

РЕЗУЛЬТАТИ ЕФЕКТИВНОСТІ ВПЛИВУ КОРЕКЦІЙНОЇ ПРОГРАМИ НА ПОСТРАЖДАЛИХ ВІД ДОМАШНЬОГО НАСИЛЬСТВА ЖІНОК

Попович Ярослава Олександрівна,

аспірантка кафедри психології та особистісного розвитку

Державного закладу вищої освіти

«Університет менеджменту освіти»;

психолог, тренер Israel Trauma Coalition,

Київського центру стресостійкості

<https://orcid.org/0000-0001-5533-0179>

У статті проаналізовано результати ефективності впровадження корекційної програми для постраждалих від домашнього насильства жінок, яка була створена у рамках дисертаційного дослідження, покликаного вивчити психологічні умови формування конструктивних копінгів, а також можливості корекційних заходів та супроводу представників визначеної категорії; для покращення вибору та психологічного благополуччя, що безперечно впливатиме на якість життя постраждалих.

Дослідження було спрямоване на попереднє вивчення та наступну стимуляцію конструктивних копінг-стратегій, показників життєстійкості, толерантності до невизначеності, а також коректних комунікаційних моделей поведінки й позитивного самоствавлення. Такі аспекти дають різносторонній підхід до формування когнітивного, афективного та конативного компонентів, що безпосередньо впливають на комплексне забезпечення у вирішенні поставленої задачі корекційної програми. Оскільки постраждалі мають деякі специфічні труднощі у використанні стратегій подолання, які залежать не тільки від їхнього бажання, а й специфіки психологічних особливостей формування особистості, необхідно було створити спеціальні корекційні заходи супроводу. Задля формування необхідних навичок, позитивного рефреймінгу, психоемоційної стабілізації, толерантності до невизначеності, покращення самоствавлення під час навчання відбувалася покрокова робота стимулювання наступної динаміки змін.

Програма дозволяє попередньо проаналізувати слабкі зони вибору тієї чи іншої поведінкової стратегії постраждалими жінками, що допомагає цілеспрямовано сфокусуватися на необхідних аспектах опрацювання та стимуляції, подекуди використовуючи реабілітаційні техніки та засоби. Різні компоненти програми дозволяють змінити деструктивні патерни на конструктивні, завдяки глибокому впливу, формуванню навичок та психологічному благополуччю жінок.

Ключові слова: корекційна програма, копінг-поведінка, постраждалі від домашнього насильства жінки, життєстійкість, толерантність до невизначеності, співзалежність, самоствавлення, ефективність корекційної програми, супровід.

Popovich Yaroslava. Results of the effectiveness of the correctional programme on women victims of domestic violence

The article analyses the results of the effectiveness of the implementation of a correctional programme for women victims of domestic violence, which was created as part of a dissertation study designed to study the psychological conditions for the formation of constructive coping, as well as the possibilities of corrective measures and support for representatives of this category; to improve choice and psychological well-being, which will undoubtedly affect the quality of life of victims.

The research was aimed at preliminary studying and subsequent stimulation of constructive coping strategies, indicators of resilience, tolerance to uncertainty, as well as correct communication behaviour and positive self-attitude. These aspects provide a multifaceted approach to the formation of cognitive, affective and conative components that directly affect the comprehensive provision of the correctional programme in solving the task. Since the victims have some specific difficulties in using coping strategies, which depend not only on their desire but also on the specific psychological characteristics of personality formation, it was necessary to create

special corrective support measures. In order to develop the necessary skills, positive reframing, psycho-emotional stabilisation, tolerance to uncertainty, and improved self-image, the students were given step-by-step training to stimulate the following dynamics of change.

The programme allows for a preliminary analysis of the weaknesses in the choice of a particular behavioural strategy by affected women, which helps to focus on the necessary aspects of processing and stimulation, sometimes using rehabilitation techniques and tools. The various components of the programme allow for the change of destructive patterns to constructive ones, thanks to the deep impact, skills development and psychological well-being of women.

Key words: *correctional programme, coping behaviour, women victims of domestic violence, resilience, tolerance to uncertainty, codependency, self-attitude, effectiveness of the correctional programme, support.*

Постановка проблеми. Останнім часом, особливо з початком повномасштабного вторгнення в Україну країни агресора росії, збільшилися випадки домашнього насильства. Сумну статистику надають різні джерела, в тому числі і державного інформування – Урядовий портал [1]. За отриманими порівняльними даними можемо розуміти, що вказані цифри, на жаль, не можуть бути об'єктивними, оскільки випадки домашнього насильства часто не реєструються за рахунок небажання постраждалими звертатися по допомогу, або ж допомога має ситуативний характер та не впливає загалом на складні обставини.

Державні програми, висвітлені на інтернет-сторінці Верховної Ради України [2] щодо роботи з постраждалими, створені відповідно холістичному підходу, включають різні аспекти – безпеки життя / здоров'я, соціальних, юридичних та психологічних компонентів. Незважаючи на запропонований пакет допомоги рівень насильства продовжує рости по негативній експоненті [1]. На нашу думку існує найбільша проблема – у психологічній складовій толерування насильства як такого, посиленій тривожності, співзалежних моделях поведінки та досить низького самоствавлення до себе у постраждалих жінок.

Для зміни копінг-поведінки у постраждалих від домашнього насильства з деструктивної на конструктивну потрібно врахувати не тільки потребу безпечного проживання, а й сформувані психологічний комфорт, необхідні навички саморегуляції; все те, що складатиме психологічне благополуччя жінок – впевненість у завтрашньому дні, достатній рівень життєстійкості, коректну паритетну взаємодію з близькими оточуючими та позитивне

самоствавлення. Шлях корекції та супроводу досить складний і довготривалий, та він вартий зусиль у боротьбі за здорове існування жінок (позаяк і їхніх дітей / родин), оскільки їхній комфорт впливає на поведінкові патерни наступних поколінь та продовження моделей сімейної взаємодії.

Метою дослідження є аналіз отриманих результатів відповідей групи учасників корекційної програми для постраждалих від домашнього насильства жінок за комплексом обраних методик.

Результати дослідження. Вивченню психологічних аспектів копінг-поведінки як такої у подоланні складних обставин життя присвячували свої праці науковці та практики О. Бондарчук, Л. Карамушка, С. Максименко, Т. Титаренко [3; 4; 5]. Завдяки відкриттю поняття психології стресу та впливу його на життєдіяльність останніми роками висвітлювали у своїх роботах висновки та припущення вчені-практики Дж. Герман, Г. Громова, Б. Колк, В. Олефір, Т. Яблонська [6; 7; 8; 9; 10] та ін. Особливої уваги щодо роботи з постраждалими від домашнього насильства заслуговують праці Дж. Герман [6], яка безпосередньо багато років працювала у сфері допомоги і реабілітації даної категорії жінок.

Аналіз отриманих даних у результатах опитування 51-ої постраждалої від домашнього насильства жінки за визначеними методиками: «Діагностики рівня самоствавлення» Я. Попович [11]; «Шкали інтолерантності до невизначеності» Н. Карлетона та ін., адаптовану Г. Громовою [7]; «Короткої версії тесту життєстійкості» В. Олефіра [9]; «Визначте ваш рівень співзалежності» Б. & Д. Уайнхолд, адапт. В. Лук'янець [12]; «Brief-COPE» Ч. Карвера, адаптованого Т. Яблонською та ін. [10] дозволив скласти загальне уявлення

про психологічну специфіку постраждалих та їхніх поведінкові патерни. На базі отриманих показників була розроблена корекційна програма формування конструктивної копінг-поведінки, яка мала на меті опрацювати слабкі сторони, або ж навіть сліпі зони поведінкових норм постраждалих жінок.

Завданням програми було опрацювати когнітивні, афективні та конативні компоненти копінг-поведінки засобами стимуляції, перепрацювання та поступової реабілітації наслідків складних життєвих обставин жінок, що значно вплинули на їхнє благополуччя. Важливими складовими у роботі реабілітаційного характеру виявилися визначені співзалежні моделі поведінки, які ускладнювали процес адаптації та автономній соціалізації постраждалих; значні показники інтолерантності до невизначеності впливали на неготовність гнучко адаптуватися та переналаштовуватися на зміни у житті; негативне самоствавлення заважало сприймати позитивні сторони та бути готовими переосмислювати попередній досвід. Усі наведені складові суттєво сприяли вибору тих чи інших копінг-стратегій у складних викликах для постраждалих жінок.

Створена програма складалася із трьох покрокових модулів, на меті кожного було не тільки формування необхідних навичок життєстійкості, а й майбутньої стимуляції позитивного рефреймінгу, конструктивних вчинків та ефективної діяльності постраждалих жінок.

Участь у корекційній програмі брали 11 представниць визначеної категорії експериментальної групи постраждалих від домашнього насильства жінок та 11 учасниць контрольної групи, також постраждалих від домашнього насильства, які не були у програмі. Вік учасниць від 19 до 54 років.

Експеримент здійснювався на базі Київського центру стресостійкості, який започаткувала очільниця управління гендерної рівності Департаменту соціальної політики КМДА Т. Гузенко [13]. Даний центр спеціалізується на програмах психоедукації, тренінгів та індивідуальної / групової роботи, оскільки є тренінговою платформою навчання різних фахівців, а також представників критичної інфраструктури

міста Києва. Завдяки наданим можливостям та забезпеченню всіма необхідними матеріалами було впроваджено розроблену програму протягом 2023–2024 року.

Аналіз результатів дослідження. Проведений навчально-тренінговий комплекс корекційної програми дозволив покращити показники експериментальної групи, підтвердженням тому було порівняння обраних нами значимих даних результатів опитування до та після експерименту за визначеним комплексом методик.

Розглянемо деталізовані показники відповідей на питання опитувальників за значимим результатом:

«Діагностика рівня самоствавлення»: у вхідних даних на бажання догодити іншим дали схвальну відповідь 63,6% учасниць, що вказує на зовнішнє фокусування та сприйняття себе через служіння іншим (часто така поведінка свідчить про занижене самоствавлення, визначення пріоритетів не для себе). У результаті участі у програмі бачимо динаміку зниження до 45,5%, що безперечно вказує на успішний результат, зважаючи на специфіку досліджуваних. Засмучення невдачами перед початком навчання відзначали 54,5%, наприкінці навчання вже 45,5%, що вказує на зміну ставлення до негативних сторін життя, готовності переосмислювати та приймати також від'ємну реальність. Цікавими показниками учасниць виявилися у відчутті сором'язливості та скутості, до – 45,5%, після – 27,3%, що підтверджує позитивну динаміку участі у програмі, тобто зниження напруги даних аспектів сигналізують на розслаблення та адаптацію. Агресію з боку інших обирали у відповідях 72,7% на початку, та вже 45,5% наприкінці, отримана різниця свідчить про зміну внутрішнього відчуття ворожості зовнішнього світу до них, а отже більші можливості взаємодії, ймовірного комфорту від соціуму. Страх перед майбутнім мали до експерименту 36,4%, після – 27,3, хоча цей показник має невелику різницю, та проте дає також динаміку зниження травмуючого відчуття страху, що безперечно впливає на благополуччя. Неготові сприймати схвалення 63,6% учасниць до навчання, і 45,5% після, а отже змінилася довіра до підтримки за рахунок готовності приймати,

що є гарним сигналом трансформації з ізолюваного типу сприйняття до відкритого. Показники надано у таблиці 1.

Таблиця 1

Показники відповідей експериментальної групи на опитувальник «Діагностика рівня самоствавлення» Я. Попович до та після експерименту

Показник опитувальника за критерієм вибору «часто»	I зріз, до участі у програмі	II зріз, після участі у програмі
Бажання догодити іншим	63,6%	45,5%
Засмучують невдачі	54,5%	45,5%
Сором'язливі та скуті	45,5%	27,3%
Відчувають агресію з боку інших	72,7%	45,5%
Відчувають страх перед майбутнім	36,4%	27,3%
Схильні не вірити схваленню	63,6%	45,5%

«Шкала інтолерантності до невизначеності» дозволяє звернути увагу на деякі специфічні аспекти вибору постраждалими жінками до та після участі у програмі. Так невизначеність, що заважає жити повним життям у першому зрізі мала 36,4% відповідей, у другому зрізі 18,2%, що безперечно вказує на вплив роботи корекційних заходів, які значимо вплинули на результат. Таким чином, отримані показники свідчать про більшу толерантність до невизначеності, що є бажаним критерієм адаптивності і гнучкості у життєвих викликах. Бажання часто думати наперед, задля уникнення несподіванок, підтвердили у вхідних даних 36,4% опитуваних, а вже після навчання, у вихідних даних лише 27,3%. Такі показники допомагають свідчити про адаптивні процеси прийняття реальності у несподіваних обставинах. Непередбачувана подія, що може все зіпсувати, навіть при відмінному плануванні, є індикатором готовності трансформувати власні плани, через призму змін. У виборі жінками перед навчанням мали часту перевагу 54,5%, а ось після участі у програмі лише 18,2%, що підтверджує зміни у виборі завдяки розумінню процесів прийняття неідеальної реальності та готовності до викликів обставин, незалежних від побажань. «Коли я невпев-

нена, я не можу нормально функціонувати» – такий показник з однієї сторони говорить про самоствавлення, а з іншої підкреслює відношення до невизначеності як інтолерантність. Постраждали від домашнього насильства жінки у першому зрізі значною мірою обрали цей критерій 36,4%, у другому зрізі він вже змінився на менший 27,3%, хоча і не показав значної динаміки, та все ж сигналізує про деякі зміни. Сумніви, що можуть перешкоджати діям обрали перед початком навчання 36,4% учасниць, наприкінці ж лише 18,2%. Отриманий результат тішить своїми змінами, оскільки сумніви є прихованими керманічами поведінкових патернів, що часто заважають рухатися уперед, досягати успіху за будь-яких перешкод; зменшення ж сумнівів значно розширюють можливості. Отримані показники висвітлено у нижченаведеній таблиці 2.

Таблиця 2

Показники відповідей експериментальної групи на опитувальник «Шкала інтолерантності до невизначеності» Н. Карлетона в укр. адаптації Г. Громової та ін., до та після експерименту

Показник опитувальника за критерієм «значної міри типовості»	I зріз, до участі у програмі	II зріз, після участі у програмі
Невизначеність заважає жити повним життям	36,4%	18,2%
Слід завжди думати наперед, аби уникати несподіванок	36,4%	27,3%
Навіть при відмінному плануванні незначна непередбачувана подія може все зіпсувати	54,5%	18,2%
Коли я непевна, я не можу нормально функціонувати	36,4%	27,3%
Найменший сумнів може перешкодити мені діяти	36,4%	18,2%

Питання опитувальника «Коротка версія тесту життєстійкості» допомагають звернути увагу на значимі акценти у відповідях постраждалих від домашнього насильства жінок. Впевненість у власних рішеннях переважно позитивно обрали перед

початком експерименту лише 9,1 відсоток групи, що вказує на низький показник, проте вже після пройденого навчання за корекційною програмою він змінився до 45,5%, що стало доказом ефективності проведеної роботи. Наступне питання, що звернуло на себе увагу у відповідях жінок до навчання, було час від часу відчуття марності дій; якщо до експерименту 45,5% визнавали його скоріше таким, то наприкінці лише 18,2% підтверджували цей критерій. Отримана відмінність вселяє віру, а також є доказом гнучкості та трансформації негативного сприйняття у позитивне під дією роботи над собою. Уявлення про життя, що проходить повз відзначили як скоріше таким у першому зрізі 54,5% досліджуваних, у другому вже було значно менше – 9,1%. Отримані дані свідчать про ефективність розробленої та впровадженої програми, змінивши дисоційований від активності сприйняття життя показник на переважну участь. Наступний показник, який звернув на себе увагу – це усвідомлення часом марності зусиль: до початку експерименту – 63,6%, після – 18,2%. Отже, цей показник також зазнав змін під дією участі у програмі, посилюючи залученість у сприйняття відгуку на власні зусилля як на факт кроків як таких на шляху досягнення мети, а не негативно-відстороненого. Структуровано можна подивитися на отримані дані у таблиці 3.

Опитувальник «Визначте ваш рівень співзалежності» допомагає виявити при-

сутність співзалежних моделей поведінки, що досить часто супроводжують поведінку постраждалих від домашнього насильства жінок. Серед відповідей на питання відзначилися показники заперечення / зміни правди про почуття чи поведінку інших людей, як бажання згладити чи виправдати, закрити очі на реальне проявлення. У першому зрізі визнали часту готовність до заперечення / зміни правди 54,5% опитуваних, проте вже після участі у експериментальній програмі відсоток змінився до 18,2, що свідчить про переосмислення та готовність дивитися «правді у вічі» переважної більшості. Складнощі у прийнятті рішень часто мали перед програмою 45,5% жінок, після навчання відсоток змінився до 9,1. Такі дані показують значний розрив між першим та другим показниками, який є ймовірним підтвердженням успіху проведеної роботи у програмі для постраждалих і означає готовність брати на себе відповідальність, намагатися шукати власне бачення перспективи, на яке буде докладено зусилля, що підтвердить обране вірне рішення. Схильність поклатися на те, як роблять інші, небажання діяти самостійно підтверджує часту стратегію поведінки постраждалих жінок, оскільки за тих чи інших обставин такий вибір стає звичкою покори та безпорадності. Причин такої поведінці є багато, серед яких нерідко є роль кривдника / кривдників у придушенні ініціативи постраждалих жінок задля контролю та керування, знецінення значення голосу та вибору останньої. У відповідях до участі у програмі такий вибір часто визначили 45,5%, після 18,2%, чим підтвердили не тільки ефективність пройдених занять, а й небезнадійність трансформації набутих звичок з негативних у позитивні. Унікають позиції відповідальності часто, або ж навпаки намагаються контролювати до навчання підтвердили 54,5% учасниць, а вже після лише 36,4. Така отримана динаміка, хоч і не надто великою відмінністю, все ж підкреслює значення роботи з постраждалими і наступний вплив на якість життя. Відповідальність за власне життя дасть можливість рухатися до незалежної позиції, а відтак і конструктивної поведінки. Показники описаних вище даних наведено у таблиці 4.

Таблиця 3

Показники відповідей експериментальної групи на опитувальник «Коротка версія тесту життєстійкості» В. Олефіра до та після експерименту

Показник опитувальника за критерієм переважної згоди	I зріз, до участі у програмі	II зріз, після участі у програмі
Завжди впевнена у власних рішеннях	9,1%	45,5%
Часом все, що я роблю, здається мені марним	45,5%	18,2%
Мені здається, життя проходить повз мене	54,5%	9,1%
Часом мені здається, що всі мої зусилля марні	63,6%	18,2%

Таблиця 4

Показники відповідей експериментальної групи на опитувальник «Визначте ваш рівень співзалежності» Б. та Д. Уайнхолд в укр. адаптації В. Лук'янець, до та після експерименту

Показник питань опитувальника за частим використанням	I зріз, до участі у програмі	II зріз, після участі у програмі
Заперечую або змінюю правду про почуття чи поведінку інших людей	54,5%	18,2%
Важко приймати рішення	45,5%	9,1%
Схильна поклатися на те, як роблять інші, ніж діяти самостійно	45,5%	18,2%
Завжди намагаюсь контролювати, або ж, навпаки, уникаю позиції відповідальності	54,5%	36,4%

Опитувальник «Brief-COPE» дозволив розширити бачення вибору постраждалими жінками стратегій подолання складних обставин життя. Звернімо увагу на найбільш значні результати у відповідях опитуваних: зверталися до роботи чи іншої діяльності, щоб відволіктися від думок, пов'язаних зі складною подією до участі у програмі 36,4% (що є стратегією уникання, неготовності вирішувати проблеми), а вже після участі готові були уникати лише 18,2%. Такий результат підтверджує зміни у баченні викликів жінками, змінює деструктивну звичку формулюючи у більшості конструктивну. Наступним питанням, що свідчить про значний результат, було вибором отримувати допомогу та поради від інших людей; часто у постраждалих від домашнього насильства буває ворожа налаштованість на втручання, значна стигматизація у отриманні послуг соціальної сфери, зневіра. До початку навчання готові були отримувати допомогу лише 9,1%, а вже після – 45,5% опитуваних. Як бачимо рівень довіри змінився, що підтверджує позитивну динаміку завдяки пройденим заняттям. Підвищена довіра змінить стан не тільки готовності звертатися по допомогу, а й буде гарним прикладом у подоланні стигматизації комплексних послуг постраждалим: як психологів, соціальних працівників, так і представників юридично-правової сфери, що в свою чергу покращить взаємодію надавачів

та споживачів. Наступне планування стратегії подальших дій є однією з важливих кроків подолання, оскільки допомагає сформулювати загальну покрокову картину виходу із скрутного положення. Перед початком участі у програмі схильні були продумувати подальшу стратегію лише 9,1% опитуваних, а вже після – 63,6%, і це є одним із найдинамічніших результатів, вочевидь позитивно провокуючих звернути увагу на користь планування, аналізу та структурування майбутньої перспективи подолання. Деяко менше змін зазнали показники прийняття реальності, усвідомлення проблеми, які до навчання вибрали як зазвичай використовувані – 36,4%, після – 63,6. Так, різниця не на стільки значна, та вона також завдяки зміні підтверджує ефективність сприйняття реальності, готовності дивитися безпосередньо на проблему, для майбутнього вирішення. Емоційному відреагуванню, вираженню негативних почуттів схильні були до участі у корекційній програмі 45,5% жінок; після роботи з формування навичок контролю, усвідомленому емоційному відображенню такі негативні аспекти визнавали вже 9,1% учасниць. Дані показники свідчать про значний прогрес контрольованих реакцій, або ж зниження посиленого реагування завдяки отриманим технікам самостабілізації, що і було підтверджено. Узагальнені дані за опитувальником можна переглянути в таблиці 5.

Таблиця 5

Показники відповідей експериментальної групи на опитувальник «Brief-COPE» Ч. Карвера, адаптованого Т. Яблонською та ін, до та після експерименту

Показник питань опитувальника за критерієм вибору зазвичай у діяльності	I зріз, до участі у програмі	II зріз, після участі у програмі
Зверталася до роботи чи іншої діяльності, щоб відволіктися від думок	36,4%	18,2%
Отримувала допомогу та поради від інших людей	9,1%	45,5%
Намагалася продумати стратегію своїх подальших дій	9,1%	63,6%
Приймала реальність того, що це сталося	36,4%	63,6%
Виразжала негативні почуття	45,5%	9,1%

Висновки. Проаналізувавши результати впливу корекційної програми ми отримали значні зміни у відповідях постраждалих від домашнього насильства жінок, що підтвердило ефективність розробленого психоедукаційного матеріалу, вправ та способів стимуляції конструктивного вибору й поведінки. Так, значних змін зазнали питання, що визначають самоствалення, інтолерантність до

невизначеності, життєстійкість та вибір копінг-поведінки.

Дані, що були виявлені, свідчать про можливість у роботі з постраждалими не тільки за рахунок використання корекційної програми, а й можуть бути корисними у наступних дослідженнях, розробках науковців-практиків психології, соціальної сфери та навчальних програм для надавачів послуг цій категорії жінок.

ЛІТЕРАТУРА:

1. Офіційний державний інтернет-ресурс: *Урядовий портал*. URL: <https://www.kmu.gov.ua/news/kilkist-vypadkiv-domashnoho-nasylstva-zrosla-na-20-mvs-ta-parlament-pratsiuiut-nad-posylenniam-vidpovidalnosti>.
2. Офіційний державний інтернет-ресурс: *Верховна Рада України*. URL: <https://zakon.rada.gov.ua/laws/show/z1568-21#Text>.
3. Бондарчук О. І., Карамушка Л. М. Психологічне здоров'я особистості в умовах війни і повоєнний час (Україна-Польща-Ізраїль) для освітян та психологів. *Вісник НАПН України*. 2023. Вип. 5, ч. 1. С. 1–4. <https://doi.org/10.37472/v.naes.2023.5134/>.
4. Максименко С. Д. *Генетико-креативний підхід: діяльнісне опосередкування особистісного розвитку* : монографія / С. Д. Максименко, С. П. Яланська. К. : Вид-во Людмила, 2021. 524 с.
5. Титаренко Т. М. *Випробування кризою. Одиссея подолання* : навч. посібник для закладів вищої освіти. 3-є вид., доповнене. Київ : Каравела, 2021. 248с.
6. Герман Дж. *Травма та шлях до видужання. Наслідки насильства – від знущань у сім'ї до політичного терору*. Львів : Видавництво Старого Лева, 2021. 424 с.
7. Громова Г. М. Інструменти вимірювання толерантності до невизначеності. Адаптація тесту «Шкала інтолерантності до невизначеності» Н. Карлетона. *Наукові студії із соціальної та політичної психології*. 2021. Вип. 47, ч. 50. С. 115–130. [https://doi.org/10.33120/ssj.vi47\(50\).217](https://doi.org/10.33120/ssj.vi47(50).217).
8. Колк Б. ван дер. *Тіло веде лік. Як лишити психотравми в минулому*. Київ : Vivat, 2023. 624 с.
9. Олефір В. О., Кузнецов М. А., Павлова А. В. Коротка версія тесту життєстійкості. *Вісник Харківського національного педагогічного університету імені Г. С. Сковороди. Психологія*. 2013. Вип. 45, ч. 2, С. 158–165. URL: http://nbuv.gov.ua/UJRN/VKhnpu_psykhol_2013_45%282%29__22.
10. Яблонська Т., Верник О., Гайворонський Г. Українська адаптація опитувальника Brief-COPE. *Інсайт: психологічні виміри суспільства*, 2023. Вип. 10, С. 66–89. <https://doi.org/10.32999/2663-970X/2023-10-4>.
11. Попович Я. О. Формування у учасників освітнього процесу нульової толерантності до домашнього насильства. Аспект самоствалення. *Матеріали III міжнародного наукового форуму «Адаптивні процеси в освіті»* (Київ, Харків, Спокан, Флорида, 7-8 лютого 2024 р.) : С. 177–180. URL: https://adaptive.org.ua/wp-content/uploads/2024/03/%D0%A4%D0%9E%D0%A0%D0%A3%D0%9C_%D1%82%D0%B5%D0%B7%D0%B8_2024-1.pdf.
12. Лук'янець В. В. Особистісні та сімейні кореляти батьківського вигорання жінок в часи війни. *Кваліфікаційна робота Лук'янець В.В.* К., 2023. С 44, 103–106. URL: <https://ir.library.knu.ua/items/b99d159e-bcbc-4ae2-8f98-dbfdfb29573d/full>.
13. Офіційний державний портал: *Київська міська державна адміністрація (КМДА)*. URL: https://kyivcity.gov.ua/kyiv_ta_miska_vlada/genderna_politika_438817/guzenko_tetyana_andrivna_438833/.

REFERENCES:

1. Ofitsiyni derzhavnyi internet-resurs: Uriadovyi portal [Official state Internet resource: Government portal]. Retrieved from: <https://www.kmu.gov.ua/news/kilkist-vypadkiv-domashnoho-nasyilstva-zroslo-na-20-mvs-ta-parlament-pratsiuiut-nad-posylenniam-vidpovidalnosti> [in Ukrainian].
2. Ofitsiyni derzhavnyi internet-resurs: Verkhovna Rada Ukrainy [Official state Internet resource: Verkhovna Rada of Ukraine]. Retrieved from: <https://zakon.rada.gov.ua/laws/show/z1568-21#Text> [in Ukrainian].
3. Bondarchuk, O.I., & Karamushka, L.M. (2023). Psykholohichne zdorovia osobystosti v umovakh viiny i povoiennyi chas (Ukraina-Polshcha-Izrail) dlia osvitan ta psykholohiv [Psychological health of the individual in war and post-war period (Ukraine-Poland-Israel) for educators and psychologists]. *Visnyk NAPN Ukrainy*, 5 (1), 1–4. <https://doi.org/10.37472/v.naes.2023.5134/> [in Ukrainian].
4. Maksymenko, S.D. (2021). *Henetyko-kreatyvnyi pidkhid: diialnisne oposeredkuvannia osobystisnoho rozvytku [Genetic-creative approach: activity mediation of personal development]*: monohrafiia. K.: Vyd-vo Liudmyla [in Ukrainian].
5. Tytarenko, T.M. (2021). *Vyprobuvannia kryzoiu. Odisseia podolannia [Tested by the crisis. The odyssey of overcoming]*. 3-ye vyd., dopovnene. Kyiv: Karavela [in Ukrainian].
6. Herman, Dj. (2021). *Travma ta shliakh do vyduzhannia. Naslidky nasyilstva – vid znushchan u simi do politychnoho teroru [Trauma and the path to recovery. The consequences of violence – from domestic abuse to political terror]*. Lviv: Vydavnytstvo Staroho Leva [in Ukrainian].
7. Hromova, H.M. (2021). Instrumenty vymiriuvannia tolerantnosti do nevyznachenosti. Adaptatsiia testu «Shkala intolerantnosti do nevyznachenosti» N. Karletona [Tools for measuring uncertainty tolerance. Adaptation of the Uncertainty Intolerance Scale test by N. Carleton]. *Naukovi studii iz sotsialnoi ta politychnoi psykholohii*, 47 (50), 115–130. [https://doi.org/10.33120/ssj.vi47\(50\).217](https://doi.org/10.33120/ssj.vi47(50).217) [in Ukrainian].
8. Kolk, B. van der. (2022). *Tilo vede lik. Yak lyshyty psykhotravmy v mynulomu [The body keeps score. How to leave psychological trauma in the past]*. Kyiv: Vivat [in Ukrainian].
9. Olefir, V.O., Kuznietsov, M.A., & Pavlova, A.V. (2013). Korotka versiia testu zhyttiistiikosti [Short version of the vitality test]. *Visnyk Kharkivskoho natsionalnoho pedahohichnoho universytetu imeni H. S. Skovorody. Psykholohiia*, 45 (2), 158–165. Retrieved from: http://nbuv.gov.ua/UJRN/VKhnpu_psykhol_2013_45%282%29__22 [in Ukrainian].
10. Yablonska, T., Vernyk, O., & Haivoronskyi, H. (2023). Ukrainaska adaptatsiia opytuvalnyka Brief-COPE [Ukrainian adaptation of the Brief-COPE questionnaire]. *Insait: psykholohichni vymiry suspilstva*, 10, 66–89. <https://doi.org/10.32999/2663-970X/2023-10-4> [in Ukrainian].
11. Popovych, Y.O. (2024). Formuvannia u uchasykiv osvitnoho protsesu nulovoi tolerantnosti do domashnoho nasyilstva. Aspekt samostavlennia [Formation of zero tolerance to domestic violence among participants of the educational process. The aspect of self-attitude]. *Materialy III mizhnarodnoho naukovofo forumu «Adaptyvni protsesy v osviti»* (Kyiv, Kharkiv, Spokan, Floryda, 7-8 liutoho 2024 r.). K.: 177–180. Retrieved from: https://adaptive.org.ua/wp-content/uploads/2024/03/%D0%A4%D0%9E%D0%A0%D0%A3%D0%9C_%D1%82%D0%B5%D0%B7%D0%B8_2024-1.pdf [in Ukrainian].
12. Lukianets, V.V. (2023). Osobystisni ta simeini koreliaty batkivskoho vyhorannia zhinok v chasy viiny. Kvalifikatsiina robota Lukianets V.V. [Personal and family correlates of parental burnout in women during the war. Qualification work by Lukianets V.V.] K., 44, 103–106. Retrieved from: <https://ir.library.knu.ua/items/b99d159e-bcbc-4ae2-8f98-dbfdfb29573d/full> [in Ukrainian].
13. Ofitsiyni derzhavnyi portal: Kyivska miska derzhavna administratsiia (KMDA) [Official state portal: Kyiv City State Administration]. Retrieved from: https://kyivcity.gov.ua/kyiv_ta_miska_vlada/genderna_politika_438817/guzenko_tetyana_andrivna_438833/ [in Ukrainian].