анкетуванні було озвучено та проведено дослідження в розрізі наступних запитань:

—Як ви вважаєте, чи порушувались Ваші права в сім'ї?

—Ваш партнер/партнерша застосовує до Вас емоційний аб'юз?

—Чи мали Ви випадки публічного приниження партнером/ партнершою?

—Ваш чоловік/дружина обмежує Вас в комунікаціях з друзями та рідними ?

—Чи знецінювали вас?

—Ваш чоловік/ дружина часто демонструє ревності?

—Чи втягував Вас чоловік/ дружина в триангуляції?

—Чи відчували Ви різне ставлення чоловіка/ дружини до себе наодинці та в присутності інших людей?

—Чи були випадки різкого зникнення партнера/партнерки без пояснення, водночас, переглядання ним Ваших сторінок в соцмережах, лайки, коментарі, читання Ваших смс без надання відповіді на них.

—Чи мали Ви аб'юзивні відносини?

—Чи проходили Ви терапію для відновлення психо-емоційного стану після аб'юзивних відносин?

—Чи можете ви сказати, що у вас в сім'ї рівність щодо розпорядження сімейним бюджетом, ухвалення рішень стосовно дітей, відпочинку, придбань?

—У відносинах до Вас було застосовано фізичний аб'юз?

—Чи відчували Ви на собі прояв вербальної та невербальної агресії?

—Ви знаєте скільки заробляє ваш чоловік?

Як ви вважаєте, чи порушувались Ваші права в сім'ї?

62 ответа

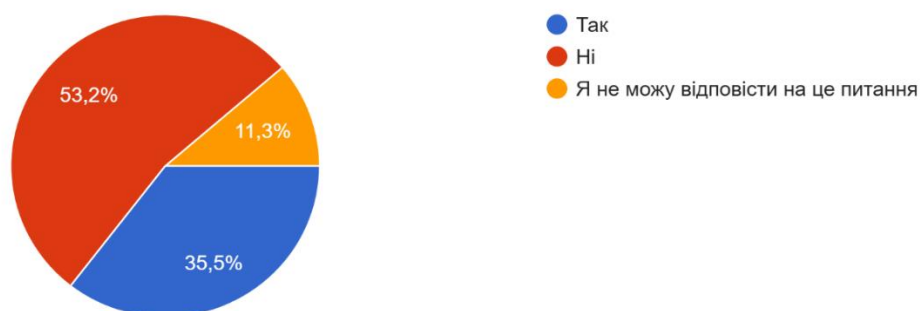


Рис. 2.1. Як ви вважаєте, чи порушувались Ваші права в сім'ї?

Аналіз дослідження серед опитуваної групи визначила наступний результат, в якому ми виявили, що не мали досвід насильницьких аб'юзивних дій 53,2% жінок, а отримали такий негативний досвід 35,5%. На питання, чи Ваш чоловік застосовує до Вас емоційний аб'юз 37,3% відповіла, що застосовує, а 56,5%, що не застосовує, як презентовано на рис. 2.1 та 2.2.

Ваш чоловік застосовує до Вас емоційний аб'юз?

62 ответа

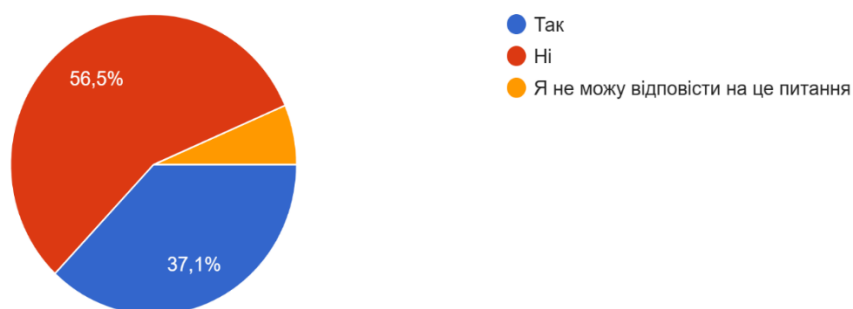


Рис.2.2. Ваш партнер/партнерша застосовує до Вас емоційний аб'юз?

На питання, чи мали Ви випадки публічного приниження чоловіком 19,4% відповіли, що так, мали такий досвід, наразі, 66,1%, що не мали такого досвіду, що свідчить про позитивну динаміку стосовно емоційного аб'юзу,

Чи мали Ви випадки публічного приниження чоловіком?

62 ответа

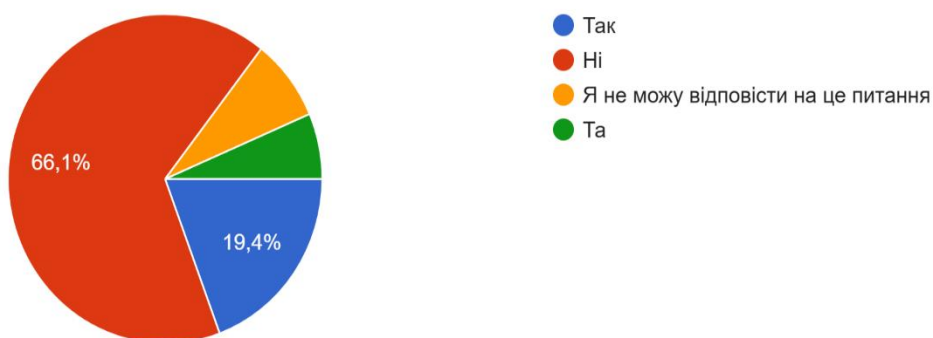


Рис. 2.3. Чи мали Ви випадки публічного приниження партнером/ партнершою?

Наступне питання, чи Ваш чоловік обмежує Вас в комунікаціях з друзями та рідними 25,8 % відповіли, що так, мали такий досвід, наразі, 69,4%, що не мали такого досвіду, що свідчить теж про позитивну динаміку стосовно емоційного аб'юзу, тобто, аб'юз у відносинах в аспекті емоційного та ментального насилля зменшився що продемонстровано на рис.2.4.

Ваш чоловік обмежує Вас в комунікаціях з друзями та рідними ?

62 ответа

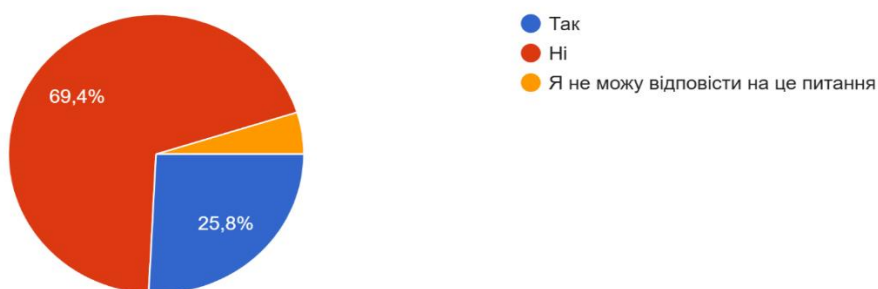


Рис. 2.4. Ваш чоловік/дружина обмежує Вас в комунікаціях з друзями та рідними ?

Чи знецінювали вас?

62 ответа

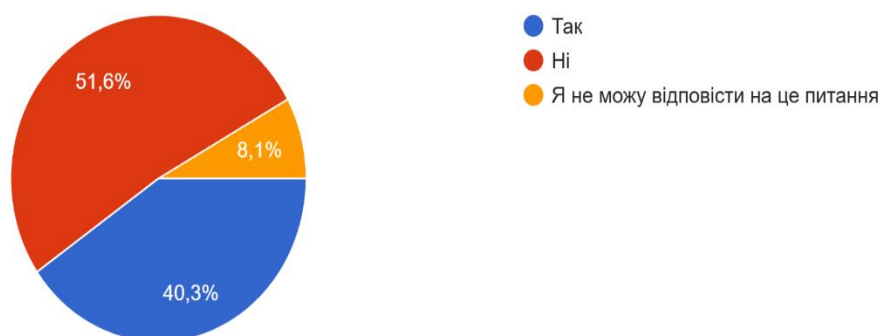


Рис.2.5. Чи знецінювали вас?

Чи знецінювали вас- на це запитання думки та отриманий досвід показав майже рівнозначні відповіді, так, знецінювали 40,3%, ні, не мали такого досвіду 51,6 %, 8,1 % не змогли надати відповідь на зазначене запитання або не могли інтерпретувати зазначену категорію аб'юзивних дій, що розглянули на рис 2.5.

Ваш чоловік часто демонструє ревності?

62 ответа

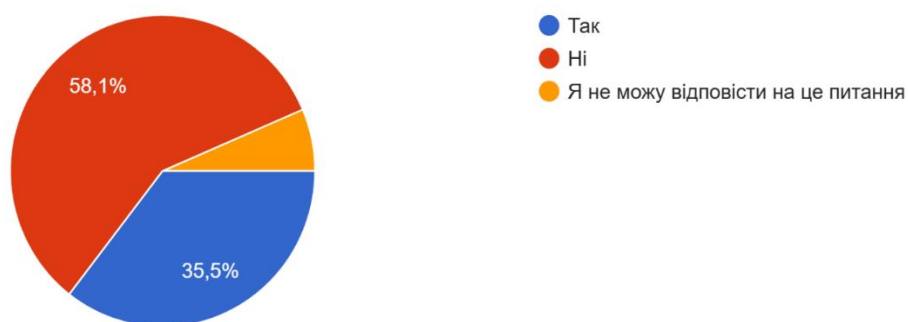


Рис.2.6. Ваш чоловік/ дружина часто демонструє ревності?

Ваш чоловік часто демонструє ревності? На рис.2.6. проаналізували відповіді, результат показав, що 35,5% опитуваних мали такий досвід, а 58,1% не отримували ревності з боку партнера.

Чи втягував Вас чоловік в триангуляції?

62 ответа

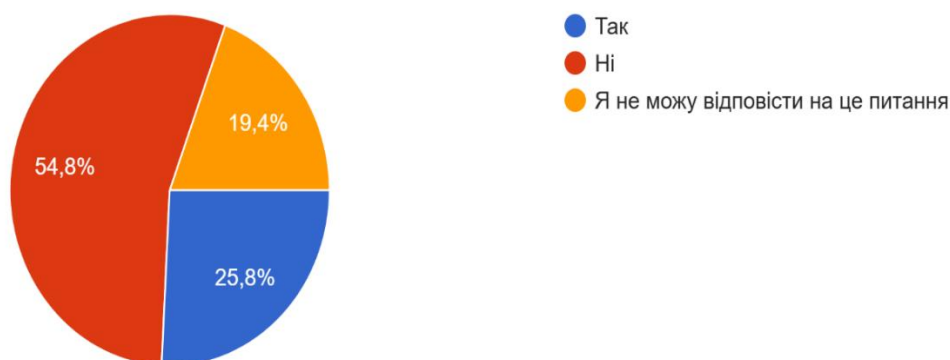


Рис.2.7. Чи втягував Вас чоловік/ дружина в триангуляції?

На рис, 2.7. ми бачимо важливе питання з категорії аб'юзу, а триангуляції являються одним з найулюбленіших методів аб'юзерів. То ж, отримали дані, що 25,8%, на жаль, мали такий досвід, а 54,8% не мали досвіду триангуляцій від партнера. Цей метод є досить потужним і впливає негативно на самооцінку, емоційний та психічний стан жертви.

Чи відчували Ви різне ставлення чоловіка до себе наодинці та в присутності інших людей?

62 ответа

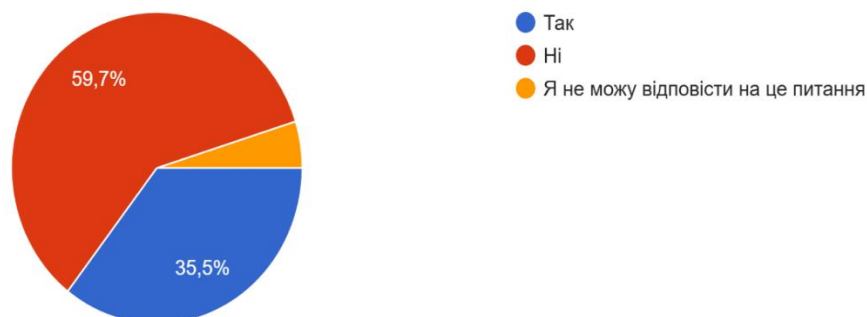


Рис.2.8. Чи відчували Ви різне ставлення чоловіка/ дружини до себе наодинці та в присутності інших людей?

Аб'юзерам дуже важливо показати суспільству ідеальну картинку партнерських чи сімейних відносин, адже це один з інструментів впливу на психіку жертву в аспекті неадекватності сприйняття ситуації, коли

посилюється вплив на жертву за допомогою методу газлайтингу, та в суспільстві не будуть належним чином сприйматися скарги на тирана, адже він створив заздалегідь ідеальну картинку відносин, показав сімейні цінності та порядність.

Чи відчували Ви різне ставлення чоловіка до себе наодинці та в присутності інших людей? Так, звісно відчували різне ставлення чоловіка до себе наодинці та в присутності інших людей 35,5%, ні, не відчували – 59,7% досліджуваних відповіли саме так на зазначене запитання.

Чи були випадки різкого зникнення чоловіка без пояснення, водночас, переглядання ним Ваших сторінок в соцмережах, лайки, коментар...тання Ваших смс без надання відповіді на них

62 ответа

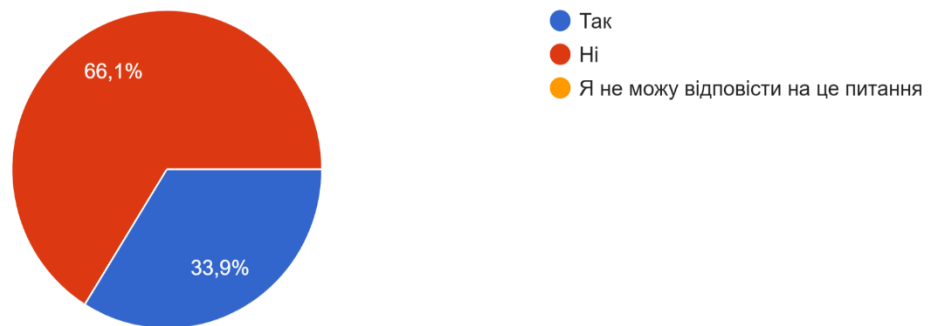


Рис.2.9. Чи були випадки різкого зникнення партнера/партнерки без пояснення, водночас, переглядання ним Ваших сторінок в соцмережах, лайки, коментарі, читання Ваших смс без надання відповіді на них.

Наступне питання надало змогу виявити емоційний аб'юз, один з улюблених методів «Голка», коли партнер без попередження зникає на деякий період, що може продовжуватися від 3 днів до 3 місяців.

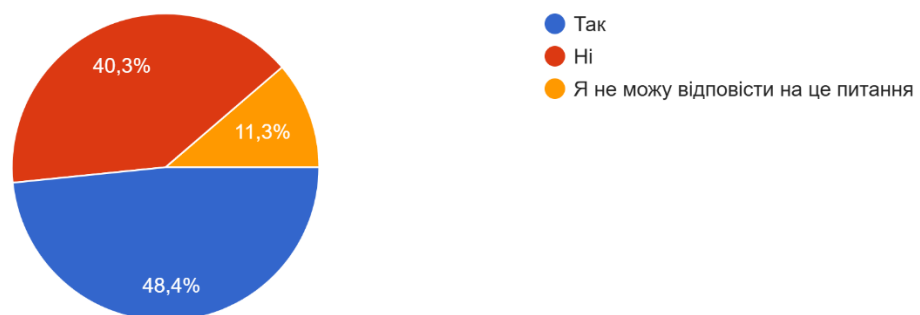
Цей період виснажливий для жертви, адже вона в розгубленому стані, в паніці, не розуміє причин такої поведнки, не розуміє причинно- наслідкових зв'язків цих дій, вона починає аналізувати причини цього явища, не нахаодить кращого пояснення, ніж те, що вона сама винна винна і не так себе вела, що вона спровокувала партнера на цей крок.

Але, коли партнер з являється, агресивно відповідачи на логічні питання, чому так зник, не виходив на зв'язок і де був, поводить себе, ніби нічого не було, просто телефон розрядився, другу допомагав, був зайнятий, бабусі зле було та ін.

Аб'юзер застосовує маніпулятивні методи, тримаючи на контролі емоції та дії жертви.

Чи були випадки різкого зникнення партнера/партнерки без пояснення, водночас, переглядання ним Ваших сторінок в соцмережах, лайки, коментарі, читання Ваших смс без надання відповіді на них нам вразили, 33,9% відповіли, що так, були такі випадки, а це третина наших досліджуваних, а 66,1% не перебував на зазначеній стадії аб'юзу та не мав подібний травмуючий досвід. Дослідження відображено на рис,2.9.

Чи мали Ви аб'юзивні відносини?
62 ответа



Рис,2.10. Чи мали Ви аб'юзивні відносини?

Наступне питання, чи мали Ви аб'юзивні відносини, оцінює адекватність сприйняття ситуації, в результаті маємо 48,4% відповіді, що отримали цей досвід аб'юзивних відносин, і 40,3 %, що не мали подібного травмуючого психіку досвіду, що розглянуто на рис,2.10.

Наразі, 11,3% не змогли ідентифікувати свій досвід як аб'юзивний чи ні.

Чи проходили Ви терапію для відновлення психо-емоційного стану після аб'юзивних відносин?

62 ответа

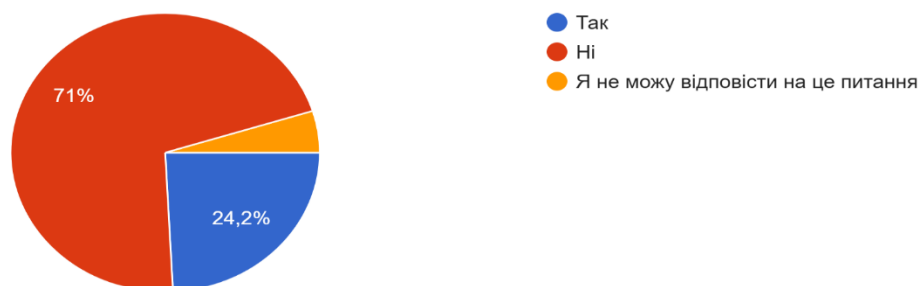


Рис.2.11. Чи проходили Ви терапію для відновлення психо-емоційного стану після аб'юзивних відносин?

Питання про психотерапевтичний ефект постаб'юзивного періоду відносин та відновлення психоемоційного стану розкриває проблеми, які сьогодні мають більшість українських жінок.

Лише 24,2% відповіли на питання, чи проходили Ви терапію для відновлення психо-емоційного стану після аб'юзивних відносин, що так, проходили терапію, а, наразі, 71% не проходили терапію. Це дуже погані показники.

Це впливає на ментальне здоров'я нації.

Чи можете ви сказати, що у вас в сім'ї рівність щодо розпорядження сімейним бюджетом, ухвалення рішень стосовно дітей, відпочинку, придбання?

62 ответа

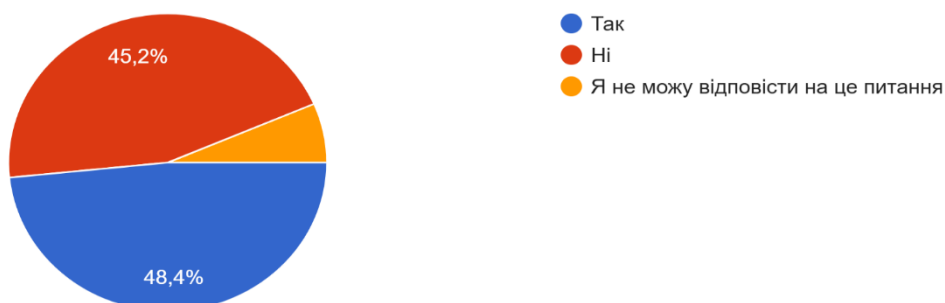


Рис.2.12. Чи можете ви сказати, що у вас в сім'ї рівність щодо розпорядження сімейним бюджетом, ухвалення рішень стосовно дітей, відпочинку, придбання?

В наступному опитуванні ми отримали майже рівнозначні показники відповідей, на питання, чи можете ви сказати, що у вас в сім'ї рівність щодо розпорядження сімейним бюджетом, ухвалення рішень стосовно дітей, відпочинку, придбань, маємо 48,4%, що так, в сім'ї є рівність щодо розпорядження сімейним бюджетом та ухвалення рішень в усіх аспектах, разом з тим, 45,2% відповіли, що ні, не мають цієї рівності щодо прийняття рішень та розподілу бюджету. Дане дослідження представлено на рис.2.12.

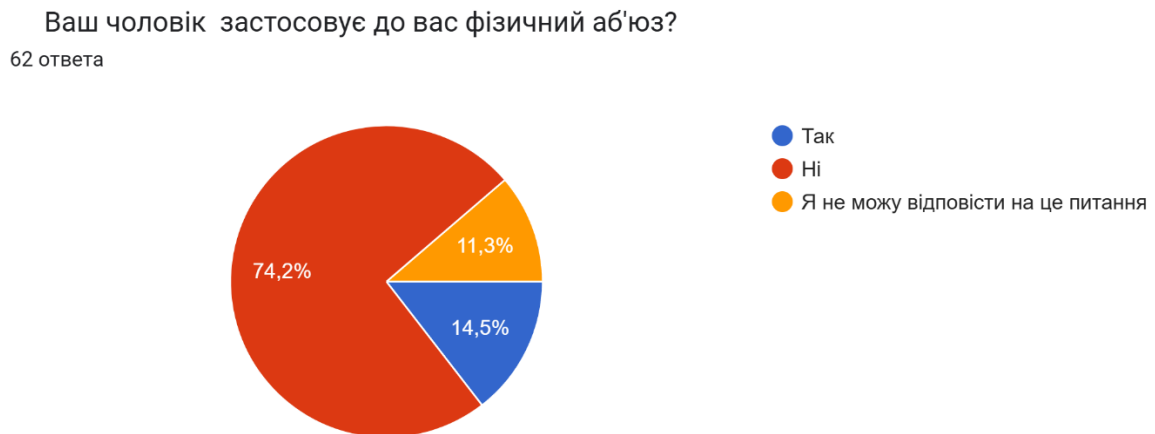


Рис.2.13. У відносинах до Вас було застосовано фізичний аб'юз?

На питання про фізичний аб'юз в аспекті, чи було до Вас було застосовано фізичний аб'юз в партнерських відносинах, маємо 14,5: відповіде, що мали, і 74,2%, що не мали.

З однієї сторони, відсоток фізичного аб'юзу в сім'ї не високий, він складає, як ми вже вище зазначили, 14, 5%, проте, це і немалий відсоток фізичного аб'юзу, адже, він має властивість та ефект реплікації насильства, коли діти, які стали свідками аб'юзу в своїй сім'ї, можуть в майбутньому переймати зазначені моделі поведінки та інтерпретувати їх як "норму"; а емоційне нехтування, яке проявляється у вигляді недостатньої уваги чи любові в дитинстві, формує відчуття неповноцінності, яке пізніше проявляється у формі аб'юзу, агресії та контролю.

Наряду з вищерозглянутими показниками відсутності досвіду психотерапії у 71,1 % опитуваних, то цей факт в сукупності ще більше впливає на наслідки аб'юзу, що поступово мають накопичувальний ефект та може дійти до крапки невідворотності процесу змін у психіці людини.

Тому важливо своєчасно реагувати на виклики аб'юзу та періодично проходити терапію у спеціалістів.

Чи відчували Ви на собі прояв вербальної та невербальної агресії?

61 ответ

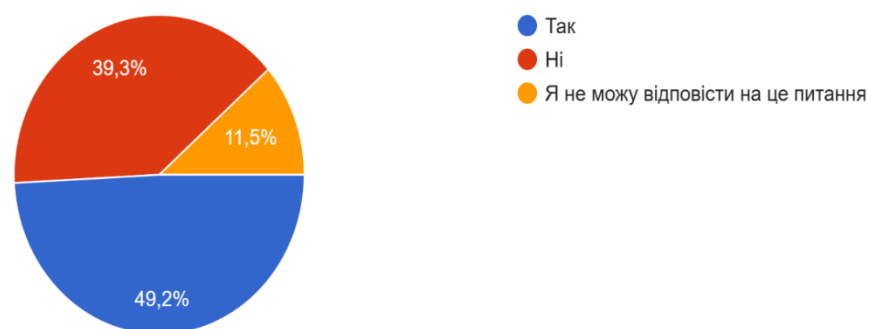


Рис2.14. Чи відчували Ви на собі прояв вербальної та невербальної агресії?

На рис 2.14. маємо результат наступного опитування, 49,2% відповіли, що так, відчували на собі прояв вербальної та невербальної агресії, разом з тим, 39,3% надали відповідь, що не мали такого досвіду, 11,5 % не змогли надати відповідь на зазначене запитання.

Складається враження, що частина опитуваних знаходяться досі або тривалий період часового інтрвалу в аб'юзивних відносинах та втратили адекватність сприйняття ситуації, так як вище питання про емоційне насилля ми мали 37,2% відповідей опитуваних, що так, мали.

Не всі показники корелюються між собою, але, враховуючи, що питання мало підґрунтя аспект фізичного та емоційного аб'юзу, тому думки могли відрізнятися.

Ви знаєте скільки заробляє ваш чоловік/дружина?

62 ответа

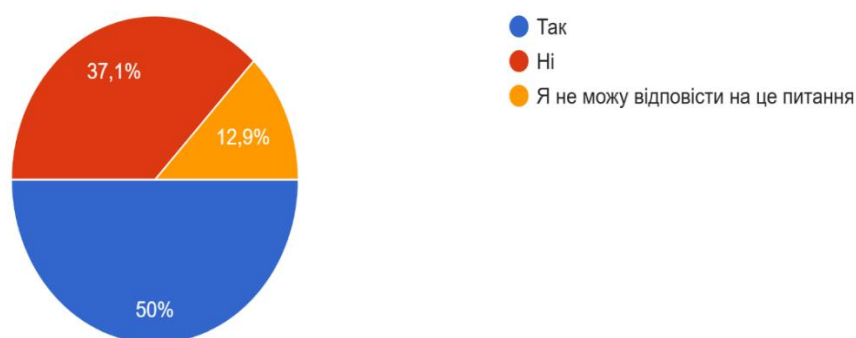


Рис.2.1.5. Ви знаєте скільки заробляє ваш чоловік?

Питання про економічне насилля, фінансовий аб'юз, чи знаєте Ви скільки заробляє ваш чоловік, показав наступну варіативність відповідей: 50% так, знають, 37,1% ні, не знають, зовсім не володіють ситуацією стосовно доходів партнера, чоловіка, 12,9% не змогли дати відповідь на визначене запитання.

Дане питання показало наявні проблеми в контексті контролю фінансів, коли аб'юзер може обмежувати доступ жертви до фінансів, унеможливлюючи її втечу, та економічної нерівності, коли один із партнерів зловживає своєю фінансовою перевагою над жертвою.

Аналіз дослідження серед опитуваної групи виявив наступний результат, що отримали такий негативний досвід фізичного аб'юзу 14,5% жінок, а 74,2%, на щастя не мали такого досвіду..

На основі отриманих результатів дослідження ми отримали змогу класифікувати види насильства в аспекті інтенсивності, що представлено в таблиці 2.2..

Таблиця 2.2

Інтенсивність проявів насильства

Рівень прояву фізичного аб'юзу	%
Помірний рівень фізичного аб'юзу	68,2
Жорстокий рівень фізичного аб'юзу	31,8

Наразі, ми маємо можливість зробити висновок щодо фізичного аб'юзу в сім'ї, як свідчать дані в таблиці 2.2., що більшість жінок потерпає від жорстокого фізичного аб'юзу, який включає в себе і систематичні побої, і окремі випадки побиття або інші форми фізичного та і психологічного впливу на жертву.

Сьогодні в Україні, незважаючи на те, що війна продовжується майже 3 роки, існують кризові центри, де постраждалі можуть отримати допомогу, насамперед медичну та психологічну.

Але механізм недостатньо розроблений, вважаємо, що має бути системність, поглиблений аналіз причин виявленого факту та наслідків фізичного аб'юзу та відновлення, реабілітація жертви, також важливим на нашу думку є мотиваційний ефект та закріплення результатів роботи кризових центрів та терапії.

Повторна терапія для нівелювання впливу аб'юзу в майбутніх періодах на жертву.

Ми виявили наступні реакції жертв на фізичний аб'юз :

- стан гострого відчуття образи;
- стан нерозуміння ситуації;
- стан відсутності критичного мислення;
- стан провини,
- стан прощення,

- стокгольмський синдром;
- обговорення жертвою інциденту з партнером.

Аналіз зарубіжних науковців в дослідженні зазначеної проблеми аб'юзу підтвердив, що психотравмуючий досвід, отриманий в дитячому періоді розвитку та становлення, моделі поведінки батьків та рідних є спонукаючим та, в деяких моментах, тригерним механізмом, підґрунтям щодо прийняття на себе ролі жертви.

В результаті бесіди ми отримали інформацію, що 71% досліджуваних жінок стали свідками аб'юзивної поведінки батька до матері чи до них самих.

30 % жінок підтвердили психологічний аб'юз в батьківській сім'ї, 41% – стали свідками як психологічного, так і фізичного аб'юзу стосовно матері.

41% досліджуваних в дитинстві отримували фізичні покарання з боку батьків. 27% опитуваних жінок спідтвердили, що їх матері мали досвід психологічного аб'юзу з боку матері партнера чи чоловіка.

Серед інших причин аб'юзу в сім'ї відносно жінки, ми встановили такі як:

- аб'юз знаходиться в тісному взаємозв'язку від алкогольної залежності чоловіка(30%);
- фізичний аб'юз має циклічний характер, пов'язаний з виживанням алкоголю(90%),
- психологічний аб'юз триває постійно(95%);
- виявили факт активного опору діям аб'юзера (19%).
- підтвердили факт економічної залежності від аб'юзера (58%);
- факт відсутності підтримки партнера, чоловіка(37%),
- відсутність наявного окремого житла(58%) ;

Для розв'язання завдань дослідження та досягнення поставленої мети ми застосували методику діагностики міжособистісних відносин ДМВ (адаптований тест Лірі), який дозволив виявити стиль міжособистісної

поведінки, а також суб'єктивну самооцінку опитуваних та досліджуваних в аспекті співставлення ідеального образу свого «Я» [34].

2.2. Результати дослідження

В теоретичному аспекті розуміння особистості зводиться до факту, що оцінювання та думки важливих інших в певній мірі формують «Я» індивіда. При взаємодії з оточенням, індивідуум проявляє себе конкретним стилем міжособистісної поведінки.

Це може бути рівень усвідомленого самоконтролю чи неусвідомленого самоконтролю.

Методика представлен у вигляді набору, який складається з 128 характеристик (по 16 номерів за 8 октантами), за якими опитувані досліджувані оцінюють своє актуальне «Я» в моменті дослідження.

Всі зазначені характеристики відповідно заносяться в таблицю з кількісними результатами відповідно кожного октанту.

Ми отримуємо всі варіанти міжособистісних відносин:

- владно-лідерський;
- незалежно-домінуючий;
- прямолінійно-агресивний;
- недовірливо-скептичний;
- покірливо-сором'язливий;
- залежно-слухняний;
- співпрацюючий-конвенційний;
- відповідально-великодушний.

Перші чотири типи зазначених міжособистісних стосунків переважно мають характеристику неконформних тенденцій, наступні чотири октанти - представляють собою іншу протилежну реальність:

- конформність,

- підкорюваність,
- невпевненість.

Інтерпретація цих даних орієнтовано на переважання одних показників над іншими. За формулами ми визначили індекси домінантності (вектор V) та дружелюбності (вектор G):

$$V = I - V + 0,7 [(II + VIII) - (VI + IV)] \quad G = VII - III + 0,7 [(VIII + VII) - (IV + II)]$$

Норма, коли спостерігаємо неконфліктне розходження між актуальним та ідеальним «Я», яке виражається розходженням та вказує на невдоволення собою, занижену самооцінку.

Використання методики ДМВ («Інтерперсональна діагностика» Т. Лірі у модифікації Л.М.Собчик), що дозволило нам виявити наступні дані щодо комунікативних установок, притаманних респондентам, які віднесено до різних кваліфікаційних груп.

Разом з тим, дослідження їх внутрішньо-особистісної узгодженості методом порівняння результатів стосовно самооцінки суб'єктивного і декларативного «Я» образа нами було виявлено, що в самооцінці «Я» респондентів першої групи переважно конформні, залежні тенденції. Результати дослідження представлені в таблиці 2.3.

Як видно з таблиці 2.3 середній показник за фактором дружелюбності досліджуваних першої групи значно перевищує показник за фактором домінантність.

За результатами дослідження було виявлено, що характерною особливістю більшості обстежуваних, віднесених до першої кваліфікаційної групи є виражена акцентуація 5, 6, 7, 8 октантів, які характеризуються переважанням конформних тенденцій: покірливість, невпевненість в собі і конформність (V і VI), схильність до компромісів, конгруентність і відповідальність в контактах з оточуючими (VII і VIII).

Результати представлені в таблиці 2.3 та малюнку 2.1.

Таблиця 2.3

Показники реального «Я» образу (І гр)

Типи міжособистісних стосунків	Акцентуації Осіб	%
I владно-лідерський	1	0,5
II незалежно-домінуючий	0	0
III прямолінійно-агресивний	2	15
IV недовірливо-скептичний	9	49
V покірливо-сором'язливий	18	90
VI залежно-слухняний	16	76
VII співпрацюючий-конвенційний	15	66
VIII відповідально-великодушний	15	66

В дослідженні було виявлено акцентуацію 5 октанта з притаманною характеристикою усіх респондентів зазначеної групи (приблизно в середньому 15 балів).

Також виявлено при цьому індивідуальну варіативність, яка впливає на глибину акцентуації (висока - в 45, %, екстремальна у 52% досліджуваних).

Якщо ми отримуємо високі бали за V октантом, це вказує на:

- слухняно- сором'язливий тип міжособистісних стосунків,
- пасивність,
- низький рівень впевненості або не впевненість в собі,
- низьку самооцінку,
- високий рівень самокритичності,
- нерозвиненість мотивації досягнень.

Яскраво виражений на рівні акцентуації 7 октант (10 балів), (у 66 % респондентів), це вказує на співпрацюючий-конвенційний тип міжособистісних стосунків. Такий тип стосунків, зазвичай, характерний для емоційно-нестійких особистостей та з високим рівнем тривожності, також їм притаманний низький рівень агресивності (витіснена).

Для зазначеної групи характерні посилені на ступні реакції:

- на впливи середовища;
- прагнення відповідати очікуванням оточення чи групи;
- залежність самооцінки від думки значущих індивідів;
- елементи демонстративності чи екзальтованості;
- певна поверхневність інтересів.

Акцентуація 6 октанту (10 балів) виявляє залежно-слухняний тип стосунків.

Особистості зазначеного типу мають наступні характеристики:

- високий рівень тривожності,
- посилену чутливість до впливу оточення чи середовища;
- висока залежність мотиваційної спрямованості від стосунків,
- залежність думки від думки друзів, рідних, колег, знайомих.

Зазначена група має потребу у прихильності та теплих взаєминах, разом з тим, наявність низької самооцінки посилює невпевненість в собі, яка притаманна цій групі досліджуваних, водночас, посилення вразливості, чутливості, самокритичності, страху неуспіху як основи мотиваційної спрямованості, що, загалом, вказує на конформність поведінки.

Значення 4 октанту - отримали 8 балів, що складає 51% респондентів та виявило схильність до наступних характеристик:

- замкнутість,
- відокремленість чи уособленість,
- невдоволення своєю позицією в групі,
- підозрілість,
- схильність до розвитку ригідних та надцінних переконань,

— стосовно недоброзичливості оточуючих-випереджувальний аспект ворожості поведінки та висловлювань, які виправдані впевненістю в недоброті, нещирості та підступності інших людей.

Особистісні характеристики 4 октанту - діаметрально протилежні даним виявленим за 8 октантом, що є базою для внутрішнього конфлікту - придушеної ворожості, а також свідчить висок про високу невротизацію.

Досліджувані показали низькі бали по 1 та 2 октантах, 1 октант - це владно-лідерський тип міжособистісної взаємодії, отримали в середньому 4 бали, . незалежно-домінуючий 2 октант- отримали 6 балів.

Можемо зробити висновки щодо результатів аналізу даних, які отримано за методикою ДМО, то ж, актуальний образ «Я» - досліджуваних респондентів 1 групи переважно відповідає покірливо-сором'язливому типу міжособистісних стосунків.

Виявлені властивості тривожності, емоційної лабільності і потреби відповідати соціальним нормам відповідають співпрацюючо-конвенційному і відповідально-великодушному типу спілкування.

Результати досліджень 2 групи маємо з достатньо неоднозначними результатами, що представлено в табл.2.4..

Таблиця 2.4.

Показники реального «Я» образу досліджуваних (2 гр)

Типи міжособистісних стосунків	Акцентуації Осіб	%
I владно-лідерський	10	60
II незалежно-домінуючий	8	50
III прямолінійно-агресивний	11	66
IV недовірливо-скептичний	4	20
V покірливо-сором'язливий	5	26
VI залежно-слухняний	6	33
VII співпрацюючи-конвенційний	6	33

VIII відповідально- великодушний	12	73
----------------------------------	----	----

Ми можемо бачити виражений внутрішній конфлікт, на що вказує характерна особливість нашої групи 2 обстежуваних з вираженою акцентуацією по діаметрально протилежним октантам:

- 1, 4, 5, 8;
- 3, 7.

Це екстравертивний тип особистостей, яким притаманні лабільні і тривожні риси.

Така міжособистісна поведінка часто проявлена в площині вираженої готовності надавати допомогу іншим, розвинуте почуття відповідальності. Достатньо високі бали за 8 октантом показують такі характеристики:

- м'яко-сердечність,
- високий рівень обов'язковості,
- гіперсоціальні установки,
- підкреслений альтруїзм .

Іноді акцентована доброзичливість має прояв нещирості та лукавства. Бали по 3 октанту показали конфліктність тенденцій прямолінійно-агресивного і співпрацюючо-конвенційного стилю спілкування.

Високий рівень старанності та наполегливості щодо досягнення мети та практицизм, разом з тим, високий рівень почуття справедливості, все це загалом виявлено в поведінкових інтерпретаціях та часто приховує за собою високий рівень тривожності та залежності, також потребу належності до певної групи та підсвідомий страх невідповідності очікуванням групи, представники цієї групи мають бажання бути позитивними та хорошими в очах рідних, друзів, колег, знайомих.

2 октант має 50 % (8 балів), що підтвердило відсутність егоцентричних тенденцій у даній групі досліджуваних.

6 та 7 октанти мають 33 % респондентів, що вказує на потребу в прихильності та, відповідно, теплих взаємовідносинах з іншими. 6 октанту притаманна надмірна конформність та нестійка самооцінка, вони дуже залежні від думки оточуючих.

То ж, завдяки отриманим по методиці ДМО даним, можемо зробити висновок про актуальність образу «Я» у респондентів 2 групи, яка поєднує протилежні типи міжособистісних стосунків.

2.3. Аналіз ступеню токсичності в партнерських відносинах

За методикою Джексона Мак Кензі, до нормальних партнерських стосунків відносяться відповіді інтервалом 13 - 20 балів або 21-30 балів. 31-41 бал – це партнерські відносини високого рівня токсичності, а жертва -це респондент. Коли маємо результат 42-52 балів – це значить, що партнер респондента психопат, в цьому випадку зазначено токсичність в партнерських стосунках максимального рівня.

Дослідження показало високий рівень токсичності партнерських відносин, серед яких становлять респондентів в кількості 40.

19 згідно методу опитування Джексона Мак-Кензі отримали 42-52 балів-це досить високий рівень токсичності, високий рівень аб'юзу в партнерських відносинах; 21 респондентів отримали 31-41 бал -це теж показує високий рівень аб'юзу у відносинах.

Таблиця 2.5.

Кількість респондентів, що мають нормальні/токсичні партнерські відносини

Кількість респондентів	13-20 балів	21-30 бал	31-41 бал	42-52 бали
жінки	9	11	21	19

Проведене дослідження показало високий рівень токсичності стосунків, які мають 40 респондентів з 60 (75%). Рівень аб'юзу в досліджуваних партнерських стосунках різний, разом з тим зазначені та

виявлені 75% досліджуваних відчувають аб'юз та знаходяться в стані жертви, маючи партнерські відносини.

Респонденти з показниками відповідно шкали Мак-Кензі 42-52 бали (самий високий рівень токсичності)- переважно з яскраво вираженим ремінним типом особистості та ремінним (100%), відповідно даних індивідуально-типологічного тестування, притаманні такі ознаки: сенситивність, яка синтезується та поєднується з інтровертивністю, залежністю й ознаками тривожності.

Респонденти зі значеннями 31-41 бал (токсичні партнерські взаємовідносини) відносяться до ремінного типу особистості. Наступні респонденти отримали сенситивність з інтровертністю, залежність та тривожність. 16 об'єднують такі ознаки як конформність й інтровертність.

Висновки до другого розділу

Усвідомлення ознак аб'юзу в партнерських відносинах – це вже часткове вирішення проблеми та важливий крок щодо захисту себе як індивіда й свого добробуту.

Аб'юз не має гендеру і проявляється в різних формах, переважно з риториною, яка, на перший погляд, здається невинною.

Наше дослідження допомогло побачити і виявити ознаки аб'юзу та усвідомити факт аб'юзу, які часто можуть бути завуальованими, прихованими, неочевидними, проте, мають постійний циклічний вплив на життя кожної людини.

Дослідження та визначення аб'юзу як явища є важливішим щодо розуміння факторів та наслідків впливу, причин, механізмів запуску та їх наслідків. Розглянемо більш детально понятійний апарат термінів: «аб'юз», «андроцентризм», «газлайтинг», «гетсбінг» і «слатшеймінг».

За результатами дослідження ми розглянули методи та процедури дослідження впливу аб'юзу на жінок в партнерських відносинах; здійснили

аналіз результатів дослідження та ступеню токсичності в партнерських відносинах.

Виявили, що підґрунтям аб'юзу в партнерських стосунках є емоційне насильство, а однією з важливих рис аб'юзивних дій є її циклічність, яка і завдає не виправної шкоди психіці.

Психологічний аб'юз – це інциденти, що мають циклічність (патерни). Наявність патерну – важливий індикатор насильства, що відрізняє його від конфлікту. Проведене дослідження показало високий рівень токсичності стосунків, які мають 40 респондентів з 60 (75%). Рівень аб'юзу в досліджуваних партнерських стосунках різний, разом з тим зазначені та виявлені 75% досліджуваних відчувають аб'юз та знаходяться в стані жертви, маючи партнерські відносини.

В результаті бесіди ми отримали інформацію, що 71% досліджуваних жінок стали свідками аб'юзивної поведінки батька до матері чи до них самих.

30 % жінок підтвердили психологічний аб'юз в батьківській сім'ї, 41% – стали свідками як психологічного, так і фізичного аб'юзу стосовно матері. 41% досліджуваних в дитинстві отримували фізичні покарання з боку батьків. 27% опитуваних жінок спідтвердили, що їх матері мали досвід психологічного аб'юзу з боку матері партнера чи чоловіка.

Серед інших причин аб'юзу в сім'ї відносно жінки, ми виявили наступні основні тенденції, що аб'юз знаходиться в тісному взаємозв'язку від алкогольної залежності чоловіка (30%); що фізичний аб'юз є циклічним та пов'язаний з виживанням алкоголю (90%), що тривалість психологічного аб'юзу є постійною (95%); також виявили факт активного опору діям аб'юзера, але він складає низький відсоток (19%), також ми довели факт економічної залежності від аб'юзера (58%). Перспективним напрямком розвитку наукової проблематики є вивчення психологічного профілю жертви, діагностування віктимної поведінки, як основи для розробки плану по її корекції. Аналіз зарубіжних науковців в дослідженні зазначеної проблеми аб'юзу підтвердив, що психотравмуючий досвід, отриманий в дитячому періоді розвитку та

становлення, моделі поведінки батьків та рідних є спонукаючим та ,в деяких моментах, тріггерним механізмом, підґрунтям щодо прийняття на себе ролі жертви.

РОЗДІЛ 3.

РЕКОМЕНДАЦІЇ ЩОДО ПОДОЛАННЯ АБ'ЮЗУ В ПАРТНЕРСЬКИХ ВІДНОСИНАХ

3.1. Рекомендації стосовно подолання аб'юзивних партнерських відносинах

Дослідження показало, що аб'юзивні відносини завдають потужної шкоди, насамперед, психічному стану та здоров'ю потенційної жертви.

Період постаб'юзивних відносин характеризується зниженням самооцінки жертви, змінами в емоційному стані та низькою здатністю до соціальної інтеграції.

Разом з тим, подолання аб'юзивних стосунків потребує комплексного системного підходу, який, перш за все, включає наступні аспекти:

- усвідомлення наявної проблеми аб'юзу у відносинах з партнером,
- підтримка зі сторони рідних, близьких, друзів та колег,
- робота з фахівцями відповідної сфери,
- тривала терапія з психологами,
- це активні кроки щодо відновлення власного життя.

Ми розробили наступні рекомендації жертв аб'юзу, для подальшого сприяння ефективного виходу з токсичних відносин і побудові здорових зрілих стосунків з партнером:

- усвідомлення проблеми в аспекті розпізнання аб'юзу, де першим кроком є усвідомлення наявної проблеми; розпізнавання та ідентифікація форм аб'юзу у відносинах – фізичний, емоційний, фінансовий, сексуальний, цифровий, ментальний та ін;

- прийняття реальності та визнання проблеми аб'юзу; це, в свою чергу, вимога визнання поведінки аб'юзера неприйнятною й руйнівною; виникає необхідність в вивченні та аналізі інформації про аб'юз з

акцентуацією на власних почуттях(страх, сором чи незадоволення), це обговорити ситуації з довіреними особами;

- пошук підтримки в формі звернення до рідних та близьких, це прийняття допомоги тощо;,, навіть якщо це здається важким.

- отримання професійної допомоги в аспекті роботи з фахівцями, що може стати вирішальним етапом подолання аб'юзу; необхідна допомога психолога, психотерапевта(відновлення емоційного стану та самооцінки), юриста(отримання консультацій стосовно правового захисту), соціальних служб (отримання тимчасового житла, фіндопомоги), центри підтримки жертв аб'юзу (отримання комплексної допомоги), гарячі лінії допомоги для жертвам аб'юзу (дзвінок- це першим крок до змін);

- розробка подальшого плану безпеки у вигляді підготовки до виходу з аб'юзу, планування виходу з аб'юзивних відносин ; план включає збір документів: паспорт, свідоцтво про народження, банківські карти, фінансову підтримку: накопичення, заощадження, депозитні рахунки, допомога друзів та родичів, контакти для допомоги(номери гарячих ліній, адреси притулків)тощо;.

- вихід із наявної небезпечної ситуації, ні в якому разі не потрібно повідомляти аб'юзера про свої плани, необхідно обирайте безпечний час та місце; заздалегідь забезпечити підтримку та допомогу;

- відновлення після аб'юзу чи посаб'юзивних період, за який ми пропрацюємо емоційний стан, проводимо психотерапію(регулярні системні зустрічі з психологом), розробка групи підтримки(спілкування з іншими жертвами аб'юзу);розвиток самовпевненості(підвищення самооцінки через позитивні практики),.

- пошук нових цілей, основи напрями з яких є освіта(навчання новим скілам чи спеціальностям), це хобі(які приносять задоволення, натхнення та відновлюють енергію), соціалізація(розширення кола комунікацій);

— уникнення повтору сценарію аб'юзивних відносин, для чого ми здійснюємо аналіз попередніх відносин(з визначенням червоних прапорців), встановлення та відстоювання особистих меж(навчання навичкам відстоювання прав та особистого простору), це побудова здорових зрілих адекватних стосунків(пошук партнерів, цінності яких, насамперед взаємоповага, взаємопідтримка а мотивація);

— роль суспільства в подоланні аб'юзу в аспекті: освітніх програм, підвищення обізнаності(проведення вебінарів, лекцій, тренінгів про аб'юз та наслідки), освіта для молоді(навчання школярів, студентів одразу будувати здорові адекватні стосунки);

— законодавчі ініціативи- захист жертв(впровадження законів для забезпечення та посилення захисту від аб'юзу), покарання аб'юзерів(відповідні санкції для них), підтримка центрів допомоги, фінансування притулків та кризових центрів(забезпечення безпечним житлом жертв), розширення послуг(збільшення наявної кількості організацій, які надають всі види допомоги жертвам).

Проблеми щодо подолання аб'юзу в партнерських стосунках вимагає потужних зусиль з боку жертви і суспільства також.

Усвідомлення вищезазначеної та, відповідно всі супроводжуючі моменти від звернення по допомогу і розробки плану безпеки до відновлення в постаб'юзивний період та закріплення результату досліджуваної проблеми — це є ключовими крокам до виходу з токсичних відносин.

Разом з тим, всі вищезазначені аспекти щодо активної ролі суспільства, підтримки законодавства та освітніх ініціатив забезпечать створення умов для зменшення факту аб'юзу й сприяння адекватним та здоровим відносинам, насамперед, встановлення правил на початку відносин:

- встановлення дистанції;
- постановка проблеми та розмова в коректній формі;
- постійне використання «Я-повідомлення» («Я відчуваю, що ...», « Мені треба, щоб ...», «Я хочу, щоб ...», «Я кажу тобі все це, тому що я.....»

- відстоюйте власні кордони, кажіть «Ні», «Ні, я не хочу» ;
- навіть не пробуйте і не намагайтеся преробити аб'юзера, не робіть спроб «наздогнати і заподіяти добро»;
- концепція «Ти - не я. Ми різні» (розвиває повагу, проявляє співчуття ,надає можливість побудувати екологічні здорові стосунки);.
- наявність пріоритетів;
- тверда позиція(за необхідності наполягайте на ній);
- розрив та припинення токсичних нездорових відносин(краще припинити фазу «детоксикації», -сварку чи агресивність, при прийнятті рішення припинення стосунків, обов'язково скасовуйте абсолютно всі контактні форми);
- здійснюйте пошук підтримки в усіх видах та формах(для припинення токсичних стосунків, необхідна системна підтримка з боку родини та друзів, це допоможе подолати страх, розчарування, розгубленість);
- усвідомлення та прийняття ситуації та наслідків(як частина переходу та проживання цього негативного токсичного періоду на шляху до прийняття);
- пропрацюйте свою самооцінку(перш за все, сконцентруйте увагу на особистих проектах, займіться спортом, оточуйте себе позитивними та проактивними людьми, які допоможуть підняти самооцінку);
- медитуйте, застосовуйте техніки релаксації, дихальні вправи, масаж, йога (корисні в постаб'юзивний період, вони зменшують рівень стрес, виводять кортизол, гармонізують енергетику, дозволяють контролювати негативні емоції- нервозність, страх і тривога);
- обов'язково користуйтеся допомогою психолога та психотерапевта.

Висновки до третього розділу

В результаті нашого дослідження ми визначили, що період постаб'юзивних відносин характеризується зниженням самооцінки жертви, а також змінами в емоційному стані й низькою здатністю до соціальної інтеграції.

Проте, подолання аб'юзивних стосунків потребувала комплексного системного підходу, який ми здійснили та виявили вплив наступних аспектів:

- усвідомлення наявних проблем аб'юзивної поведінки у відносинах з партнером,
- підтримку зі сторони рідних та близьких,
- роботу з фахівцями відповідних сфер ,
- обов'язкову (за необхідності – тривалу) терапію з психологами,
- активні кроки стосовно відновлення свого життя.

Ми запропонували та внесли рекомендації щодо жертв аб'юзу і для подальшого сприяння ефективного виходу з токсичних відносин і побудові здорових зрілих стосунків з партнером наступного характеру дій:

- усвідомлення проблем щодо виявлення та прийняття превентивних мір стосовно аб'юзу, де першим кроком є усвідомлення наявної проблеми;
- розпізнавання та ідентифікація наявних та застосованих форм аб'юзивних дій у відносинах на всіх рівнях та в усіх проявах – як фізичний та емоційний, так і фінансовий, і сексуальний, а також цифровий і ментальний та ін;
- це сприйняття та ідентифікація реальності та подальше визнання проблеми аб'юзу;
- це, насамперед , вимога визнання поведінки аб'юзера неприйнятною й руйнівною;
- поява необхідності в дослідженні й системному аналізі інформації щодо аб'юзу з акцентуацією на власних почуттях (чи то страх, чи сором, чи невдоволення),

- це обговорення всіх ситуацій з довіреними особами;
- це також пошук в усіх видах підтримки в формі звернення до рідних та близьких,
- це прийняття допомоги тощо;
- це також отримання професійної допомоги з фахівцями-психологами, що стає стати вирішальним етапом подолання аб'юзу; н
- забезпечення системної допомоги психолога, психотерапевта(відновлення емоційного стану та самооцінки),за необхідності юриста(отримання консультацій стосовно правового захисту), соціальних служб (отримання тимчасового житла, фіндопомоги), центри підтримки жертв аб'юзу (отримання комплексної допомоги), гарячі лінії допомоги для жертвам аб'юзу (дзвінок- це першим крок до змін);
- обов'язкова розробка тактичних кроків щодо безпеки , як наприклад, підготовка до виходу з аб'юзу, планування виходу з аб'юзивних відносин ;
- розробка плану щодо збору документів таких як паспорт, свідоцтво про народження, банківські карти, фінансову підтримку, як накопичення, заощадження, депозитні рахунки, допомога друзів та родичів, контакти для допомоги(номери гарячих ліній, адреси притулків)тощо.

Нами було розроблено ряд обґрунтованих рекомендацій щодо подолання аб'юзивних партнерських відносинах та нівелювання психічних розладів внаслідок впливу токсичних відносин.

ВИСНОВКИ

Історичний аспект поняття аб'юзу, його стереотипи, які він досить довгий період тягне за собою, недостатня теоретична база та аналітична частина досліджень в зазначеній сфері, високий рівень необізнаності індивідів стосовно різновидів аб'юзу, разом з тим, певною мірою замовчування цього явища загалом викликали необхідність дослідження в зазначеному напрямку та підтвердження актуальності теми дослідження в сучасних умовах.

Ми вважаємо, що саме в сучасних умовах проблема полягає в аспекті гендерованого насильства. Аб'юзерами є і чоловіки, і жінки, які, зазвичай, вдаються до аб'юзу за допомогою різних підходів і, відповідно, можуть страждати та мати негативні наслідки, наприклад, психічні розлади, від зовсім різних його проявів в залежності від зазначених нормативних гендерних ролей в суспільстві, роботі, сім'ї тощо.

Ми дослідити поняття аб'юз як складне соціально-психологічне явище, що охопило достатньо широкий спектр його форм та прояву, сутність якого розглядається в аспекті систематичного, повного чи періодичного застосування та використання ментального, фізичного, психологічного, емоційного, сексуального або економічного прояву насилля або сили для застосування контролю чи підкорення волі іншого індивіда.

В процесі дослідження ми зверталися до контексту соціально-психологічного аб'юзу, звісно, маємється на увазі відображення порушень в аспекті міжособистісних стосунків, чи глибокого дисбалансу влади, чи впливу суспільних норм на поведінку.

Дослідження та визначення аб'юзу як явища є важливішим щодо розуміння факторів та наслідків впливу, причин, механізмів заруску та їх наслідків. Розглянемо більш детально понятійний апарат термінів: «аб'юз», «андроцентризм», «газлайтинг», «гетсбінг» і «слатшеймінг».

За результатами дослідження, було виконано, поставлені завдання:

- визначено понятійний апарат «аб'юзу», «андроцентризму», «газлайтингу», «гетсбінгу», «слатшеймінгу»;
- досліджено психологічний аб'юз та його зв'язок з іншими формами аб'юзу в контексті австрійського дослідження; виявити особливості емоційного аб'юзу як соціально-психологічного явища;
- охарактеризовано аб'юз як форму психологічного насильства в партнерських стосунках;
- розглянуто методи та процедури дослідження впливу аб'юзу на жінок в партнерських відносинах;
- проаналізовано результати дослідження;
- здійснено аналіз ступеню токсичності в партнерських відносинах
- розроблено рекомендації стосовно подолання аб'юзивних партнерських відносин нівелювання психічних розладів внаслідок впливу токсичних відносин.:

В основі аб'юзу в партнерських стосунках лежить емоційне насильство.

Одна з важливих рис аб'юзивних дій заключається в її циклічності. Психологічне насильство – це інциденти, що повторюються (патерни). Наявність патерну – важливий індикатор насильства, що відрізняє його від конфлікту.

Перспективним напрямком розвитку наукової проблематики є вивчення психологічного профілю жертви, діагностування віктимної поведінки, як основа для розробки плану по її корекції.

СПИСОК ВИКОРИСТАНИХ ДЖЕРЕЛ

1. Аймедов К.В., Асеева Ю.О., Толмачев О.А., Табачник С.И. (2020). Психологические особенности лиц склонных к киберкоммуникативной зависимости на примере социальной сети INSTAGRAM. Психиатрия, психотерапия и клиническая психология Т.11. №4. С. 731-738. URL: <https://psihea.recipe.com.ua/ua/?editions=2020-tom-11-n-4>
2. Asieieva Yuliia (2021). Psycho-emotional characteristics cyber-addiction of adolescent- youngster. Georgian Medical News, 2 (311), 121-125. URL: <https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/33814405/>
3. Yuliia Asieieva, Oleg Druz, Hanna Kozhyna, Inna Chernenko. (2021) Cyber-addiction psychoprophylaxis program for young generation of Ukraine. Amazonia Investing, 10 (40), 17-28. URL: <https://doi.org/10.34069/AI/2021.40.04.2>
4. Asieieva, Y., Kirsho, S., Akimova, L., Bogach, O., & Kovalska, N. (2022). Demonstration of Inclination to Suicide, Anxiety, and Depression among Young People with Cyber Addiction. Revista Romaneasca pentru Educatie Multidimensionala, 14(1), 52-68. URL: <https://doi.org/10.18662/rrem/14.1/507>
5. Kozhyna, H.M., Zelenska, K.O., Viun, V.V., Khaustov, M.M., & Asieieva, Yu.O., (2021). Clinical specifics of stress-related disorders in volunteers whose activities are related to Joint Forces Operation. Amazonia Investiga, 10(45), 141-147. URL: <https://doi.org/10.34069/AI/2021.45.09.15>
6. T.P. Mozgova, A.M. Skrypnikov, V.V. Vyun, Y.O. Asieieva, I.V. Leshchyna, M.I. Kozhyn, M.M. Khaustov. (2021). Folate cycle drugs in the complex preventive therapy for the miscarriage. World of Medicine and Biology, 2 (76), 98-103. URL: <https://doi.org/10.26724/2079-8334-2021-2-76-98-103>
7. Asieieva, Y., Trynchuk, O., Furman, A., Melnichuk, I., & Koval, K. (2021). Emotional intelligence peculiarities of civil servants of Ukraine. Amazonia Investiga, 10(48), 129-137. URL: <https://doi.org/10.34069/AI/2021.48.12.14>

8. Asieieva, Yu.O., Vasylieva, O.V., Strelnikova, I.M., & Kovalska N.A. (2021). Adjustment disorders in international students studying in English during a pandemic. *Amazonia Investiga*, 10(48), 200-208. URL: <https://doi.org/10.34069/AI/2021.48.12.21>
9. Asieieva, Y., Orlenko, I., Borinshteyn, E., Atamaniuk, Z., & Dobrolyubska, Y. (2022). Intuition as a philosophical reflection at the time of COVID-19 pandemic. *Amazonia Investiga*, 11(49), 108-116. URL: <https://doi.org/10.34069/AI/2022.49.01.12>
10. Asieieva, Y., Sytnik, S., Babchuk, O., Heina, O., & Dementieva, K. (2022). Peculiarities of the mental state of student youth of Ukraine during quarantine restrictions. *Amazonia Investiga*, 11(50), 9-15. URL: <https://doi.org/10.34069/AI/2022.50.02.1>
11. Asieieva, Yu., Morvaniuk, H., Voznyi, D., Chetveryk-Burchak, A., & Storozh, V. (2022). Efficiency of the complex program of psychocorrection of cyber-addictions among middle and late adolescents. *Amazonia Investiga*, 11(56), 38-47. URL: <https://doi.org/10.34069/>
12. Асєєва Ю.О. Біопсихосоціальна концепція кіберадикції. *Вісник морської медицини*. 2021. № 2 (91). С.74-83.
13. Асєєва Ю.О., Мелничук І.В., Кузнецова А.В. Емоційний інтелект як фактор впливу на ефективність лідера. *Габітус*. 2021. Вип. 31. С.21-25. URL: <https://doi.org/10.32843/2663-5208.2021.31>.
14. Асєєва Ю.О., Кузнецова А.В., Грачковська В.В. Проблема суїцидальності серед молодого покоління українців. *Габітус*. 2022. Вип. 36. С. 110-114. URL: <https://doi.org/10.32843/2663-5208.2022.36.17>.
15. Асєєва Ю.О., Степанова А.С. Арт-терапія як засіб корекції негативного психоемоційного стану у дітей дошкільного віку. *Габітус*. 2021. Вип. 35. С. 67-71. Орленко І.М., Бальбуза О.М., Асєєва Ю.О. Визначення особливостей комунікації дошкільників з порушеннями мовлення. *Габітус*. 2023. Вип. 50. С. 52-57. URL: <https://doi.org/10.32782/2663-5208.2023.50.9>

16. Асєєва Ю.О., Аймедов К.В. Сучасні види кіберадикцій фабінг та номофобія. Психологія та соціальна робота. 2023. Вип. 1(57). С. 56-64. URL: <https://journals.onu.in.ua/index.php/psy/article/view/127>
17. Асєєва Ю.О., Аймедов К.В., Чемер Ю.П., Касикова М.В. Посттравматичний стресовий розлад та причини його виникнення серед осіб, які мають досвід участі в бойових діях. Вісник медицини, психології та фармації. 2024. № 1/2024. С. 53–64. DOI: <https://doi.org/10.20998/BMPP.2024.01.05>
18. Асєєва Ю. О., Аймедов К. В., Яцишина А.М. Вплив психоактивних речовин на психологічний стан військовослужбовців під час бойових дій. Вісник морської медицини. 2024. №2(103). С. 174-186. DOI <http://dx.doi.org/10.5281/zenodo.12688404> Алексеева И.А., Новосельский И.Г. Жестокое обращение с ребенком. Причины. Последствия. Помощь. М.: Генезис, 2005. – 256 с
19. Асєєва Ю.О. Проблемні питання психокорекції та профілактики кібер-адикцій у молодого покоління. Challenges of medical science and education: an experience of EU countries and practical introduction in Ukraine: Collective monograph. Riga: Izdevnieciba «Baltija Publishing», 2020. Р. 26-44. URL: <https://doi.org/10.30525/978-9934-588-64-8-2> (1,5 a.a.).
20. Асєєва Ю.О. Метафорично-орієнтоване виправлення атитюдів (МОВА): Навчальний посібник із психокорекційної роботи. Одеса: Сімекс-прінт, 2023. 208 с. (11,6 д.а. /8,67 a.a.) 3ISBN 978-617-7757-53-4.
21. Асєєва Ю.О. Метафорично-орієнтоване виправлення атитюдів (МОВА): Навчальний посібник із психокорекційної роботи. Вид. 2-ге, доповн. і переробл. Одеса: Сімекс-прінт, 2024. 216 с. (11,63 д.а. /9 a.a.) ISBN 978-617-7757-53-4.
22. Бабчук М.І. Перфекціонізм як психологічний феномен. Перспективи та інновації науки. 2022. Вип. 10 (15). С.369-378.
23. Бабчук М.І. Перфекціонізм особистості як основа вдосконалення образу фізичного Я. Наука і освіта. 2022. № 4. С.17-23.

24. Babchuk, M., Babchuk, O., Asieieva, Y., Vdovichenko, O. & Melnychuk, I. (2023). Psychological features of physical perfectionism in personality. *Amazonia Investiga*, 12(66), 163-174. (WoS)
25. Бабчук М.І. Особливості взаємозв'язку показників нарцисизму та фізичного перфекціонізму. *Перспективи та інновації науки*. 2023. Вип. 15 (33). С. 71-81.
26. Babchuk, M., Babchuk, O., Pospelova, I., Voznyi, D., & Ivanova, O. (2023). Peculiarities of decision-making by persons with high and low levels of tolerance. *Amazonia Investiga*, 12(72), 254-267. <https://doi.org/10.34069/AI/2023.72.12.23> (WoS)
27. Бабчук М.І. Поняття про візуальну психодіагностику. VII International research & training conference «Public health – social, educational and psychological dimensions» (17 July 2021, Lublin, Poland). Р. 33-35
28. Бабчук М.І. Відображення перфекціонізму у зовнішності особистості. Інновації в освіті: сутність, проблеми, перспективи: матеріали всеукраїнської науково-практичної конференції (Одеса, 27-28 жовтня 2022 р.). С.84-86
29. Бабчук М.І. Специфіка перфекціонізму. Сучасні аспекти модернізації науки: стан, проблеми, тенденції розвитку: матеріали XXV Міжнародної науково-практичної конференції / за ред. І.В. Жукової, Є.О. Романенка. м. Рига (Латвія): ГО «ВАДНД» (07 жовтня 2022 р) С.397-401
30. Babchuk M. Development of normal perfectionism of students. Психолого-педагогічні передумови успішності функціонування особистості в інформаційному суспільстві: Матеріали Всеукраїнської науково-практичної заочної конференції (25-26 листопада 2022 р.). Дніпро: Журфонд, 2022. С.9-10.
31. Babchuk M. Factors that cause the development of the image of the physical "I". The 5th International scientific and practical conference «Prospects of modern science and education» (February 07 – 10, 2023) Stockholm, Sweden. International Science Group. 2023. P.521-523

32. Babchuk M. Satisfaction with the image of the physical self: personal approach. The 18th International scientific and practical conference “Theoretical and applied aspects of the development of science” (May 09 – 12, 2023) Bilbao, Spain. International Science Group. 2023. P.371-373

33. Бабчук М.І. Методики вивчення перфекціонізму особистості. Scientists and methods of using modern technologies: XXI International Scientific and Practical Conference (Melbourne, Australia, May 30 – June 2, 2023).P. 382-384.

34. Бабчук М.І., Возний Д.В. Особливості дистанційного навчання. Distance learning in universities and modern problems: Proceedings of the VIII International Scientific and Practical Conference (November 07-10, 2023), Budapest, Hungary. International Science Group. 2023. P. 256-259.

URL: <https://isg-konf.com/ru/distance-learning-in-universities-and-modern-problems/> ; <https://doi.org/10.46299/ISG.2023.2.8>.

35. Бабчук М.І., Возний Д.В. Особливості прояву фізичного перфекціонізму. Ментальне здоров'я. 2024. №1. С.10-14. URL: <https://journals.oneu.od.ua/index.php/mh/article/view/2/2>.

36. Бабчук М.І., Ткаченко М.С. Соціально-психологічні засади комунікативної креативності. Ментальне здоров'я. 2024. №2. С.70-73. URL: <https://journals.oneu.od.ua/index.php/mh/article/view/25/23>.

37. Babchuk M. Peculiarities of body image influence on the quality of life in individuals with high and low levels of physical. Ментальне здоров'я. 2024. №2. С. 18-24. URL: <https://journals.oneu.od.ua/index.php/mh/article/view/17/15>

38. Медична психологія. Загальна медична психологія: в2-х. т. Т.1. Г.Я. Пилягіна, О.О. Хаустова, О.С. Чабан, К.В. Аймедов, Ю.О. Асєєва та ін., за ред. Г.Я. Пилягіної. Вінниця: Нова Книга, 2020. 288 с.

39. Медична психологія. Спеціальна медична психологія: в2-х т. Т.2. Г.Я. Пилягіна, О.О. Хаустова, Н.О. Марута, К.В. Аймедов, Ю.О.Асєєва та ін.; за ред. Г.Я. Пилягіної. Вінниця: Нова Книга, 2020. 496 с.

40. Раннє втручання в психоз (нові діагностичні та терапевтичні парадигми): колективна монографія / за ред. проф. П.В. Волошина, проф.. Н.О. Марути. Харків: Вид-во: Строков Д.В. 2019. 336 с.
41. Сучасні міждисциплінарно-інноваційні підходи до розвитку особистості. Випуск I / За загал. ред. академіка НАН ВО України Ю. О. Асєєвої. Одеса, Сімекс-прінт, 2023. 178 с.
42. Сучасні міждисциплінарно-інноваційні підходи до розвитку особистості: науковий дайджест. Випуск II / За загал. ред. д. психол. н., академіка НАН ВО України Ю. О. Асєєвої. Одеса, Сімекс-прінт, 2024. 180 с. SBN 978 617 7757 626
43. Вдовіченко О. В., Асєєва Ю.О., Понянська Д. О. Особливості сприйняття якості життя та соціальні наслідки депресивних розладів під час воєнного стану. Габітус. 2023. Вип. 52/202.3. С. 266-270. URL: <https://doi.org/10.32782/2663-5208.2023.52.45>
44. Geyna O.V., Kovalska N.A., Shcherbyna N.F. Competence approach to teaching foreign language to students of establishments of higher education. Bulletin o f Science and Education: Series «Pedagogy». 2024. Issue № 2(20). P. 531–544. [https://doi.org/10.52058/2786-6165-2024-2\(20\)-531-544](https://doi.org/10.52058/2786-6165-2024-2(20)-531-544); <http://perspectives.pp.ua/index.php/vno/article/view/9592/9645>.
45. Ковальська Н.А. Інноваційні педагогічні технології у формуванні професійної мобільності майбутнього економіста. Забезпечення якості вищої освіти: проблеми та перспективи розвитку: матеріали III Міжнародної науково-методичної конференції. Одеса: ОНЕУ, 2020. С. 127-129.
46. Ковальська Н.А., Кравчук Д.І. Уміння слухати як важлива складова культури професійного спілкування. Topical issues of the development of modern science. Abstracts of the 8th International scientific and practical conference. Publishing House “ACCENT”. Sofia, Bulgaria, 2020. Pp. 298-302.
47. Ковальська Н.А., Винниченко В.І. Емпіричне дослідження проявів лідерської поведінки у майбутніх фахівців з економіки. Scientific achievements of modern society. Abstracts of the 10th International scientific and practical

conference. Cognum Publishing House. Liverpool, United Kingdom. 2020. Pp. 570–577.

48. Ковальська Н.А., Попій А.А. Стрес у навчальній діяльності студентів. *Débats scientifiques et orientations prospectives du développement scientifique: collection de papiers scientifiques «ΛΟΓΟΣ» avec des matériaux de la I conférence scientifique et pratique internationale*, 5 février 2021. Vinnytsia-Paris: Plateforme scientifique européenne & La Fedeltà, 2021. Vol. 6. PP. 42-44. URL: <http://doi.org/10.36074/logos-05.02.2021.v6.12> .

49. Ковальська Н.А. Віртуальна академічна мобільність: переваги та недоліки. *Забезпечення якості вищої освіти: проблеми та перспективи розвитку: матеріали IV Міжнародної науково-методичної конференції*. Одеса: ОНЕУ, 2021. С.52-54. URL: <http://dspace.oneu.edu.ua/jspui/handle/123456789/12829>.

50. Ганган Ю.С., Асєєва Ю.О. Фабінг як мультидисциплінарна проблема сучасного суспільства. *Вісник морської медицини* 2023. №4(101). С. 146-152. URL: <http://dx.doi.org/10.5281/zenodo.10606844>

51. Ганган Ю.С., Асєєва Ю.О. Фабінг як характеристика емоційної залежності підлітків і юнаків. *Психологія та соціальна робота*. 2024. Вип.1(59). С.71-83. DOI <https://doi.org/10.32782/2707-0409.2024.1.7>

52. Ганган Ю.С., Асєєва Ю.О. Фабінг та відчуття самотності у молодого покоління. *Перспективи та інновації науки. Серія: Психологія*. 2024. Вип. 7(41). С.697-717. DOI: [https://doi.org/10.52058/2786-4952-2024-7\(41\)-697-707](https://doi.org/10.52058/2786-4952-2024-7(41)-697-707) <http://perspectives.pp.ua/index.php/pis/authors>

53. Животовська Л. В., Скрипнікова А. М., Сокіл А. А., Бойко Д. І. Афективні порушення при віддалених наслідках посттравматичного стресу. *Вісник проблем біології і медицини*. 2019. Вип. 1. Т. 1. С. 32-35.

54. Ковальська Н.А., Купрата Н.Я. Таксономія текстово-дискурсивних категорій. *Вісник науки та освіти: серія «Філологія»*. 2023. Випуск № 2(8). С. 100-111. <http://perspectives.pp.ua/index.php/vno/article/view/3891/3912>;

[https://doi.org/10.52058/2786-6165-2023-2\(8\)-100-111](https://doi.org/10.52058/2786-6165-2023-2(8)-100-111) (0,34 / 0,68 а.а; 11 стор.), категорія Б, Index Copernicus.

55. Келлі Л. Насильство щодо жінок і дітей. Новий погляд: інноваційність і професіоналізм. Львів :Астролябія, 2011. 176 с

56. Kernas A.V., Rodina N.V., Biron B.V., Ukhanova A.I., Semeniuk N.S. Developing the inter-role conflict scale for eye-care workers. Journal of Ophthalmology. 2020. №2 (493). P. 79-86. <https://www.ozhurnal.com/sites/default/files/2020-2-13.pdf>. Scopus

57. 2. Kernas A.V. N. V. Rodina, B. V. Biron, V. A. Suslova, A. V. Kernas, A. S. Gritsenko Psychosemantic analysis of eye care workers' percepts of creative abilities, Journal of Ophthalmology (Ukraine) – 2021 – Number 3 p. 41-48. <https://www.ozhurnal.com/sites/default/files/2021-3-7.pdf> Scopus

58. 3. Kernas A.V. N.V. Rodina., O.I. Dotsenko., A.V. Kernas., L.P.Pereviazko; L. K. Vornikova Developing a scale for assessing coping behavior in situation of danger. Journal of Journal of Ophthalmology(Ukraine), Number 3, 2022, 24, p. 65–73. https://drive.google.com/file/d/1_2dQUByZUPz5tFBD5IBUX6qLiEgb5h2D/view?usp=drive_link. Scopus

59. Курганська Е. Характеристика аб'юзу як форми психологічного насильства в партнерських стосунках. Ментальне здоров'я . 2024. Вип.4.

60. Курганська Е. Характеристика аб'юзу як форми психологічного насильства в партнерських стосунках. Психологічний аб'юз та його зв'язок з іншими формами аб'юзу Ментальне здоров'я . 2024. Вип. 4.

61. Курганська Е.І. Публічні виступи як важливий напрям розвитку soft skills для студентів XXI століття. V Міжнародна науково-методична конференція «Забезпечення якості вищої освіти: проблеми та перспективи розвитку. (м. Одеса, 3-4 лютого 2022 р.) Одеса: ОНЕУ, 2022. 390 с. С.266-269

62. Курганська Е.І. Роль лідерства в умовах воєнного стану. Світ наукових досліджень. Випуск 9: матеріали міжнародної науково- практичної

інтернет-конференції з економіки, інформаційних систем і технологій, психології та педагогіки. – Тернопіль, 26.05.2022.

63. Курганська Е.І. Случинська І.А. Лідерські якості та власні домінанти як фактори впливу на вибір кар'єрної стратегії. V Міжнародна науково-методична конференція “Забезпечення якості вищої освіти: проблеми та перспективи розвитку”. (м. Одеса, 3-4 лютого 2022 р.) Одеса: ОНЕУ, 2022. 390 с. С.152-155 Курганська Е. Світ наукових досліджень. Матеріали міжнар. науково – практ. інтернет– конф. Психологічні науки. (17.12.2024р. Тернопіль). – Тернопіль. – 2024. Випуск 36

64. Курганська Е. Дев'яносто другі економіко-правові дискусії. Серія: Соціальні та гуманітарні науки. – правові дискусії: матеріали міжнар. науково – практ. інтернет – конф. Серія: Соціальні та гуманітарні науки. Психологічні науки. (18.12.2024 р. Львів). – Львів. – 2024 р.

65. Кернас А. В. Є. В. Дразіна(Долгієр), В.В. Нікітюк, В.С. Ромащенко. Історичні аспекти розвитку та еволюції європейських та східних видів єдиноборств. «Inter Conf 2023, №36 С. 405 - 411. <https://archive.interconf.center/index.php/2709-4685/article/view/4266/4303>

66. Andrey Kernas, Galyna Kotlomanitova, Marharyta Kozyr, Natalia Myronenko, Svitlana Sokolovska, Nataliya Stepanchenko. Professionalization of Pedagogical Activity of Future Teachers, Formation of Communicative Competence as an Aspect of Neuropedagogy. 2024. P.74-88. <https://lumenpublishing.com/journals/index.php/brain/article/view/6738/4717> Web of Science

67. Andrey Kernas, Mykhailo Zhylin, Viktoriia mendelo, Yuliia Chumaieva, Yevhen Zaporozhtsev. Analysis of contemporary methods of integrating emotional intelligence into artificial intelligence systems: advantages, disadvantages, and perspectives. Journal of Theoretical and Applied Information Technology 15th April 2024. Vol.102. No 7.-p. 2842-2853. Scopus. <https://www.jatit.org/volumes/Vol102No7/7Vol102No7.pdf>

68. Andrey Kernas. Yuliia Chystovska, Andrey Kernas, Myroslava Kulesha-Liubinets, Natalia Kovalenko, Maryna Fedorenko, Olena Medianova. Communication Techniques in Psychological and Pedagogical Counseling in the Context of the Cognitive-Behavioral Approach. Broad Research in Artificial Intelligence and Neuroscience, 2024, Volume 15, Issue 2, pages: 82-93 DOI: <https://doi.org/10.18662/brain/15.2/565> Web of Science

69. Дразіна Є. В., Кернас А. В., Теоретико-практичні засади ефективності програми психологічної підготовки в повно контактному карате, с. 76-82. Науковий вісник Південноукраїнського національного педагогічного університету імені К.Д. Ушинського журнал №3(140) 2022. URL: https://drive.google.com/file/d/1Mk_2ZO7iRYuEZ1lOZTH8KQQnU4MAiK8x/view?usp=share_link

70. Кернас А.В. Теоретичний огляд методів, спрямованих на професійний відбір і самоіндетифікацію особистості. Педагогічні інновації: ідеї, реалі перспективи. Серія «Психологічні науки» Збірник наукових праць Національна Академія педагогічних наук України. Інститут обдарованої дитини. Випуск 2 (23), С. 76-82. URL: https://drive.google.com/file/d/19v9PkQDXuTnqPQBdYM6RacH3DVSKdS7b/view?usp=drive_link

71. Кернас А.В., Панченко В.О. Психологічні особливості впливу особистостних факторів на спрямованість особистості майбутніх психологів. «Перспективи та інновації науки» (Серія «Педагогіка», Серія «Психологія», Серія «Медицина») Випуск № 9(27) 2023. С. 788-799. URL: https://drive.google.com/file/d/1pjiJKXd4h7kYu5hVBz4DXNovQdD06oHE/view?usp=drive_link

72. Кернас А.В., Слишинська І.В. Діагностика професійного емоційного вигорання у медичних працівників різних спеціальностей. «Наука і техніка сьогодні» № 7(21) (2023) с. 540-547. URL: https://drive.google.com/file/d/1ueh6jvOvBpSVhNR_rZyl2BGryLMtWNB/view?usp=drive_link

73. Кернас А.В. Психолого-педагогічні аспекти корекції передстартових емоційних станів єдиноборців. Наукові перспективи (Серія «Державне управління», Серія «Право», Серія «Економіка», Серія «Медицина», Серія «Педагогіка», Серія «Психологія») Випуск 8 (38) 2023, с. 296-311. URL:https://drive.google.com/file/d/1XbpkJY-xFySPQFtLCRrFlN4x-fU1TNm5/view?usp=drive_link

74. Кернас А.В., Чумаєва Ю. В., Котляр Л. І., Рубський В. М., Запорожцев Є. Г., Пахмурний В. А. Теоретичні аспекти формування національної правової культури студентської молоді: філософський погляд на проблему., с.659-672. URL:https://drive.google.com/file/d/1FVOj5BBKANGypkzB50yMJCczHqyA9dlw/view?usp=drive_link

75. Кернас А. В., Шевченко Р. П., Чумаєва Ю. В., Котляр Л. І., Пура Е. Д. Прояви феномену гозлайтингу, як форми психологічного насильства у сімейних відносинах., с. 643-665. URL:https://drive.google.com/file/d/1D9NZtUrYgikJ2AXx-Uj_kfbG4XdMDjaG/view?usp=drive_link

76. Кернас А.В., Котляр Л.І., Бондаревич С.М., Малиш В.Є., Савчук О.Р. Теоретико практичні аспекти використання у діловому спілкуванні комплементів та лестощів майбутніми психологами. Журнал «Перспективи та інновації науки» (Серія «Педагогіка», Серія «Психологія», Серія «Медицина») № 1(35) 2024 541 URL:<http://perspectives.pp.ua/index.php/pis/article/view/8633/8680>

77. Кернас А.В. Формування програмних результатів навчання під час вивчення студентами-психологами освітньої компоненти «соціальна психологія» у здобувачів вищої освіти за спеціальністю «психологія» issn (print) 2708-7530 Наукові перспективи № 3(45) 2024 с.1105-1122. URL:<http://perspectives.pp.ua/index.php/np/article/view/10319/10374>

78. Кернас А.В. Формування програмних результатів навчання під час вивчення студентами-психологами освітньої компоненти «політична

психологія» у здобувачів вищої освіти за спеціальністю «психологія» 1122 ISSN (print) 2708-7530 Наукові перспективи № 3(45) 2024 с.1122-1135. URL:

79. Коваль І. А. Діагностика і диференційна діагностика гострого стресового розладу та посттравматичного стресового розладу в загально медичній практиці. Проблеми сучасної психології: збірник наукових праць К-ПНУ імені Івана Огієнка. Інститут психології імені Г. С. Костюка НАПН України 2015. Випуск. 27. С. 210–219.

80. Критерії діагностики і лікування психічних розладів та розладів поведінки у дорослих: клінічний посібник / Панько Т. В., Явдак І. О., Колядко С. П. та ін.; під ред. П. В. Волошина. Харків : Арсіс, 2001. 303 с.

81. Лаврінченко Н. Феномен насильства стосовно жінок у сучасному українському суспільстві. Соціологія: теорія, методи, маркетинг. 1998. № 4-5 С. 130–145

82. Малкіна-Пих І. Г.. Психологічна допомога в кризових ситуаціях [Електронний ресурс] / Режим доступу: <http://ibib.ltd.ua/psihologicheskaya-pomosch-krizisnyih.html>

83. Меллібруда Є. Обличчя насильства. Матеріали з проблеми переживання насильства. Київ : Основи, 2000. 95 с.

84. Методичні рекомендації щодо запобігання та протидії насильству від 18.05.2018 № 1/11-5480.URL:<https://zakon.rada.gov.ua/rada/show/v5480729-18>

85. Недоступ В.В., Черкашина Т.О. Аб'юз як соціально-психологічний метод маніпуляції. Суспільство і особистість у сучасному комунікаційному дискурсі : Матеріали II Всеукраїнської науково-практичної конференції (м. Запоріжжя, 9-10 квітня 2020 року). Запоріжжя: НУ«Запорізька політехніка», 2020. С.379-382.

86. Балашенко І. В., Орленко І. М. (2021) Соціальна ізоляція як фактор ризику посилення дезадаптації сімей особливої дитини під час пандемії. Věda a perspektivy, № 4 (4) <http://perspectives.pp.ua/index.php/vp/article/view/457>

87. Asieieva, Y., Orlenko, I., Borinshteyn, E., Atamaniuk, Z., & Dobrolyubska, Y. (2022). Intuition as a philosophical reflection at the time of COVID-19 pandemic. *Amazonia Investiga*, 11(49), 108-116. <https://doi.org/10.34069/AI/2022.49.01.12> (Web of Science).

88. Olena A. Solntseva Olha O. Babiak, Ivan M. Okhrimenko, Natalia A. Lyakhova, Iryna M. Orlenko, Kateryna M. Pavlenko.(2022). The Impact of Levels of Emotional Intelligence Development in High Schoolers with Intellectual Disabilities on Their Health Status. *Journal of the Polish of Balneology and Physical Association*, TOM LXIV, 2 (168)/2022, 155-160. [hps://actabalneologica.eu/2-2022/](https://actabalneologica.eu/2-2022/) (Web of Science).

89. Орленко Ірина, Бальбуза Олена. Психологічні аспекти впливу арт-терапії на позитивні зміни самостворення у жінок. *Науковий часопис НПУ імені М. П. Драгоманова. Серія 12. Психологічні науки : зб. наук. праць / за наук. редакцією І. С. Булах. Київ : Вид-во НПУ імені М. П. Драгоманова, 2022. Вип. 17 (62). С.72-83. DOI: [https://doi.org/10.31392/NPU-nc.series12.2022.17\(62\)](https://doi.org/10.31392/NPU-nc.series12.2022.17(62))*

90. Кривоногова О.В., Паламарчук Д.О., Романюк А.В., Орленко І.М. Надання послуги раннього втручання в умовах військових дій в Україні. *Вчені записки ТНУ імені В.І. Вернадського. Серія: Психологія, Том 33 (72) № 3, 2022. С. 41-47. <http://www.psych.vernadskyjournals.in.ua/33-72-3-ua>*

91. Орленко І.М., Асєєва Ю.О., Бальбуза О.М. Визначення особливостей комунікації дошкільників з порушеннями мовлення. *Б. Габітус. 2023. Вип. 50. С. 52- 57. URL: <http://habitus.od.ua/journals/2023/50-2023/9.pdf> ;<https://doi.org/10.32782/2663-5208.2023.50.9>*

92. Орленко І.М., Бальбуза О.М., Кривоногова О.В. Вплив війни на агресивність дітей дошкільного віку з особливими освітніми потребами. *Габітус. 2024. Вип. 57. С. 175-179 DOI <https://doi.org/10.32782/2663-5208.2024.57.28> <http://habitus.od.ua/57-2024>*

93. Орленко І.М., Букач М.М. Виховання соціальної зрілості старшокласників у просторі соціальної гри. *Наука і техніка сьогодні. Серія*

«Педагогіка». 2024. № 2(30). С. 634-646 [https://doi.org/10.52058/2786-6025-2024-2\(30\)-634-645](https://doi.org/10.52058/2786-6025-2024-2(30)-634-645) URL: <http://perspectives.pp.ua/index.php/nts/issue/view/214>

94. Палій А.А. Диференціальна психологія : навч. посіб. Київ, 2010.

95. Пундєв В.В. Психологія праці та інженерна психологія забезпечення трудової діяльності робітників ДСНС Одеської області. Психологія та соціальна робота. 2021. №53. Вип.1. С.148-161. <http://dspace.onu.edu.ua:8080/bitstream/123456789/33190/1/13.pdf> (0.63 а.а.)
Фахова стаття, категорія Б.

96. Кременчуцька М.К., Кіпаренко О.Л., Чикур Л.Д., Пундєв В.В., Добриніна І.В. Нейропсихологічна діагностика і корекція порушень читання у дітей з вадами зору. Офтальмологічний журнал. № 4, 2022. С.68-74. <https://www.ozhurnal.com/sites/default/files/ua2022-4-11.pdf>
<http://dx.doi.org/10.31288/oftalmolzh202246874> (Scop)

97. Пундєв В.В. Психологічні особливості структури лідерських якостей студентів білінгвів. Науковий вісник ХДУ. Серія «Психологічні науки». 2022. № 2, С. 28-34. <http://pj.journal.kspu.edu/index.php/pj/article/view/1267> DOI: <https://doi.org/10.32999/ksu2312-3206/2022-2-4> (0,68 а.а.; 6 стор.). Фахова стаття, категорія Б.

98. Пундєв В.В., Герасименко Ю.В. Психологічні особливості політичної поведінки студентів білінгвів. Габітус. №39. 2022. С. 244-249. <http://habitus.od.ua/journals/2022/39-2022/44.pdf> DOI: <https://doi.org/10.32843/2663-5208.2022.39.44> (0.40/0,50 а.а.; 5/6 стор.). Фахова стаття, категорія Б. Index Copernicus.

99. Пундєв В.В. Просодичні ритмічні характеристики мовлення та їх запам'ятовування. Габітус. 2023. №45. С. 46-52. DOI: 10.32782/2663-5208.2023.45.7 <https://doi.org/10.32782/2663-5208.2023.45.7>;

100. Посттравматичні стресові розлади: діагностика лікування, реабілітація: методичні рекомендації / П. В. Волошин, Л. Ф. Шестопалова, В. С. Підкоритов та ін. Харків, 2002. 47 с

101. Програма корекційної роботи з особами, які вчинили насильство в сім'ї, та основні засади її реалізації / упорядник О. О. Комчемировська, Г. М. Мустафаєв. Міністерство України у справах сім'ї, молоді та спорту. Координатор проектів ОБСЄ в Україні. Київ, 2010. 121 с.
102. Романова Н. Ф., Семигіна Т. В., Левченко В. М. Вивчення вітчизняної практики надання послуг потерпілим від насильства в сім'ї. Соціальна робота в Україні: теорія і практика. 2008. № 4. С. 70-84.
103. Роменський Г. І. Домашнє насильство та шляхи його подолання. Актуальні потреби сучасної науки в дослідженнях молодих учених. 2004. Вип. 5. С. 74-78.
104. Самойлова О. В., Міщенко О. М. Історичні, клінічні та психологічні особливості формування посттравматичних стресових розладів. Актуальні проблеми сучасної медицини. 2018. Випуск II. С. 62-71.
105. Собчик Л. Н. Методи психологічної діагностики. Вип. 3. Діагностика міжособистісних відносин. Модифікований варіант інтерперсональної діагностики Т. Лірі. Метод. Керівництво. М., 1990.
106. Форми, причини і наслідки домашнього насильства. [URL:https://gpmrada.gov.ua/protidiia_nasilstvu/3522_formi_prichini_i_naslidki_d_omashnogo_nasilstva.html](https://gpmrada.gov.ua/protidiia_nasilstvu/3522_formi_prichini_i_naslidki_d_omashnogo_nasilstva.html)
107. В.Є. Христенко. Психологія жертви. URL: <http://www.socium.kiev.ua/pdf/psychologiya/Psihologiya%20zhertvi.pdf>
108. Шинкаренко О. Д. Психологічні особливості жертв подружнього насильства. Практична психологія . 2000. № 3 . С. 25-29.
109. Brown, K.S. # metoo: Sexual Harassment within Psychology, Social Work, and Marriage/Couple and Family Therapy Train-ing Programs. Journal of Feminist Family Therapy, 31(4),195-210. DOI:10.1080/08952833.2019.1676958
110. Champion, J.D. (1996). Woman abuse, assimilation, and self-concept in a rural Mexican American community. Hispanic Journal of Behavioral Sciences, 18(4),508-521. DOI:10.1177/07399863960184005

111. Christensen, M.J., Brayden, R.M., Dietrich, M.S., McLaughlin, F.J., Sherrod, K. B., & Altemeier, W.A. (1994). The prospective assessment of self-concept in neglectful and physically abusive low-income mothers. *Child Abuse & Neglect*, 18(3), 225-232. DOI: 10.1016/0145-2134(94)90107-4

112. Чусова О. М., Котломанітова Г.О., Олексієнко Л. А. Особливості надання соціальних послуг в Україні. Науковий вісник Ужгородського університету. Серія: Педагогіка. Соціальна робота. 2020. Випуск 2 (47). С. 209–213. <https://doi.org/10.24144/2524-0609.2020.47.209-213>

113. Чусова О. М., Ваколя З. М., Чейпеш І. В. Педагогічні основи дистанційного навчання. Науковий часопис Національного педагогічного університету імені М. П. Драгоманова. Серія 5. Педагогічні науки : реалії та перспективи. 2021. № 80. С. 167–171. <https://doi.org/10.31392/NPU-ps.series5.2021.80.2.34>

114. Чусова О., Волкова К., Лазарева А. Сучасні тенденції розвитку теорії та практики соціального виховання. *Social work and education*. 2021. Vol.8. No2. С.164–174. <https://doi.org/10.28925/1609-8595.2022.2.3>

115. Чусова О.М., Цегельник Т. М., Глоба Л. Г. Підготовка майбутніх психологів та соціальних працівників до роботи з людьми з інвалідністю. Перспективи та інновації науки. 2021. № 5. С.837–848. [https://doi.org/10.52058/2786-4952-2021-5\(5\)-837-848](https://doi.org/10.52058/2786-4952-2021-5(5)-837-848)

116. Сіленко А. О., Чусова О. М. Особливості юнацького віку, які впливають на розвиток особистісної рефлексії. *Габітус*. 2023, № 54. С. 92-97. URL :<http://habitus.od.ua/journals/2023/54-2023/17.pdf>

Walker L. E. *The battered woman*. N.Y.: Harper and Row, 1979. 469 p

ДОДАТКИ

Додаток А

ОПИТУВАЛЬНИК «АБ'ЮЗ В ПАРТНЕРСЬКИХ ВІДНОСИНАХ»

1. Як ви вважаєте, чи порушувались Ваші права в сім'ї?
2. Ваш партнер/партнерша застосовує до Вас емоційний аб'юз?
3. Чи мали Ви випадки публічного приниження партнером/ партнершою?
4. Ваш чоловік/дружина обмежує Вас в комунікаціях з друзями та рідними ?
5. Чи знецінювали вас?
6. Ваш чоловік/ дружина часто демонструє ревності?
7. Чи втягував Вас чоловік/ дружина в триангуляції?
8. Чи відчували Ви різне ставлення чоловіка/ дружини до себе наодинці та в присутності інших людей?
9. Чи були випадки різкого зникнення партнера/партнерки без пояснення, водночас, переглядання ним Ваших сторінок в соцмережах, лайки, коментарі, читання Ваших смс без надання відповіді на них.
10. Чи мали Ви аб'юзивні відносини?
11. Чи проходили Ви терапію для відновлення психо-емоційного стану після аб'юзивних відносин?
12. Чи можете ви сказати, що у вас в сім'ї рівність щодо розпорядження сімейним бюджетом, ухвалення рішень стосовно дітей, відпочинку, придбань?
13. У відносинах до Вас було застосовано фізичний аб'юз?
14. Чи відчували Ви на собі прояв вербальної та невербальної агресії?
15. Ви знаєте скільки заробляє ваш чоловік?