

12. Rothenberg A. Janusian process. Encyclopedia of creativity / Eds. M. A. Runko, S. R. Pritzker. San Diego: Academic Press. 1999. № 2. P. 103-108.
13. Silvia P. J., Winterstein B. P., Willse J. T. et al. Assessing creativity with divergent thinking tasks: Exploring the reliability and validity of new subjective scoring methods // Psychology of Aesthetics, Creativity, and the Arts. 2008. № 2 (2). P. 68-85.
14. Simonton D. K. Creativity and discovery as blind variation: Campbell's (1960) BVSR model after the half-century mark // Review of General Psychology. 2011. № 15(2). P. 158-174.
15. Staw B. M. An evolutionary approach to creativity and innovation. Innovation and creativity at work: Psychological and organizational strategies / Eds. M. A. West, G. L. Farr. New York: Wiley, 1990. P. 287-308.
16. Wilson R. C., Guilford J. P., Christensen P. R., Lewis D. J. A factor-analytic study of creative-thinking abilities. Psychometrika. 1954. № 19. P. 297-311.

## **ПОСТТРАВМАТИЧНЕ ЗРОСТАННЯ У ЖІНОК ДОРΟΣЛОГО ВІКУ ЯКІ МАЛИ ДОСВІД СЕКСУАЛЬНОГО НАСИЛЬСТВА**

**Шаповал Я. Л.**

*Приватна практика*

*Shapovalyanao7@gmail.com*

Останні події в Україні які пов'язані з повномасштабним вторгненням і паралельно з наслідками для психологічного та фізіологічного стану населення, дають поштовх до нових досліджень та розвитку в наукових підходах, направлених на подолання травматичних подій. Особливо сколихнула звістка, про кількість людей в Україні які постраждали від сексуального насильства в умовах конфлікту. В червні 2023 року була доповідь спецпредставниці Генерального секретаря ООН з питань сексуального насильства в умовах конфліктів Прамілі Паттен, що в Україні на кожен офіційно зареєстрований випадок сексуального насильства, пов'язаного з війною, припадає від 10 до 20 незареєстрованих [5]. Це, не включаючи постраждалих від сексуального насильства не пов'язаних з війною. Останні роки в Україні були реалізовані дослідження на тему сексуального насилля. Дослідження «Сексуальне насилля в Україні» яке було проведене в 2021р. Центром гідності дитини Українського Католицького Університету інформувало про такі результати: опитано 1600 респондентів, віком від 16 до 55р. з яких 23% пережили сексуальне насильство та домагання в дитинстві, 4% пережили зґвалтування ще до 18 років та 43% нікому не розповіли про те, що трапилось [7]. Дослідження насильства над жінками в Україні яке було проведено під керівництвом ОБСЄ у 2018 р. не

пов'язаних з війною, методом опитування серед 2 048 жінок віком від 18 до 74 років, що проживають в Україні було зазначено: «жінки відчують, що Україна – це країна, суспільство якої обмежує їх у праві власного вибору, зокрема вибору, як їм діяти у тій чи іншій ситуації»[6]. Також було організовано проведення опитування «Сексуальне насильство» яке було в 2017 р. в партнерстві з UNFPA – Фондом народонаселення ООН. У ньому взяли участь 10 400 респондентів віком 18-34 роки. Опубліковані дані показали такі результати: 71% жінок відповіли, що в Україні є проблема сексуального насильства, з тими що траплялись випадки сексуального насильства – 78% підтвердили про наявність такої проблеми [ 1].

Проблема сексуального насильства та його наслідків перебуває у історичному та сучасному суспільстві доволі довго, але наукові дослідження стали проводити з 70-х роках ХХ ст. (Р. Крукс і К. Баур, М. Роден й Г. Абарбанел, З. Старович та ін.) [9].

На сьогодні багато уваги було приділено наслідкам сексуального насильства, а особливо розвитку посттравматичного стресового розладу (ПТСР), так як сексуальне насильство викликає гірші наслідки, ніж будь яка інша травматична подія. У жінок як вказують проведені дослідження був вищий показник ПТСР (39%), ніж у чоловіків (29,4%). Ще одним із наслідків сексуального насильства була спроба самогубства, у жінок цей показник дорівнював 28,6% у порівнянні з чоловіками спроба самогубства після перенесеного сексуального насильства показник становив 6,5% [12; 16].

В кінці 90-х років у науковій спільноті почали цікавитися феноменом «посттравматичне зростання» (ПТЗ) який допомагає збереженню та покращенню психічного здоров'я [2]. Поняття посттравматичне зростання введено у науковий обіг у 1995 р. (R. Tedeschi, L. Calhoun) для визначення позитивних змін, що відбуваються у людини внаслідок важких життєвих подій [14]. Наступними кроками було розроблено опитувальники для оцінювання зв'язку ПТЗ із рівнем дистресу та суб'єктивного благополуччя (Joseph et al., 1993; Park et al., 1996; Tedeschi & Calhoun, 1996), які були використані в клінічних умовах для визначення ТЗВ. В Україні вивченням посттравматичного зростання займається декілька науковців один із них В. Климчук [3; 14].

На сьогодні є велика кількість опублікованих закордонних досліджень посттравматичного зростання після досвіду

сексуального насилля, але більша частина була здійснена за допомогою вибірки кількісних та якісних показників в той час як феноменологічному підходу не було приділено достатню увагу. За допомогою феноменологічного підходу використовуючи інтерв'ю можна було б прояснити деякі речі, з точки зору тих, хто насправді пережив сексуальне насильство.

Мета статті - дослідити фактори посттравматичного зростання у жінок дорослого віку які мали досвід сексуального насильства в різний період життя, окреслити шляхи які б допомогли в подальшому подоланні наслідків.

Сексуальне насильство – це будь-яка сексуальна дія, на яку особа не погоджувалася або була змушена до неї проти її волі. Крім зґвалтування до сексуального насильства відноситься: демонстрація статевих органів, примус до збочених форм сексуальних відносин, примус займатися порноіндустрією чи секс-бізнесом; примус до вагітності або аборту; примус до спостереження за статевим актом, примус до сексу з іншими людьми примусовий поцілунок, сексуальні домагання.

Дуже важливим фактором для посттравматичного зростання є те, як потерпіла переносить пережитий нею досвід. Чи хоче вона розкривати ознаки насильства, чи приховує від оточуючих. Психічний стан жінки, яка мала досвід сексуального насильства також залежить від реакції оточення, особливо рідних, друзів та громади в якій проживає [9; 10].

Р. Тедескі, Л. Калхун описують посттравматичне зростання як розвиток в окремих сферах, не просто повернутися в стан в якому людина перебувала до травматичної події, а покращення в своїх попередніх сферах. Для цього було розроблено опитувальник який містить 5 субшкал: ставлення до інших; нові можливості; особистісна сила; духовні зміни; цінування життя [14]. Вони виділяють три категорії позитивних змін, що сприймаються суб'єктивно: довіра до себе, зміцнення міжособистісних відносин і зміна філософії життя [3]. Тобто, на їхню думку, посттравматичне зростання виявляється в тому, що змінюється ставлення людини до самої себе, до інших людей, до життя взагалі.

З статистичних даних досліджень відомо, що 43% жінок які не повідомляли про пережите ними сексуальне насильство. Дослідження насильства над жінками в Україні яке було проведено під керівництвом ОБСЄ у 2018р. було опубліковано, що 53% обрали відповідь «Що впораються з цим самотійно, це

сімейна справа», 24% «Я не хотіла, що б хтось про це знав, це особисте», але на протипагу бажанню не розголошувати, жінки повідомляли про важливість підтримки 42% «Отримати моральну підтримку, поговорити з кимось» [6].

Є дані програми оздоровлення яка проходила в США для жінок які пережили досвід сексуального насильства, жінки які перебували на програмі відмітили, що коли вони мали можливість відкрито розповісти про свій досвід - це було саме корисне та допоміжне в подальшому відновленні на цій програмі. Інші дослідження показують, що придушення емоцій та неможливість поділитися завдає страждань [15; 16].

Цікавим фактом є те, що в 2017р. актриса Аліса Мілано, опублікувала хештег #MeToo «Я теж». Рух MeToo, був заснований для розповсюдження інформації, що сексуальні домагання не можна терпіти і це є загальною проблемою. Цей хештег використали 825 000 разів 4,7 мільйона людей по всьому світу взяли участь у глобальній кампанії «Я теж» з більш ніж 12 мільйонами повідомлень [11].

Аналізуючи проведені дослідження, можна побачити, що соціальна підтримка працює як бар'єр і допомагає захистити людину від токсичних переживань та служить шляхом для зміни деструктивного впливу травматичних подій. Зміцнення міжособистісних відносин є одним із факторів посттравматичного зростання у жінок які мали досвід сексуального насильства.

Таким чином, існує проблема в недостатності інформаційної роботи направленої на безоціночне судження та підтримуюче коло для жінок які мали досвід сексуального насилля, а також розробка та розповсюдження програм націлених на посттравматичне зростання з попередніми дослідженнями посттравматичного зростання в Україні.

## ЛІТЕРАТУРА

1. Бондар Т. В., Ніцполь С. І., Нестеренко Є. О. Актуальні опитування осені 2017 р.: молодіжна політика, інклюзивна освіта, статеве життя, сексуальне насильство. [Електронний ресурс] *Український соціум*. 2017. № 4. С. 178-189. Режим доступу: [http://nbuv.gov.ua/UJRN/Usoc\\_2017\\_4\\_16](http://nbuv.gov.ua/UJRN/Usoc_2017_4_16)
2. Зубовський Д. С. Феномен посттравматичного зростання як перспективний напрямок досліджень у вітчизняній психології. *Проблеми екстремальної та кризової психології*: зб. наук. праць. Вип. 20.Х.: НУЦЗУ, 2016. С. 63-74.
3. Климчук В. О. Психологія посттравматичного зростання : монографія. Національна академія педагогічних наук України, Інститут соціальної та

політичної психології. 2-ге вид., перероб. і допов. Кропивницький : Імекс-ЛТД, 2021. С.156, [1] с. Бібліогр.: с. 137-147 укр.

4. Михайлюк І. В. Феноменологія змін особистості в умовах посттравматичного зростання [Електронний ресурс]. *Лікарська справа*. 2017. № 7. С. 221-226.

5. Офіційне інтернет-представництво Президента України <https://www.president.gov.ua/news/olena-zelenska-postrazhdalim-vid-seksualnogo-nasilstva-potri-8364>

6. ОБСЕ. Дослідження насильства над жінками (2018 р.)

7. Центр гідності дитини Українського Католицького Університету. Дослідження «Сексуальне насилля в Україні» 2021р

8. Проект Кешер в Україні <https://www.projectkesher.org.ua/>

9. Чачко С. Л. Психічна травма і посттравматичне зростання особистості як чинники соціальних змін [Електронний ресурс]. *Наукові студії із соціальної та політичної психології*. 2011. Вип. 26. С. 268-276. Режим доступу: [http://nbuv.gov.ua/UJRN/Nsspp\\_2011\\_26\\_33](http://nbuv.gov.ua/UJRN/Nsspp_2011_26_33)

10. Яценко В., Дарвішов Н. Посттравматичне зростання з перспективи нарративного підходу до вивчення особистості [Електронний ресурс]. *Вісник Київського національного університету імені Тараса Шевченка. Психологія*. 2023. Вип. 1. С. 96-100. Режим доступу: [http://nbuv.gov.ua/UJRN/vknur\\_2023\\_1\\_16](http://nbuv.gov.ua/UJRN/vknur_2023_1_16)

11. Fairbairn J. Before #MeToo: Violence against women, social media work, bystander intervention, and social change. *Societies*. 2020;10:51. DOI: 10.3390/soc10030051.

12. Guina J, Nahhas RW, Kawalec K, Farnsworth S. Are Gender Differences in DSM-5 PTSD Symptomatology Explained by Sexual Trauma? *J Interpers Violence* [Internet]. 2016 Nov [cited 2016 Nov 28]; 0886260516677290. Available from: <http://journals.sagepub.com/doi/pdf/10.1177/0886260516677290> DOI: 10.1177/0886260516677290. <https://doi.org/10.1177/0886260516677290>

13. Joseph S. Growth Following Adversity: Positive Psychological Perspectives on Posttraumatic Stress. *Psychological Topics*. Vol. 18 (2), 2009. P. 335-344.

14. Tedeschi R.G., Calhoun L.G. (1996) The posttraumatic growth inventory: Measuring the positive legacy of trauma. *Journal of Traumatic Stress*. Vol. 9. P. 455-471.

15. Uchino B.N. *Social Support and Physical Health: Understanding the Health Consequences of Relationships*. Yale University Press; New Haven, CT, USA: 2004.

16. Young SM, Pruett JA, Colvin ML. Comparing Help-Seeking Behavior of Male and Female Survivors of Sexual Assault: A Content Analysis of a Hotline. *Sex Abuse* [Internet]. 2016 Nov [cited 2016 Nov 28]. Available from: <http://journals.sagepub.com/doi/pdf/10.1177/1079063216677785> doi: 10.1177/1079063216677785. <https://doi.org/10.1177/1079063216677785>