

ПСИХОЛОГІЧНІ МЕХАНІЗМИ ЗАЛЕЖНОЇ ПОВЕДІНКИ ВІД КРИВДНИКА У ЖЕРТВ ДОМАШНЬОГО НАСИЛЬСТВА

У даній роботі здійснено теоретико-методологічний аналіз психологічних механізмів залежної поведінки жертв домашнього насильства щодо кривдника. Залежність розглядається як складне психологічне явище, що виникає внаслідок тривалого насильства, стресу, постійного контролю та травматичних зв'язків, які деформують самооцінку та само ідентичність особистості. Окреслено роль феномену вивченого безсилля, захисних механізмів психіки та соціокультурних чинників, що поглиблюють залежність. Проаналізовано внесок українських та зарубіжних дослідників у вивчення проблеми, зокрема підкреслено потребу міждисциплінарного підходу до розуміння та подолання цього явища в умовах сучасної України.

Ключові слова: домашнє насильство, залежна поведінка, психологічна травма, психічне здоров'я, жертва домашнього насильства.

Домашнє насильство є однією з найпоширеніших форм порушення прав людини в сучасному суспільстві, що має руйнівний вплив не лише на фізичне, а й на психічне здоров'я постраждалих. Залежна поведінка жертви щодо кривдника постає як серйозний психологічний феномен, який перешкоджає виходу з аб'юзивних стосунків та відновленню життєвої автономії. Цей тип поведінки базується на глибоких внутрішніх механізмах, що виникають у відповідь на тривалий стрес, насильство та маніпуляцію. Метою роботи є аналіз психологічних механізмів, що підтримують залежність жертви від кривдника, зокрема у контексті феномену вивченого безсилля, тотального контролю та травматичного зв'язку. Дослідження спрямоване на глибше розуміння динаміки аб'юзивних стосунків та формування підходів до подолання цього явища в українському соціокультурному контексті.

Вітчизняна психологічна наука дедалі більше звертає увагу на проблему домашнього насильства як на багатоаспектне явище, що потребує комплексного підходу до його розуміння та подолання. У працях українських дослідників, зокрема Ботнаренка І. А., Гриньківа О. О., Безюк І., Козлякова І., акцент зроблено на тому, що домашнє насильство є не лише фізичним або сексуальним тиском, а насамперед — психологічним впливом, який спричиняє глибокі деформації особистості жертви. Висвітлюється також роль державної політики у протидії насильству та необхідність міждисциплінарної взаємодії фахівців — психологів, соціальних працівників, юристів [2,5,1,6].

Дослідники підкреслюють, що особливої уваги заслуговує психологічна залежність жертви від кривдника, яка формується не одразу, а як результат постійного впливу насильства та відсутності соціальної підтримки. В українських реаліях ця проблема ускладнюється тим, що жінки часто не мають фінансової незалежності, підтримки з боку родини, а також бояться засудження суспільства. На це вказують, зокрема, Шейко С. та Піскоцка К., які досліджують феномен вторинної віктимізації жертв — тобто ситуацію, коли навіть після звернення по допомогу постраждала стикається з байдужістю або недовірою з боку соціальних інституцій [9].

Н. М. Курило та О. М. Пашущина у своїх роботах формують психологічний портрет жінки, яка перебуває в ситуації домашнього насильства. Вони відзначають, що з часом у жертви формується стан емоційного ступору, апатії, втрачається віра у можливість змінити ситуацію. Це спричиняє глибоку кризу самоідентичності, жінка перестає сприймати себе як окрему цінну особистість, здатну приймати самостійні рішення. Усе це посилює зв'язок із кривдником, попри об'єктивну небезпеку для її здоров'я або навіть життя [7].

Залежна поведінка не виникає одномоментно. Вона формується поступово як механізм адаптації до хронічного стресу та небезпеки. Жертва, перебуваючи в ситуації постійного контролю, принижень і агресії, навчається «виживати» через пасивність, підпорядкування, згладжування конфліктів, що зрештою фіксується на рівні поведінки як норма. У таких умовах людина втрачає зв'язок із внутрішнім почуттям свободи й автономії. Постійна загроза покарання, емоційне виснаження, нестача зовнішніх ресурсів для втечі з ситуації призводять до формування глибоко вкоріненої залежності.

Фундаментом для розуміння цього феномену стала теорія вивченого безсилля (learned helplessness), запропонована М. Селігманом у 1975 році. Дослідник довів, що організми, які не мають змоги уникнути болю або негативних стимулів, з часом припиняють спроби захисту навіть тоді, коли така можливість з'являється. Аналогічний процес спостерігається у жертв домашнього насильства: попри шанси на втечу чи отримання допомоги, вони залишаються в небезпечних стосунках, бо вже втратили віру у зміни та у власну здатність змінити ситуацію [8].

Додатковим фактором, що підсилює залежність, є активація несвідомих захисних механізмів психіки. Йдеться передусім про раціоналізацію (спроби логічно виправдати поведінку кривдника), заперечення (ігнорування фактів насильства або применшення його значущості) та проєкцію (перенесення відповідальності за насильство на себе або зовнішні обставини). Жертва може переконувати себе, що партнер «втрачає контроль через втому», або що «всі чоловіки можуть зірватися», або ж вірити, що «вона сама винна, бо не досить добра». Ці механізми створюють ілюзію контролю над ситуацією, знижують рівень тривоги, але водночас підтримують залежність та затягують процес виходу зі стосунків.

Значну роль у підтриманні патологічного емоційного зв'язку відіграє так званий «травматичний зв'язок» (traumatic bonding), описаний у працях П. Карнса. Суть цього явища полягає в тому, що жертва і кривдник утворюють парадоксальний емоційний союз, заснований на чергуванні періодів жорстокості з фазами примирення, ніжності, «медових тижнів». Такий контраст між болем і увагою викликає емоційну плутанину, стимулює викид дофаміну й окситоцину, що сприяє формуванню прив'язаності, схожої на хімічну залежність. Жертва починає чекати «кращих моментів», намагається заслужити любов кривдника, виправдовуючи навіть найжорстокіші його вчинки [3].

Американська дослідниця Дж. Герман підкреслює, що хронічна травматизація викликає не лише емоційні розлади, але й глибокі зміни в особистості. У жертв домашнього насильства поступово руйнується відчуття «Я», змінюється структура самооцінки, формується ідентичність жертви, що характеризується почуттям провини, соромом, тривожністю, депресією та безнадійністю. Людина перестає себе ідентифікувати як сильну, автономну, здатну діяти особу. Саме це і стає психологічною основою для залежної поведінки [4].

Додатковий вимір залежності розкривається через концепцію «коерсивного контролю», запропоновану соціологом Е. Старком [10]. На відміну від відкритих форм насильства, коерсивний контроль діє повільно та майже непомітно. Це ізоляція від друзів і родини, контроль за фінансами, обмеження в русі, систематичне приниження, маніпуляції з інформацією, викривлення фактів. Всі ці дії поступово позбавляють жертву суб'єктності, свободи, впевненості в собі. Людина втрачає можливість приймати рішення, бо її кожен вибір ретельно регламентується партнером. У таких умовах навіть думка про вихід зі стосунків сприймається як загроза життю або безглузда ідея.

У деяких випадках така залежність може базуватися ще й на внутрішньоособистісних порушеннях або дитячому досвіді, що сформував викривлену модель стосунків. Наприклад, досвід насильства у дитинстві або свідчення насильства в родині може стати передумовою толерантності до насильницької поведінки в дорослому віці, особливо якщо жертва сприймає аб'юз як частину «нормальних» стосунків.

Не менш важливим є вплив соціокультурних чинників, які посилюють залежність від кривдника. У багатьох суспільствах, включаючи українське, досі побутують традиційні стереотипи про роль жінки як берегині родини, відповідальної за збереження стосунків будь-якою ціною. Жертва часто боїться осуду з боку рідних, друзів або громади. Економічна залежність, відсутність житла, страх втратити дітей чи зазнати юридичних ускладнень — усе це є бар'єрами на шляху до свободи. Особливо уразливими є жінки з малими дітьми, жінки без соціальної підтримки, або ті, хто мають негативний досвід звернення до державних інституцій.

У психотерапевтичній практиці неодноразово засвідчено, що жертви насильства часто не вірять у можливість змін або не можуть уявити собі життя поза стосунками з кривдником. Їхня уява, мислення та сприйняття реальності перебувають під впливом глибокого когнітивного дисонансу: вони одночасно визнають руйнівність ситуації й вірять у те, що партнер зміниться. Цей механізм внутрішнього конфлікту знижує мотивацію до дії й паралізує волю.

У підсумку можна стверджувати, що залежна поведінка жертв домашнього насильства — це складний комплекс психологічних, емоційних, поведінкових та соціокультурних чинників. Вона не є ознакою слабкості або недалекоглядності жертви, а наслідком систематичної психологічної деструкції, викликаній травмою, контролем, маніпуляцією та ізоляцією. У формуванні залежної поведінки жертви беруть участь такі механізми, як психологічна травматизація, зниження самооцінки, інтерналізація провини та емоційна прив'язаність до кривдника. Для подолання цього явища необхідні не лише індивідуальні зусилля — терапія, підтримка, правова допомога — але й зміна суспільного дискурсу щодо насильства, а також побудова ефективних систем соціального захисту та просвітницької роботи.

References

1. Bezviuk, I. (2021). Problema vtotyynnoi viktomizatsii v roboti z postrazhdalymy vid domashnoho nasyilstva [The problem of secondary victimization in working with domestic violence survivors]. *Sotsialna robota v Ukraini: teoriia i praktyka*, (1), 85–90. [in Ukrainian].
2. Botnarenko, I. A. (2020). Psykholohichni aspekty podolannia domashnoho nasyilstva [Psychological aspects of overcoming domestic violence]. *Naukovyi visnyk Khersonskoho derzhavnoho universytetu. Seriia: Psykholohichni nauky*, (5), 45–50. [in Ukrainian].
3. Cames, P. (1983). *Out of the shadows: Understanding sexual addiction*. Minneapolis: CompCare Publications.
4. Herman, J. (1992). *Trauma and recovery* (Ukrainian translation). New York: Basic Books.
5. Hryniv, O. O. (2019). Sotsialno-psykholohichna dopomoha zhertvam nasyilstva v simi [Socio-psychological support for victims of domestic violence]. *Psykhologhiia i suspilstvo*, (2), 112–117. [in Ukrainian].
6. Kozliakov, I. (2018). Psykholohichni naslidky nasylnytskykh stosunkiv [Psychological consequences of abusive relationships]. *Aktualni problemy psykholohii*, 14, 101–105. [in Ukrainian].

7. Kurylo, N. M., & Pashushchyna, O. M. (2017). Psykholohichniy portret zhertvy domashnoho nasylstva [Psychological portrait of a domestic violence victim]. *Visnyk psykholohii ta pedahohiky*, (4), 132–138. [in Ukrainian].
8. Seligman, M. E. P. (1975). Learned helplessness: Theory and evidence. *Journal of Abnormal Psychology*, 84, 228–238.
9. Sheiko, S., & Piskotska, K. (2020). Vyklyky nadання допомоги zhertvam domashnoho nasylstva v umovakh suchasnoi Ukrainy [Challenges of providing assistance to victims of domestic violence in modern Ukraine]. *Psykhohiia i suchasnist*, (3), 69–74. [in Ukrainian].
10. Stark, E. (2007). *Coercive control: How men entrap women in personal life*. New York: Oxford University Press.

DOI 10.34132.mspc2025.01.08.26

Olena Faichuk
Anna Baranova

PSYCHOLOGICAL MECHANISMS OF DEPENDENT BEHAVIOR TOWARDS THE OFFENDER IN VICTIMS OF DOMESTIC VIOLENCE

This paper provides a theoretical and methodological analysis of the psychological mechanisms of dependent behavior of victims of domestic violence towards the offender. Addiction is considered a complex psychological phenomenon that arises as a result of prolonged violence, stress, constant control and traumatic relationships that deform the self-esteem and self-identity of the individual. The role of the phenomenon of learned helplessness, protective mechanisms of the psyche and sociocultural factors that deepen addiction is outlined. The contribution of Ukrainian and foreign researchers to the study of the problem is analyzed, in particular, the need for an interdisciplinary approach to understanding and overcoming this phenomenon in the conditions of modern Ukraine is emphasized.

Keywords: domestic violence, addictive behavior, psychological trauma, mental health, victim of domestic violence.

Відомості про авторів / Information about Authors

Олена Файчук, кандидат педагогічних наук, доцент кафедри соціальної роботи, педагогіки і логопедії, Навчально-наукового медичного інституту, Чорноморського національного університету імені Петра Могили, м. Миколаїв, Україна. E-mail: e.l.fajchuk@ukr.net, orcid: <https://orcid.org/0000-0001-8889-0455>.

Olena Faichuk, Candidate of Pedagogical Sciences, Associate Professor of the Department of Social Work, Pedagogy and Speech Therapy of the Educational and Scientific Medical Institute of the Petro Mohyla Black Sea National University, Mykolaiv, Ukraine. E-mail: e.l.fajchuk@ukr.net, <https://orcid.org/0000-0001-8889-0455>.

Анна Баранова, студентка другого курсу першого (бакалаврського) освітнього рівня вищої освіти спеціальності «Соціальна робота» кафедри соціальної роботи, педагогіки і логопедії, Навчально-наукового медичного інституту, Чорноморського національного університету імені Петра Могили, м. Миколаїв, Україна. E-mail: anyab140306@gmail.com, orcid: <https://orcid.org/0009-0005-0595-5142>.

Anna Baranova, Bachelor's student in Social Work, Department of Social Work, Pedagogy and Speech Therapy, Educational and Scientific Medical Institute, Petro Mohyla Black Sea National University, Mykolaiv, Ukraine. E-mail: anyab140306@gmail.com, <https://orcid.org/0009-0005-0595-5142>.

© О. Файчук, А. Баранова
29.05.2025.

Стаття отримана редакцією

