

## ВПЛИВ ДОСВІДУ СЕКСУАЛЬНОГО НАСИЛЬСТВА НА ЖИТТЄВІ СЦЕНАРІЇ ЖІНОК

Шаповал Я. Л.

*Полтавський національний педагогічний університет*

*імені В. Г. Короленка*

*yashapoval07@gmail.com*

Сексуальне насильство впливає на життя кожної жінки, незалежно від її соціального статусу, віку або культурної приналежності. Цей вид насильства порушує особисті кордони та деструктивно впливає на психічне благополуччя жінок, залишаючи довготривалі наслідки на рівні фізіологічного, ментального та соціального функціонування. Зростаюча увага до проблеми сексуального насильства в українському суспільстві підкреслює необхідність розуміння його впливу на життєві сценарії жінок.

Актуальність дослідження полягає в тому, що сексуальне насильство стає не лише перешкодою на шляху до особистого розвитку та самореалізації жінок, але й формує особливі життєві сценарії, які визначають їхню поведінку, відносини та самовизначення. Дослідження впливу досвіду сексуального насильства на життєві сценарії жінок стає актуальною задачею у контексті забезпечення психологічної та соціальної підтримки для постраждалих від насильства, а також нагальної потреби у вдосконаленні механізмів реабілітації та психосоціальної адаптації цільової групи.

Чим сильніший стрес, тим більша вірогідність входження жінки у певний життєвий сценарій. Це пояснює регресію в часі та актуалізацію ранніх елементів сценарію під час сильного стресу. Загальновідомо, що в разі травми, на відміну від стресу, свідомий вибір реагування відсутній. Однак три реакції на травматизацію – втекти, сховатись; «прикинутись мертвою», є предметом сучасних досліджень. Припускаємо, що ця реакція і стає фундаментом, що зумовлює відповідні схеми життя – «сценарії» [1].

Згвалтування як складова домашнє насильство відзначається повторюваністю, циклічністю та зростанням інтенсивності та активності дій, що зумовлює тотальний контроль та вплив з боку кривдника. Травматичний зв'язок поступово закріплюється та посилюється. Циклічність сексуального насильства проявляється у зміні етапів, включаючи наростання напруги, насильницькі інциденти, примирення та «медовий місяць», як відзначено Л. Уолкером [3]. Рольовий репертуар у таких взаємовідносинах обмежений та включає три основні позиції: гвалтівник, жертва та спостерігачі, які намагаються втрутитися. Рольовий функціонал є стабільним та відображається у певному життєвому сценарії.

У жінок, які стикаються з сексуальним насильством і не звертаються за допомогою, формуються специфічні реакції на травматичні ситуації, що часто призводять до психосоматичних захворювань та ускладнень. Серед них можна виділити набуту безпорадність, відому як «learned helplessness» – це особливість поведінки, яка розвивається при систематичному негативному впливі, якого

неможливо уникнути. У таких умовах формуються певні переконання, які раціоналізують поведінку жінки, яка стала постраждалою, а також поведінку кривдника.

При ізольованих випадках сексуального насильства жінки можуть висловлювати протест проти дій гвалтівника. Проте, оскільки гвалтівник не реагує на ці зауваження, у жінки виникає відчуття безпорадності, неможливості вийти з ситуації. Як результат, вона поступово пристосовується до неї. Це може призвести до зміни ставлення жертви до самої себе, формування самозвинувачення та відчуття провини. Незалежно від реальності ситуації, у жінки може сформуватися переконання, що змінити ситуацію самостійно неможливо, допомоги чекати та прохати її ніде, а ситуація ніколи не зміниться. Це відчуття безпорадності негативно впливає на здатність особистості до розв'язання проблеми загалом.

Постійне перебування у травматичних насильницьких відносинах (у тому числі сексуального характеру) сприяє формуванню у жінок синдрому, відомого як «синдром побитої жінки». Цей синдром характеризується зниженням самооцінки, міфологізацією та стереотипізацією насильницьких відносин, самозвинуваченням та виникненням комплексу провини, пасивністю, недбалістю до змін та втратою віри в можливість виходу з ситуації [3].

Відповідно, досвід сексуального насильства вносить корегування у різні аспекти життєвого сценарію. Перший аспект (когнітивний) передбачає усвідомлення жінкою себе та свого життя в контексті наявного досвіду сексуального насильства; другий (емоційно-мотиваційний) компонент – формування відношень жінки до себе та свого життя під впливом наявного досвіду сексуального насильства; третій (регулятивно-вольовий) компонент – забезпечує реалізацію життєвих виборів жінки, враховуючи вплив наявного досвіду сексуального насильства. Життєвий вибір стає ключовим у процесі виходу за межі сценарію, усвідомлення особистої автономії та можливого подальшого перетворення життєвого сценарію під впливом наявного досвіду сексуального насильства. Інтеграція інформації, що міститься в цих компонентах, сприяє реалізації жінками свого життєвого сценарію під впливом наявного досвіду сексуального насильства.

**Висновок.** Таким чином, сексуальне насильство вносить корегування у різні аспекти життєвого сценарію жінок. Це стає основою для формування нових деструктивних переконань, реакцій та виборів жінок під впливом наявного досвіду сексуального насильства. Інтеграція інформації про цей вплив дозволяє розуміти механізми формування життєвих сценаріїв та може бути врахований у подальшому плануванні психотерапевтичної допомоги.

## СПИСОК ВИКОРИСТАНИХ ДЖЕРЕЛ

1. Гандзілевська Г. Б. Психологічне осмислення травматичного досвіду особистості крізь призму життєвого сценарію: гештальт-терапевтичний підхід.

Наукові записки Національного університету «Острозька академія». Серія: Психологія, 2016, № 3. С. 27–38.

2. Мілорадова Н. Е. Трикутник Карпмана – токсична модель відносин: особливості розвитку та стратегії виходу. *Теоретичні і прикладні проблеми психології та соціальної роботи: зб. наук. праць Східноукраїнського національного університету імені Володимира Даля*. Северодонецьк: Вид-во СНУ ім. В. Даля, 2021. № 3 (56). Т. 3. С. 147–156.

3. Walker L. E. The battered woman syndrome. LLC, 2009. 488 p.

## **ВПЛИВ МУЗИКИ НА ПСИХІЧНИЙ РОЗВИТОК ДИТИНИ**

**Шелих Л.В.**

*Студентка факультету психології і соціальної роботи*

*ПНПУ імені В.Г. Короленка*

[larysabalala@gmail.com](mailto:larysabalala@gmail.com)

**Гончарова Н.О.**

*Полтавський національний педагогічний університет імені В. Г. Короленка,*

*goncharova.poltava@gmail.com*

**Актуальність теми.** Проблема психічного розвитку дітей є особливо актуальною і найбільш гостро постає в молодшому шкільному і підлітковому віці, коли здійснюється процес духовного становлення особистості, закладається фундамент для сприйняття оточуючої дійсності, свого місця і ролі в ній. Музичне мистецтво є універсальною виховною системою, яка націлена на оптимізацію процесу психічного розвитку особистості. Музика, як один із видів мистецтва, надає величезні можливості для розвитку творчості дитини, формування особистості, її світогляду та моральних якостей. Також музика є засобом самопізнання і пізнання навколишнього світу. Музика сприяє вираженню і передачі емоцій, почуттів, думок і настрою людей, вона є особливим засобом спілкування, допомагає самовираженню.

Найвираженіші емоційні переживання виникають у «критичні періоди» взаємодії дитини і суспільства. Молодший шкільний вік - це період кардинальної перебудови всієї системи відносин дитини з довкіллям. Передумови формування і розвитку ціннісних орієнтацій в структурі особистості більше не повторяться, в наступних вікових періодах щось виправити чи змінити, на щось вплинути виявиться важким чи зовсім неможливим. Ось чому дуже важливо закласти основи емпатії у дітей молодшого шкільного віку.

Перехід дитини із молодшого шкільного у підлітковий вік характеризується глибокими змінами, що впливають на особистісний розвиток дитини. Вони стосуються фізичної зрілості організму, а також стосунків, які складаються у підлітків із дорослими людьми та однолітками. Еталони міжособистісного сприймання, якими користуються підлітки, оцінюючи інших людей, стають усе більш узагальненими і співвідносяться з ідеалами, цінностями і нормами. Тому саме в підлітковому віці емпатійність може закріпитися як емоційна основа моральних якостей.