

**МІНІСТЕРСТВО ОСВІТИ І НАУКИ УКРАЇНИ
ЗАХІДНОУКРАЇНСЬКИЙ НАЦІОНАЛЬНИЙ УНІВЕРСИТЕТ
СОЦІАЛЬНО-ГУМАНІТАРНИЙ ФАКУЛЬТЕТ**

Кафедра психології та соціальної роботи

КАСЯНЧУК Зоряна Олександрівна

**Соціальна адаптація та реабілітація жертв домашнього насильства
/ Social adaptation and rehabilitation of domestic violence victims**

Освітній рівень: перший (бакалаврський)

Освітньо-професійна програма «Соціальна робота»

Спеціальність 231 Соціальна робота

Галузь знань 23 Соціальна робота

Виконала:

студентка групи СР-41

Касянчук Зоряна Олександрівна

Перевірила: к.екон.н., доц.,

Миколюк Світлана Миколаївна

Тернопіль – 2025

ЗМІСТ

ВСТУП	4
РОЗДІЛ 1. ТЕОРЕТИЧНІ АСПЕКТИ СОЦІАЛЬНОЇ АДАПТАЦІЇ ТА РЕАБІЛІТАЦІЇ ЖЕРТВ ДОМАШНЬОГО НАСИЛЬСТВА.....	6
1.1. Визначення домашнього насильства: види, причини та наслідки для жертв.....	6
1.2. Теоретичні основи соціальної адаптації жертв домашнього насильства.....	9
1.3. Проблеми реабілітації жертв домашнього насильства: психологічні та соціальні аспекти.....	11
Висновки до розділу 1.....	15
РОЗДІЛ 2. МЕТОДИ СОЦІАЛЬНОЇ АДАПТАЦІЇ ТА РЕАБІЛІТАЦІЇ ЖЕРТВ ДОМАШНЬОГО НАСИЛЬСТВА.....	17
2.1. Роль соціальних працівників у процесах адаптації та реабілітації.....	17
2.2. Психологічні методи реабілітації жертв домашнього насильства.....	20
2.3. Юридичні та соціальні послуги для жертв домашнього насильства.....	24
Висновки до розділу 2.....	28
РОЗДІЛ 3. ЕМПІРИЧНЕ ДОСЛІДЖЕННЯ СОЦІАЛЬНОЇ АДАПТАЦІЇ ТА РЕАБІЛІТАЦІЇ ЖЕРТВ ДОМАШНЬОГО НАСИЛЬСТВА.....	30
3.1. Оцінка ефективності програм реабілітації та адаптації для жертв домашнього насильства.....	30
3.2. Вивчення факторів, що впливають на успішність адаптації жертв	

домашнього насильства.....	32
3.3. Проблеми та бар'єри, з якими стикаються жертви домашнього насильства у процесі реабілітації.....	35
Висновки до розділу 3.....	37
ВИСНОВКИ.....	39
СПИСОК ВИКОРИСТАНОЇ ЛІТЕРАТУРИ.....	41
ДОДАТКИ.....	44
Додаток А.....	45

ВСТУП

Актуальність теми. Домашнє насильство є однією з найбільш поширених форм порушення прав людини, яка має глибокі соціальні, психологічні та правові наслідки. В умовах сучасної України ця проблема особливо загострюється через економічну нестабільність, збройний конфлікт та зростання соціальної напруги. Жертьви домашнього насильства часто залишаються без належної підтримки, що ускладнює їхнє повернення до повноцінного життя. У зв'язку з цим питання ефективної соціальної адаптації та реабілітації постраждалих осіб набуває особливої актуальності. Важливу роль у цьому процесі відіграють соціальні працівники, які забезпечують комплексну допомогу, сприяють захисту прав та інтеграції жертьв у суспільство. Тому дослідження даної теми є важливим кроком до вдосконалення системи соціальної підтримки та забезпечення гідного життя кожної людини.

Дослідження цієї теми дає змогу не лише глибше зрозуміти механізми впливу домашнього насильства на людину, а й сприяє вдосконаленню соціальних служб, розробці дієвих програм реабілітації та адаптації. Особливої уваги заслуговують наукові підходи до вивчення цього явища, запропоновані такими дослідниками, як І. М. Бойко, Т. С. Лук'яненко, Н. С. Алексєєва, Л. І. Ковальчук, І. Є. Конєва, О. М. Лисенко, А. А. Гуралюк, Н. І. Максимова, І. Ф. Денисюк, які розкривають соціально-психологічні аспекти домашнього насильства, механізми подолання травматичного досвіду, а також шляхи соціального включення жертьв у повноцінне життя.

Крім того, проблема домашнього насильства відображена і в літературному контексті, де вона постає як глибоко особисте й водночас соціальне явище. Зокрема, у творах О. Теліги порушуються теми пригнічення, страждань, психологічного болю, що виникають унаслідок насильства в родині. Її літературні образи відображають внутрішній світ жертьв, її боротьбу за

гідність і свободу, що поглиблює розуміння цієї проблематики і з художнього, і з гуманістичного боку.

Таким чином, обрана тема є надзвичайно актуальною як у науковому, так і в суспільно-гуманітарному контексті, а її вивчення є важливим кроком до вдосконалення системи соціальної підтримки та забезпечення гідного життя кожної людини.

Об'єкт дослідження - соціальна адаптація та реабілітація жертв домашнього насильства як процеси соціальної допомоги та підтримки.

Предмет дослідження - психологічні, соціальні та юридичні аспекти адаптації та реабілітації жертв домашнього насильства та роль соціальних працівників у цих процесах.

Метою дослідження є комплексний аналіз процесів соціальної адаптації та реабілітації жертв домашнього насильства, вивчення ефективності методів, які застосовуються у практиці соціальної роботи, а також виявлення факторів, що впливають на успішність інтеграції постраждалих осіб у суспільство.

Завдання дослідження:

- 1) визначити види домашнього насильства та наслідки для жертв;
- 2) проаналізувати теоретичні основи соціальної адаптації постраждалих;
- 3) оцінити роль соціальних працівників і психологічних методів у реабілітації;
- 4) вивчити ефективність існуючих програм реабілітації та фактори, що впливають на успіх адаптації.

Методологічною основою дослідження є системний підхід, що дозволяє комплексно вивчити процеси соціальної адаптації та реабілітації жертв домашнього насильства.

Апробація значення цього дослідження полягає в тому, що його результати мають практичну цінність для розвитку теоретичних і практичних аспектів соціальної роботи з жертвами домашнього насильства. Зокрема, висновки можуть бути застосовані для покращення навчальних програм для

соціальних працівників, психологів і юристів, які займаються підтримкою постраждалих осіб.

РОЗДІЛ 1. ТЕОРЕТИЧНІ АСПЕКТИ СОЦІАЛЬНОЇ АДАПТАЦІЇ ТА РЕАБІЛІТАЦІЇ ЖЕРТВ ДОМАШНЬОГО НАСИЛЬСТВА

1.1. Визначення домашнього насильства: види, причини та наслідки для жертв

Домашнє насильство є складним соціально-психологічним явищем, що вражає не лише окрему особу, але й має деструктивний вплив на функціонування сім'ї як соціального інституту. Визначення і розуміння цього явища потребує міждисциплінарного підходу, що охоплює соціологію, психологію, юриспруденцію та медицину.

За визначенням Всесвітньої організації охорони здоров'я, домашнє насильство - це «будь-який акт фізичного, сексуального, психологічного чи економічного насильства, який здійснюється в родині або між партнерами й має наслідком шкоду фізичному або психічному здоров'ю, розвитку або гідності особи». В Україні поняття домашнього насильства закріплено в Законі «Про запобігання та протидію домашньому насильству», де воно розглядається як умисні дії одного члена сім'ї щодо іншого, які порушують права і свободи людини [1].

На думку українського психолога І. М. Бега, домашнє насильство має багатовимірний характер і проявляється у різних формах, що мають як відкритий, так і латентний (прихований) характер. У законодавстві України виділяють чотири основні форми насильства: 1) фізичне; 2) психологічне; 3) економічне; 4) сексуальне [1].

Фізичне насильство це безпосереднє нанесення тілесної шкоди: побої, штовхання, удари, спричинення болю чи травм. Фізичне насильство часто супроводжується не лише тілесними ушкодженнями, а й руйнуванням особистої гідності жертви.

Психологічне насильство включає образи, погрози, шантаж, приниження, ізоляцію від соціуму. Цей тип насильства поступово руйнує самооцінку особи, формує відчуття безпорадності, емоційну залежність і може мати довготривалі негативні наслідки для психічного здоров'я, включаючи депресію, тривожні розлади та посттравматичний стресовий розлад (ПТСР).

Економічне насильство проявляється в обмеженні доступу до фінансів, забороні працювати чи навчатись, привласненні доходів.

Сексуальне насильство це примус до статевих контактів без згоди, а також сексуальні дії щодо неповнолітніх.

Причини домашнього насильства мають соціокультурну, економічну й психологічну природу. Один із головних чинників це патріархальна модель родини, в якій чоловік виступає носієм влади, а жінка об'єктом контролю. Іншими поширеними чинниками є:

- економічна залежність жінки від партнера;
- відсутність ефективних механізмів захисту від насильника;
- страх втратити житло чи дітей;
- відчуття провини або сорому за ситуацію насильства.

Наслідки насильства відзначаються високим ступенем тяжкості і стосуються всіх сфер життєдіяльності жертви:

- фізичні наслідки: травми, хронічні захворювання, втома, гінекологічні порушення;

- психологічні: ПТСР, депресія, суїцидальні думки, тривожні розлади;

-соціальні: ізоляція, втрата соціальних зв'язків, деградація контактів з оточенням, стигматизація;

-економічні: втрата роботи, житла, фінансових ресурсів, залежність від державної чи благодійної допомоги [7].

В Україні наразі функціонують різноманітні інституції, які надають допомогу жертвам домашнього насильства. Серед них кризові центри, шелтери, соціальні служби, а також мобільні бригади соціально-психологічної допомоги.

Важливу роль у цьому процесі відіграють юристи, психологи та соціальні працівники, які забезпечують всебічну підтримку потерпілим [18].

З метою надання допомоги жертвам насильства в Україні існують різноманітні механізми підтримки, які детально представлені у таблиці (табл. 1.1.).

Таблиця 1.1.

Механізм допомоги жертвам домашнього насильства

Механізм допомоги	Опис
Кризові центри	Організації, що надають тимчасове житло, психологічну підтримку та соціальну допомогу.
Юридична допомога	Послуги, що включають консультації з юристами, правовий супровід у судових процесах.
Мобільні бригади	Підтримка на місці: соціально-психологічна допомога, надання першочергової допомоги у кризових ситуаціях.
Шелтери	Притулки для тимчасового проживання, де жертви насильства можуть знайти безпеку та захист від агресора.

Ці механізми допомоги є важливими елементами в боротьбі з домашнім насильством, забезпечуючи жертвам не тільки юридичну та соціальну підтримку, але й психологічне відновлення.

1.2. Теоретичні основи соціальної адаптації жертв домашнього насильства

Домашнє насильство є однією із серйозних соціальних проблем, його теоретичні основи є об'єктом дослідження в галузі соціології, психології та інших наук.

Основні теоретичні категорії, які допомагають розуміти походження та природу домашнього насильства, включають: гендерну теорію, теорію властивості, психологічні теорії та теорії вибору [15].

Гендерна теорія розглядає домашнє насильство як проблему статевої нерівності та дисбалансу влади. Вона вказує на соціокультурні фактори, такі як стереотипи щодо ролей чоловіків і жінок у сім'ї, вплив гендерних уявлень на стосунки і поведінку, а також норми, які підтримують агресивну маскулінність та зневагу до жіночої самостійності.

Теорія властивості вказує на наявність непропорційної влади відносно однієї зі сторін. Вона підкреслює роль міжособистісної динаміки, де одна особа зловживає владою, контролюючи та підпорядковуючи іншу особу в сімейних відносинах. Цей підхід розглядає домашнє насильство як результат дисбалансу сил, що виникає в сімейній структурі.

Психологічні теорії зосереджуються на внутрішніх факторах, що сприяють насильству. Вони розглядають особистісні риси осіб, такі як агресивність, відсутність емпатії, проблеми зі стресом тощо. Ці теорії підкреслюють важливість чинників, що формують індивіда, в появі домашнього насильства.

Теорії вибору аналізують, як зовнішні фактори впливають на рішення особи продовжувати зловживати або залишатися в насильницьких відносинах. Вони зазначають, що деякі люди вибирають насильство як засіб контролю або підтримки влади, а інші можуть залишатися у таких стосунках через економічну залежність, страх або інші обставини [10, с. 100-110].

Розуміння теоретичних основ домашнього насильства дозволяє розвивати усвідомлення цього явища та сприяє створенню ефективних стратегій

запобігання та підтримки постраждалих. Враховуючи різноманітність факторів, що впливають на виникнення насильства, осмислення цієї проблеми потребує комплексного підходу та подальших міждисциплінарних досліджень.

Як писав В. О. Сухомлинський: *«Справжня людяність починається з дрібниць – з лагідного слова, співчуття, доброзичливості. Без цього немає морального виховання»*[22]. У цьому контексті домашнє насильство є повною протилежністю таким основам людяності та моралі.

Таблиця 1.2

Заходи протидії домашньому насильству на різних рівнях

Рівень	Заходи протидії
Спільнота	Свідомість, інформаційні кампанії, тренінги.
Органи влади	Розробка та виконання законів, поліцейські заходи.
Служби підтримки	Психологічна, медична, юридична допомога.

Домашнє насильство є складним соціальним явищем, яке виникає внаслідок взаємодії різних факторів і має глибокі теоретичні корені. Розглянемо деякі з основних теоретичних підходів до розуміння домашнього насильства як соціального явища:

- теорія соціального навчання за цією теорією, домашнє насильство розглядається як результат навчання. Насильник навчився насильству внаслідок свого оточення, досвіду та сприйняття насильства як норми. В цьому підході акцент робиться на вихованні та навчанні насильницьких поведінок;
- теорія контролю і потенційних конфліктів ця теорія стверджує, що домашнє насильство виникає тоді, коли контроль над ресурсами (наприклад, фінансами або соціальним статусом) є нерівним у сім'ї;

- теорія структурного функціоналізму згідно з цією теорією, домашнє насильство може виникати через дисфункціональні аспекти сімейної структури. Наприклад, стрес, низька соціальна підтримка та неправильне функціонування сім'ї можуть сприяти насильству;
- теорія патріархату і гендерної нерівності ця теорія визначає домашнє насильство як прояв гендерної дискримінації та нерівності. Вона стверджує, що насильство сприяє соціокультурним стереотипам і ролям статей, де чоловіки вважаються більш сильними і контролюючими, а жінки слабкими і підкореними;
- теорія стресу і кризи за цією теорією, домашнє насильство може бути наслідком стресових ситуацій або кризових подій у сім'ї, таких як безробіття, фінансові труднощі або проблеми зі здоров'ям;
- теорія індивідуальних факторів ця теорія акцентує на особистих характеристиках насильника, таких як психічний стан, агресивність, низька самоконтроль і наявність девіантних поведінкових моделей [20].

Таким чином, вивчення теоретичних аспектів домашнього насильства є важливим кроком у розробці ефективних стратегій його попередження та протидії. Застосування різноманітних теорій допомагає зрозуміти складність цього явища, виявити основні фактори, які сприяють його виникненню, та створити комплексні підходи до підтримки жертв насильства. Лише через глибоке розуміння природи домашнього насильства можна побудувати справедливі та дієві механізми для боротьби з цією проблемою на різних рівнях суспільства.

1.3. Проблеми реабілітації жертв домашнього насильства: психологічні та соціальні аспекти

Проблеми реабілітації жертв домашнього насильства мають багатогранний характер, охоплюючи як психологічні, так і соціальні аспекти, що спричиняють значні труднощі у відновленні постраждалих осіб. У процесі

реабілітації необхідно враховувати не лише психологічні травми, отримані під час насильства, але й соціальні бар'єри, які можуть виникати при спробах адаптуватися до нормального життя після пережитого.

Психологічні наслідки домашнього насильства для жертв є одними з найскладніших і найбільш тривалих. Жертви часто стикаються з такими психологічними проблемами, як посттравматичний стресовий розлад (ПТСР), тривога, депресія, низька самооцінка, відчуття безпорадності та безнадії. Відсутність підтримки в момент насильства, а також постійний страх і залежність від агресора можуть призвести до формування глибоких психічних проблем, які вимагають тривалої терапії [11].

Як зазначав Сигмунд Фрейд, травматичний досвід може «залишити на душі глибокі рани, що важко загоїти». Він підкреслював важливість роботи з психічними механізмами захисту, що дозволяють людині заперечувати або блокувати болісні спогади, але, в кінцевому підсумку, ці механізми можуть бути шкідливими, якщо травма залишається непережитою. Для жертв домашнього насильства цей механізм може сприяти формуванню хронічного стресу та тривожності, що заважає процесу одужання.

Для ефективної допомоги жертвам важливо використовувати різні підходи в терапії, зокрема когнітивно-поведінкову терапію (КПТ), яка допомагає змінити негативні думки та переконання, що сформувалися у постраждалих від насильства. КПТ може сприяти розвитку позитивного образу себе і здатності самостійно вирішувати проблеми. Інші підходи, як арт-терапія, йога або музична терапія, можуть бути корисними для відновлення емоційної рівноваги та зниження стресу.

Соціальні аспекти реабілітації не менш важливі, оскільки насильство не тільки завдає шкоди психологічно, але й створює значні соціальні бар'єри. Жертви домашнього насильства часто переживають соціальну ізоляцію, втрачають зв'язки з родиною та друзями, а також мають проблеми з соціальною адаптацією після пережитого насильства. Це відображає важливу роль

підтримки від громадських і соціальних інститутів, а також відновлення соціальних зв'язків [24].

З соціальної точки зору, реабілітація жертв домашнього насильства передбачає також юридичну підтримку. Підтримка у вигляді консультацій, захисту прав жертв і допомоги в процесі виходу з насильницьких відносин є важливими складовими соціальної реабілітації.

Проблеми реабілітації жертв домашнього насильства є складними і багатогранними. Вони вимагають комплексного підходу, що охоплює як психологічну, так і соціальну підтримку. Роль психологічної реабілітації полягає в допомозі у подоланні травм і відновленні внутрішньої рівноваги, а соціальна реабілітація допомагає постраждалим адаптуватися до нових соціальних умов. Тільки за допомогою комплексного підходу можна забезпечити ефективне відновлення постраждалих та їхню інтеграцію в суспільство, що є важливим кроком на шляху до відновлення повноцінного життя [27].

Таким чином, ефективна реабілітація жертв домашнього насильства вимагає врахування як психологічних, так і соціальних факторів. З метою узагальнення основних компонентів процесу відновлення, нижче подано таблицю, яка демонструє ключові фактори, що впливають на успішність реабілітації, а також відповідні шляхи їх подолання.

Таблиця 1.3

Ключові фактори ефективної реабілітації жертв домашнього насильства

Фактор	Опис проблеми	Шляхи вирішення	Очікуваний результат
Емоційна підтримка	Відсутність безпечного середовища та співчуття від	Надання психологічної допомоги, організація груп	Покращення емоційного стану, відчуття безпеки,

	оточення. Жертви почуваються покинутими.	підтримки, емоційно безпечний простір.	зменшення рівня тривоги.
Самооцінка	Низька віра в себе, внутрішнє звинувачення у насилстві, психологічна залежність.	Психотерапевтична робота, методи позитивної психотерапії, мотиваційне консультування.	Відновлення впевненості, підвищення самооцінки, готовність до самостійного життя.
Юридична Поінформованість	Жертви не знають своїх прав або бояться юридичних наслідків.	Безкоштовні юридичні консультації, правопросвітницькі заходи, супровід адвоката.	Підвищення правової грамотності, активна позиція у захисті себе.
Соціальна інтеграція	Ізоляція, страх стигматизації, розрив соціальних зв'язків.	Робота з соціальними працівниками, включення в громаду, участь у соціальних програмах.	Відновлення контактів, нові соціальні ролі, участь у житті громади.
Фінансова незалежність	Матеріальна залежність від агресора, відсутність житла чи роботи.	Допомога у працевлаштуванні, професійне навчання, тимчасове житло.	Фінансова стабільність, здатність до автономного життя без

			кривдника.
--	--	--	------------

Кожен з цих факторів є критично важливим для повернення особи до повноцінного життя, відновлення впевненості в собі, безпеки та незалежності. Спільна робота фахівців, громади та державних структур дозволяє створити умови для успішної адаптації та захисту постраждалих.

Висновки до розділу 1

1. Домашнє насильство є складним соціально-психологічним явищем, що негативно впливає на здоров'я та благополуччя жертв. Виникає через гендерні стереотипи, економічну залежність і патріархальні моделі родини. Існують різні форми насильства: фізичне, психологічне, економічне та сексуальне. Наслідки для жертв мають фізичний, психологічний, соціальний та економічний характер. Ефективна боротьба з домашнім насильством потребує міжвідомчої співпраці поліції, соціальних служб та громадських організацій.
2. Дослідження теоретичних аспектів домашнього насильства свідчить про його складну природу, що зумовлена впливом численних соціальних, психологічних та індивідуальних факторів. Усвідомлення цих чинників є фундаментом для розробки ефективних стратегій запобігання насильству та надання підтримки постраждалим. Для ефективної протидії проблемі необхідно застосовувати комплексний підхід, що охоплює рівні громади, органів влади та служб підтримки. Лише через глибоке теоретичне розуміння природи домашнього насильства можна створити дієві механізми для його подолання.
3. Реабілітація жертв домашнього насильства є багатогранним і складним процесом, що вимагає комплексного підходу, який охоплює як психологічні, так і соціальні аспекти. Психологічні наслідки насильства, зокрема посттравматичний стресовий розлад, депресія та тривога,

потребують тривалої терапевтичної роботи, зокрема за допомогою когнітивно-поведінкової терапії та альтернативних методів. Соціальні бар'єри, включаючи ізоляцію та труднощі адаптації, вимагають належної уваги, зокрема через відновлення соціальних зв'язків і надання юридичної підтримки. Тільки інтеграція психологічних і соціальних підходів у процес реабілітації здатна забезпечити ефективне відновлення постраждалих та їх успішну інтеграцію в суспільство, що є необхідною умовою для повернення до повноцінного життя.

РОЗДІЛ 2. МЕТОДИ СОЦІАЛЬНОЇ АДАПТАЦІЇ ТА РЕАБІЛІТАЦІЇ ЖЕРТВ ДОМАШНЬОГО НАСИЛЬСТВА

2.1. Роль соціальних працівників у процесах адаптації та реабілітації жертв домашнього насильства

Роль соціальних працівників у процесах адаптації та реабілітації жертв домашнього насильства є надзвичайно важливою, оскільки саме ці фахівці забезпечують комплексну підтримку та допомогу особам, які постраждали від насильства. Соціальні працівники здійснюють координацію між різними службами, надають психологічну підтримку, допомагають у відновленні соціальних зв'язків, а також займаються сприянням юридичним аспектам реабілітації[14, с. 148].

У процесі адаптації жертв домашнього насильства соціальні працівники виконують важливу роль у створенні умов для нормалізації соціальної функціональності осіб, що пережили насильство. Зокрема, вони працюють над відновленням самооцінки потерпілих, формуванням соціальних навичок для інтеграції в суспільство. Це може включати надання консультацій щодо адаптації до змін в особистому та соціальному житті, пошук ресурсів для житла, освіти, працевлаштування. Наприклад, у рамках роботи з особами, які залишили місце проживання через насильство, соціальні працівники можуть забезпечити доступ до тимчасового житла, підтримку в отриманні роботи чи освіти, що сприяє їхній адаптації до нових умов [12, с. 56-68].

Показовим прикладом може слугувати випадок, описаний у дослідженні української науковиці Ірини Зверєвої, яка вивчала практики соціальної допомоги жертвам домашнього насильства у центрі соціальних служб м. Києва. Один із кейсів стосувався жінки з двома дітьми, яка після багаторічного психологічного та фізичного насильства з боку чоловіка звернулася до центру. Соціальний працівник допоміг їй отримати тимчасове місце проживання у притулку, організував зустрічі з психологом, а також забезпечив супровід у справах щодо позбавлення чоловіка батьківських прав та оформлення соціальної допомоги. Протягом шести місяців жінка пройшла шлях від гострої

фази кризи до часткової стабілізації, знайшла нову роботу та повернулася до активного соціального життя.

Що стосується реабілітації, соціальні працівники займаються відновленням фізичного та психічного здоров'я жертв, здійснюючи інтервенцію на різних рівнях. Це включає організацію психотерапевтичних сеансів, взаємодію з медичними працівниками для надання необхідного лікування та реабілітаційних послуг.

Наприклад, в межах програми реабілітації жертв домашнього насильства, соціальний працівник може координувати діяльність різних установ, включаючи кризові центри, медичні установи, психологічні клініки та правозахисні організації. Це дозволяє забезпечити комплексний підхід до реабілітації, враховуючи фізичні, психологічні та соціальні аспекти відновлення потерпілих.

У своєму професійному середовищі соціальні працівники стикаються з численними викликами, такими як стигматизація жертв насильства, недооцінка значення їхніх прав чи культурні бар'єри. Однак їхня роль у процесах адаптації та реабілітації є ключовою для забезпечення безпечного, стабільного середовища, в якому жертви домашнього насильства можуть відновити свою життєву функціональність і соціальну інтеграцію.

Соціальні працівники виступають не лише як посередники між жертвою та службами допомоги, але й як адвокати постраждалих осіб. Вони підвищують обізнаність громадськості про проблему домашнього насильства, сприяють впровадженню нових підходів до реабілітації, та беруть участь у формуванні політик захисту вразливих груп. Значну роль у цьому відіграє професійна підготовка соціальних працівників, їхня здатність до емпатії, комунікабельність, а також навички кризового реагування [15].

Крім того, соціальні працівники можуть брати участь у профілактичній діяльності проведенні освітніх тренінгів, інформаційних кампаній, а також у створенні програм підтримки, спрямованих на попередження повторного насильства. Завдяки таким ініціативам можливо сформувати культуру нульової

толерантності до насильства та підвищити рівень готовності суспільства до захисту прав людини.

Важливо зазначити, що ефективність діяльності соціального працівника значною мірою залежить від міждисциплінарного підходу та здатності до командної взаємодії з іншими фахівцями психологами, юристами, медиками, працівниками правоохоронних органів тощо. Така співпраця дозволяє забезпечити системний підхід до вирішення проблем жертв насильства, унеможливаючи фрагментарне або поверхове реагування на кризові ситуації.

Окрім практичної роботи з клієнтами, соціальні працівники відіграють важливу роль у моніторингу й оцінці ефективності програм допомоги жертвам домашнього насильства. Вони збирають дані, аналізують проблеми, з якими стикаються жертви, і формулюють пропозиції щодо вдосконалення соціальних послуг. Така аналітична робота є необхідною умовою для підвищення якості надання допомоги, розробки нових програм і покращення політик у сфері захисту від насильства [18].

Особливої уваги потребують випадки з вразливими групами населення, людьми з інвалідністю, особами похилого віку, представниками ЛГБТ-спільноти або мігрантами, які можуть стикатися з подвійною дискримінацією та мати обмежений доступ до ресурсів допомоги. У таких ситуаціях соціальні працівники зобов'язані виявляти підвищену чутливість до індивідуальних особливостей клієнтів і дотримуватися принципів недискримінації, конфіденційності та поваги до гідності кожної особи.

Таким чином, діяльність соціальних працівників у сфері адаптації та реабілітації жертв домашнього насильства є багатовекторною та складною. Вона потребує високого рівня професіоналізму, етичної відповідальності та системного підходу до вирішення проблем клієнтів. Завдяки своїй ролі координаторів, захисників, радників і наставників, соціальні працівники сприяють не лише безпосередньому відновленню постраждалих, а й формуванню більш справедливого та чутливого до потреб людини суспільства.

2.2. Психологічні методи реабілітації жертв домашнього насильства

Психологічна реабілітація є важливою складовою комплексної підтримки осіб, які постраждали від домашнього насильства, оскільки воно завдає не лише фізичної, а й глибокої психоемоційної травми. Наслідки такого досвіду можуть проявлятися у вигляді посттравматичного стресового розладу (ПТСР), депресії, тривожності, зниження самооцінки та соціальної ізоляції. Завданням терапії є відновлення внутрішніх ресурсів, формування навичок подолання стресових ситуацій, зміцнення емоційного стану та допомога в адаптації до нових життєвих умов [11].

Цей процес є складним і багатограним, що вимагає врахування віку, рівня травматизації, індивідуальних особливостей та соціального середовища кожної людини. Результативність заходів залежить від тривалості роботи, мотивації клієнта та кваліфікації спеціаліста.

На початковому етапі проводиться консультація, під час якої налагоджується довіра між психологом і пацієнтом, виявляються основні проблеми і визначаються цілі подальшої допомоги. Створення безпечного та підтримуючого середовища сприяє відкритості у спілкуванні [6, с. 142].

Серед ефективних психологічних методів, які використовуються в роботі з жертвами домашнього насильства, варто виокремити:

- когнітивно-поведінкову терапію (КПТ), яка допомагає жінкам переосмислити негативні переконання про себе, виявити і змінити деструктивні мисленнєві шаблони, пов'язані з насильницьким досвідом. КПТ довела свою ефективність у зменшенні симптомів ПТСР і тривожності;

- методи арт-терапії, які дозволяють виразити пригнічені емоції через творчість (малювання, ліплення, музика, письмо). Цей підхід особливо корисний для клієнтів, яким важко вербалізувати свій біль;

- тілесно-орієнтовану терапію, що враховує тілесну пам'ять про насильство. Робота з тілом допомагає знизити рівень психофізіологічного напруження та сприяє інтеграції пережитого досвіду;

- гештальт-терапію, яка дозволяє людині усвідомити свої справжні потреби та навчитися жити «тут і тепер», не залишаючись у полоні минулого досвіду;

- групову психотерапію, що створює середовище підтримки, де учасники можуть ділитися досвідом, емоціями, знаходити розуміння та зменшувати почуття самотності [16, с. 92-107].

Дослідження показують, що жертви, які отримали своєчасну психологічну допомогу, демонструють вищий рівень адаптивності, швидше повертаються до соціально активного життя, здатні будувати нові, ненасильницькі стосунки. Психологічна реабілітація стає, по суті, точкою відліку для нового життя. У цьому контексті доречно пригадати слова Олени Теліги: «Життя іде і все без коректур...», — але саме завдяки професійній допомозі людина отримує шанс внести виправлення, хоч і не в минуле, але в майбутнє.

Таким чином, психологічні методи реабілітації відіграють ключову роль у поверненні жертви домашнього насильства до повноцінного життя. Вони не лише лікують наслідки травми, а й відкривають шлях до особистісного зростання, відновлення гідності та віри в себе.

Ось один із варіантів заняття представлений у вигляді таблиці (табл. 2.2.), для психологічної реабілітації жертв домашнього насильства, заснований на арт-терапії та когнітивно-поведінковій терапії. Це заняття допомагає відновити внутрішні ресурси, зміцнити самооцінку та допомогти людині усвідомити власні емоції через творчість.

Таблиця 2.2.

Заняття: «Моя внутрішня сила»

Етап заняття	Зміст	Тривалість	Матеріали
1. Вступна частина	Введення психолога Створення безпечного простору	5–10 хвилин	Без матеріалів

	Обговорення емоцій і тривог Запитання для обговорення: • Як ви себе відчуваєте? • Що вас тривожить? • Коли ви відчуваєтесь сильними?		
2. Основна частина		40–60 хвилин	
А. Візуалізація «Моя внутрішня сила»	Коротка медитація на уявлення внутрішнього джерела сили Образ: світло, форма, предмет, природний елемент тощо Завдання: зобразити свій символ сили (малюнок/колаж)	15–20 хвилин	Папір, фломастери, кольорові олівці, маркери, журнали, ножиці, клей, стрічки (за бажанням), спокійна музика
Б. Робота з негативними переконаннями	- Запис негативних переконань (наслідок насильства) - Перетворення їх на позитивні твердження - Прикріплення позитивних фраз до зображень/колажів	20–30 хвилин	Папір, ручки, малюнки/колажі учасників
В. Підтримка та обговорення	- Обговорення власних образів сили	10–15 хвилин	Без додаткових матеріалів

	- Поділ емоціями - Підтримка психолога та (за потреби) групи		
3. Заключна частина	Релаксаційна вправа Фокус на внутрішній силі Залишення позитивних тверджень/образів на роботах	5–10 хвилин	Спокійна музика, матеріали з попередніх етапів
Очікувані результати	Підвищення самооцінки Зменшення стресу і тривоги Вираження емоцій через творчість Зміцнення внутрішніх ресурсів і трансформація переконань	—	—

Це заняття може бути корисним як індивідуально, так і в груповому форматі, сприяючи розвитку почуття спільноти та підтримки серед жертв насильства.

Крім вищезгаданих методів, у процесі психологічної реабілітації жертв домашнього насильства дедалі більшого поширення набувають інтегративні підходи. Вони передбачають поєднання декількох терапевтичних напрямів залежно від індивідуальних потреб клієнта.

Наприклад, індивідуальна програма може поєднувати когнітивно-поведінкову терапію для роботи з мисленням, арт-терапію для вираження емоцій та тілесну терапію для зняття тілесного напруження. Особливої уваги потребує психологічна допомога дітям, які стали свідками або жертвами домашнього насильства[26].

Дитяча психіка є надзвичайно вразливою, а пережитий травматичний досвід без належної підтримки може призвести до порушень розвитку, проблем із соціалізацією та ризику повторення насильницьких моделей у дорослому житті.

Тому у роботі з такими дітьми використовують спеціалізовані методи казкотерапію, ігрову терапію, сенсорну інтеграцію, які дозволяють м'яко та безпечно пропрацювати травматичний досвід. Також важливим напрямом є супровід жертв на етапі постреабілітації. Це період, коли особа вже подолала гостру фазу травми, однак ще потребує підтримки для утвердження нової ідентичності, відновлення соціальних зв'язків та формування життєвих орієнтирів. У цьому контексті велике значення мають підтримувальні групи, консультації з психотерапевтом, програми розвитку життєвих навичок і підвищення стресостійкості[21, с. 120].

Отже, психологічні методи реабілітації мають бути системними, гнучкими та індивідуалізованими. Їхнє головне завдання не лише зменшити симптоми травми, але й створити умови для нового, повноцінного життя, у якому людина відчуває власну силу, цінність і право на безпечне майбутнє.

2.3. Юридичні та соціальні послуги для жертв домашнього насильства

Юридичні та соціальні послуги для жертв домашнього насильства є важливою складовою системи підтримки осіб, які стали жертвами насильства в родині. Вони спрямовані на надання комплексної допомоги, що включає правову, психологічну, соціальну, медичну та матеріальну підтримку. Своєчасна та ефективна допомога жертвам насильства є необхідною для їхнього фізичного, психологічного та соціального відновлення, а також для попередження рецидивів насильства.

Юридичні послуги для жертв домашнього насильства включають консультації, представництво в суді, допомогу в отриманні охоронних ордерів, а також допомогу у вирішенні правових питань, пов'язаних із розлученням, поділом майна та вихованням дітей. Одним із основних аспектів правової

допомоги є забезпечення доступу до захисту прав та інтересів жертв насильства, а також створення умов для їхнього фізичного та емоційного захисту [8, с. 123-140].

Приміром, в Україні жертви домашнього насильства можуть звертатися до організацій, таких як "Ла Страда Україна", яка надає безкоштовні консультації та юридичну допомогу, а також допомагає у подачі заяв до поліції або суду. Окрім того, в деяких випадках, жертви можуть звертатися до "гарячих ліній", таких як національна "гаряча лінія" з питань насильства, де надаються юридичні консультації та інформація щодо прав жертв насильства [13].

Особливу роль відіграють також організації, що спеціалізуються на правовому захисті жертв, як, наприклад, у випадку жінки, яка, звернувшись до організації, змогла отримати охоронний ордер, що забезпечив їй безпеку від насильника. Завдяки оперативному втручання юридичних консультантів, вона була здатна захистити себе та своїх дітей, а також забезпечити подальший правовий процес для отримання розлучення.

Важливим аспектом є психологічна підтримка під час проходження юридичних процедур, адже судові справи часто супроводжуються значним стресом для постраждалих.

Крім того, юридичні послуги включають захист у випадках кримінальних проваджень, де постраждалі виступають як потерпілі, що вимагає спеціалізованої допомоги адвокатів із відповідним досвідом. Не менш важливою складовою є робота з наданням інформації про міжнародні норми та стандарти, такі як Конвенція Ради Європи про запобігання насильству щодо жінок і домашньому насильству (Стамбульська конвенція), що встановлює обов'язки держав щодо захисту жертв і притягнення винних до відповідальності [28].

Соціальні послуги, що надаються жертвам домашнього насильства, включають соціальну адаптацію та реабілітацію, підтримку в соціальній інтеграції, а також допомогу в забезпеченні тимчасового житла та матеріальної підтримки. Соціальні працівники здійснюють індивідуальне консультування

жертв насильства, надають допомогу у пошуку роботи, а також допомагають відновити соціальні зв'язки, що можуть бути порушені внаслідок насильства в сім'ї. Ключовими аспектами соціальної підтримки є забезпечення безпечного середовища для жертв, особливо в разі необхідності надання тимчасового прихистку. Наприклад, у випадку, коли жертва насильства залишає дім через погрози, програми, такі як "Соціальні послуги для постраждалих від насильства", допомагають знайти тимчасове житло та надають консультації щодо подальших кроків.

Таблиця 2.3.

Комплекс послуг, що надаються кризовими центрами та притулками для жертв домашнього насильства

Послуга	Зміст
Тимчасове житло	Забезпечення безпечного місця для проживання постраждалих
Психологічна допомога	Індивідуальні та групові консультації, психоемоційна підтримка
Медичне обслуговування	Надання першої допомоги, медичне обстеження, супровід до лікарів
Юридичні консультації	Допомога у складанні заяв, супровід у судових процесах, правова інформація
Соціальна адаптація	Пошук роботи, житла, відновлення документів, інтеграція в громаду
Підтримка у вихованні дітей	Дитяча психологічна допомога, консультації з питань батьківства
Освітні програми	Тренінги з підвищення

	самооцінки, фінансової грамотності, професійної підготовки
--	--

Матеріальна допомога також є важливою складовою підтримки, адже багато жертв через залежність від насильника втрачають джерела доходу. Для них існують програми тимчасової фінансової допомоги, соціальні виплати, а також можливість отримання гуманітарної підтримки. В окремих випадках жертви можуть отримати допомогу у вигляді безоплатної юридичної допомоги, підтримки в оплаті комунальних послуг або забезпеченні базових побутових потреб.

Забезпечення ефективної допомоги жертвам домашнього насильства потребує інтеграції юридичних і соціальних послуг. Для цього важливо, щоб різні установи, які працюють з постраждалими, мали налагоджену систему взаємодії. Це включає співпрацю між правоохоронними органами, юридичними та соціальними службами, установами охорони здоров'я та неурядовими організаціями, що спеціалізуються на захисті прав жертв насильства.

Одним із прикладів такої інтеграції є співпраця між організацією "Ла Страда Україна" та Національною поліцією, що дозволяє швидко реагувати на звернення жертв насильства. Завдяки такій співпраці, жертви можуть отримати не тільки юридичну, але й психологічну та соціальну допомогу [13]. Наприклад, жінка, яка звернулася до поліції через насильство в родині, була негайно направлена на консультацію до психолога та соціальних працівників, які допомогли організувати їй тимчасове житло. Комплексний підхід дозволяє забезпечити не лише правовий захист, але й соціальну підтримку, що є важливим для відновлення нормального життя постраждалих осіб.

Крім того, важливим напрямом є просвітницька робота, підвищення рівня обізнаності населення про проблему домашнього насильства, права жертв та можливості отримання допомоги.

Інститути державної влади та громадські організації також займаються розробкою і впровадженням програм з підвищення кваліфікації працівників соціальних служб, поліції, освітян та медиків з метою більш чутливого і професійного реагування на випадки домашнього насильства. Це включає навчання методам ідентифікації жертв, особливостям психологічної підтримки та алгоритмам дій у кризових ситуаціях.

Юридичні та соціальні послуги для жертв домашнього насильства є невід'ємною частиною системи підтримки осіб, що постраждали від насильства в родині. Вони забезпечують жертвам не лише юридичний захист, а й можливість соціальної та психологічної реабілітації, що є необхідним для їхнього відновлення і повернення до нормального життя. Важливою умовою ефективності цих послуг є інтеграція різних видів допомоги та налагодження ефективної взаємодії між різними установами і організаціями.

Висновки до розділу 2

1. Роль соціальних працівників у процесах адаптації та реабілітації жертв домашнього насильства полягає у наданні комплексної підтримки на всіх етапах відновлення. Вони не тільки сприяють соціальній інтеграції постраждалих, але й працюють над відновленням їхньої психоемоційної рівноваги, самооцінки та забезпеченням доступу до необхідних ресурсів. Соціальні працівники також активно співпрацюють з іншими спеціалістами, що дозволяє забезпечити цілісну допомогу та ефективне вирішення юридичних, соціальних і медичних питань. Завдяки їхній діяльності, жертви насильства мають можливість повернутися до нормального життя та знизити рівень стресу й травматизації.
2. Психологічна реабілітація є важливим етапом відновлення жертв домашнього насильства, оскільки вона допомагає подолати психоемоційні травми та знизити рівень стресу. Використання різних терапевтичних методів сприяє відновленню самооцінки, покращенню

психоемоційного стану та адаптації до нового життєвого контексту. Психологічна підтримка відкриває шлях до особистісного зростання і створення здорових відносин, що є необхідними для соціальної реінтеграції постраждалих осіб.

3. Інтеграція юридичних та соціальних послуг є необхідною для ефективної допомоги жертвам домашнього насильства. Правова підтримка дозволяє забезпечити захист прав потерпілих, а соціальні послуги сприяють їх адаптації та реабілітації. Комплексний підхід, який поєднує юридичні, соціальні та психологічні методи, дозволяє створити умови для відновлення нормального життя жертв насильства. Ефективна взаємодія між різними установами та організаціями є важливою умовою для досягнення стійкого результату у процесі допомоги потерпілим.

РОЗДІЛ 3. ЕМПІРИЧНЕ ДОСЛІДЖЕННЯ СОЦІАЛЬНОЇ АДАПТАЦІЇ ТА РЕАБІЛІТАЦІЇ ЖЕРТВ ДОМАШНЬОГО НАСИЛЬСТВА

3.1. Оцінка ефективності програм реабілітації та адаптації для жертв домашнього насильства

Домашнє насильство є однією з найгостріших соціальних проблем сучасності, що має як безпосередні, так і довготривалі наслідки для фізичного, психологічного та соціального стану постраждалих. У зв'язку з цим питання розробки та впровадження ефективних програм реабілітації та соціальної адаптації жертв набуває особливого значення. Важливо не лише реалізовувати такі програми, а й здійснювати їх системну оцінку, що дозволяє визначити ступінь досягнення поставлених цілей та обґрунтувати напрями подальшого вдосконалення.

Підходи до оцінки ефективності ґрунтуються на міждисциплінарному аналізі результатів психологічного, соціального та економічного характеру. Як правило, ефективність програм оцінюється за такими критеріями:

- зниження рівня посттравматичного стресу, тривожності, депресивних станів;
- покращення загального психоемоційного стану;
- відновлення здатності до соціального функціонування;
- підвищення рівня соціальної мобільності та економічної самостійності;
- запобігання повторному насильству.

У процесі оцінювання використовуються кількісні (анкетування, стандартизовані шкали психічного здоров'я, аналіз статистичних даних) та якісні (глибинні інтерв'ю, фокус-групи, кейс-стаді) методи. Такий комплексний підхід дозволяє отримати не лише формальні дані, але й глибше розуміння індивідуального досвіду постраждалих [19, с. 215].

Особливої уваги заслуговують програми, що мають мультидисциплінарну структуру, тобто включають психологічну допомогу, юридичний супровід, навчання навичкам самоорганізації, підтримку у сфері працевлаштування тощо. За результатами досліджень Європейського інституту з питань гендерної

рівності (**EIGE**), саме такі програми демонструють найвищий рівень результативності. Наприклад, у Швеції діє програма "*Kvinnofrid*", яка передбачає тісну співпрацю соціальних служб, поліції, медичних установ і центрів тимчасового прихистку. Аналогічно, в Україні позитивно зарекомендували себе "мобільні бригади соціально-психологічної допомоги", які діють за підтримки міжнародних організацій, зокрема Фонду ООН у галузі народонаселення (**UNFPA**) [31].

Водночас існують значні виклики у сфері моніторингу ефективності. Зокрема, це:

- відсутність єдиних стандартів оцінювання;
- фрагментарність даних;
- недостатня підготовка персоналу соціальних служб до системного збору та аналізу інформації;
- обмежене фінансування довгострокового супроводу жертв.

У цьому контексті важливо забезпечити інституціоналізацію системи моніторингу, що включала б національні критерії ефективності, незалежну експертну оцінку, міжвідомчу співпрацю та участь академічної спільноти. Наприклад, ініціатива "**Women Against Violence Europe**" (**WAVE**) активно впроваджує стандарти якості та звітності, що можуть бути адаптовані в українських реаліях. Крім того, необхідне регулярне оновлення програм з урахуванням новітніх досліджень у сфері травмотерапії, соціальної інтеграції та гендерної рівності [32].

Таким чином, ефективна оцінка програм реабілітації та адаптації жертв домашнього насильства є критично важливим компонентом загальної системи захисту прав людини. Її результати дозволяють не лише визначити сильні та слабкі сторони існуючих практик, а й прогнозувати потреби постраждалих у майбутньому. Це, у свою чергу, забезпечує можливість гнучкого реагування на зміни у соціальному середовищі та виклики, з якими стикаються жінки, діти та інші вразливі групи населення.

Подальше вдосконалення системи оцінки передбачає активне залучення всіх зацікавлених сторін, органів державної влади, неурядових організацій, науковців, фахівців із соціальної роботи, психологів і самих постраждалих. Інклюзивність та міждисциплінарність таких процесів створюють передумови для формування більш адаптивної та ефективної моделі допомоги.

Особливої актуальності набуває інтеграція механізмів зворотного зв'язку у структуру програм, що дозволяє враховувати реальний досвід клієнтів, їхню суб'єктивну оцінку отриманої допомоги та рівень задоволення підтримкою. Такий підхід сприяє не лише підвищенню якості послуг, а й посиленню довіри до системи допомоги загалом[28].

Отже, лише за умови постійного моніторингу, аналітичного супроводу та стратегічного розвитку програм реабілітації й адаптації можливо досягти реальних змін у житті жертв домашнього насильства та створити фундамент для побудови справедливого й безпечного суспільства, у якому кожна людина матиме право на захист, підтримку і відновлення.

3.2. Вивчення факторів, що впливають на успішність адаптації жертв домашнього насильства

Процес адаптації жертв домашнього насильства є багатограним та вимагає врахування різноманітних чинників, які можуть як сприяти цьому процесу, так і ускладнювати його. Науковці сходяться на думці, що успішність адаптації залежить як від внутрішніх характеристик постраждалої особистості, так і від впливу зовнішнього соціального середовища.

До ключових факторів належать психоемоційний стан жертви, її рівень мотивації до змін, підтримка соціального оточення, наявність професійної допомоги, економічна самостійність, доступ до інформації, а також попередній досвід подолання труднощів.

Одним із найважливіших психологічних чинників адаптації є внутрішній стан особистості після пережитої травми. За словами Л. О. Артюх, жінки, які мають сформовану позитивну самооцінку, вищий рівень емоційного

самоконтролю та здатність до рефлексії, легше долають наслідки насильства. Дослідниця зазначає: "У процесі адаптації ключову роль відіграє здатність жінки прийняти свій досвід як частину життєвої історії, але не дозволити йому визначати її майбутнє. Це передбачає наявність внутрішнього ресурсу, віри у власні сили, бачення альтернативного життєвого сценарію та готовності вийти з позиції жертви" [4, с. 168].

Другим критично важливим фактором є соціальна підтримка, яку жертва отримує ззовні. Як зазначає Т. М. Андрущенко, соціальна ізоляція є одним із механізмів контролю, який використовують аб'юзери, тому повернення до кола підтримки родини, друзів, громади є фундаментальним етапом відновлення. Дослідниця підкреслює: "Жертви, які мають соціальні зв'язки або можуть отримати підтримку з боку недержавних організацій, соціальних служб чи консультантів, демонструють значно вищу здатність до адаптації"[3].

У дослідженні, проведеному в одному з київських кризових центрів, було з'ясовано, що жінки, які мали підтримку бодай однієї довіреної особи, швидше приймали рішення про зміну життєвих обставин. Наприклад, одна з учасниць, яка мала емоційний контакт із сестрою та подругою, вже за місяць після втечі з дому змогла орендувати житло, влаштувати дитину в садок і знайти роботу. Водночас інша жінка, яка не мала жодного контакту із соціальним оточенням, протягом тривалого часу залишалася в стані невизначеності й залежності від допомоги центру.

Професійна допомога є ще одним вагомим фактором, що впливає на успішність адаптації жертв домашнього насильства. Кваліфікована психологічна підтримка, юридичні консультації та соціальний супровід відіграють ключову роль у подоланні травматичних наслідків насильства та відновленні самостійності. Звернення до спеціалізованих служб допомагає жертвам усвідомити свій досвід, розробити стратегії безпеки, отримати інформацію про свої права та доступні ресурси. Дослідження показують, що жінки, які брали участь у програмах психологічної реабілітації, демонстрували

значне зниження рівня тривожності та депресії, а також підвищення впевненості у власних силах.

Економічна самостійність є визначальним чинником у процесі адаптації. Фінансова незалежність дозволяє жертві вийти з аб'юзивних стосунків та забезпечити власні потреби та потреби своїх дітей. Відсутність економічної самодостатності часто утримує жінок у небезпечних ситуаціях, створюючи залежність від кривдника. Програми підтримки, спрямовані на здобуття професійних навичок, працевлаштування та надання фінансової допомоги, значно підвищують шанси жертв на успішну адаптацію та запобігають повторному потраплянню в насильницькі стосунки [25].

Доступ до інформації про форми насильства, його наслідки та шляхи отримання допомоги також є важливим аспектом адаптації. Обізнаність щодо прав людини, можливостей отримання соціальних послуг та існування кризових центрів розширює можливості жертв для прийняття обґрунтованих рішень та пошуку підтримки. Інформаційні кампанії та освітні програми сприяють руйнуванню стереотипів щодо домашнього насильства та стимулюють звернення за допомогою.

Попередній досвід подолання труднощів є внутрішнім ресурсом, який може суттєво впливати на процес адаптації. Жінки, які в минулому успішно справлялися зі складними життєвими ситуаціями, як правило, мають більш розвинені копінг-стратегії та віру у власну здатність долати нові виклики. Цей досвід може слугувати своєрідним психологічним фундаментом для відновлення після пережитого насильства [28].

Узагальнюючи, успішна адаптація жертв домашнього насильства є складним і багатофакторним процесом, що залежить від взаємодії внутрішніх ресурсів особистості та впливу зовнішнього соціального середовища. Психоемоційний стан, мотивація до змін, соціальна підтримка, професійна допомога, економічна самостійність, доступ до інформації та попередній досвід подолання труднощів є ключовими чинниками, які необхідно враховувати при розробці програм допомоги та підтримки постраждалих від домашнього

насильства. Подальші дослідження в цій галузі можуть бути спрямовані на вивчення специфічних комбінацій цих факторів та розробку індивідуалізованих підходів до підтримки жертв.

3.3. Проблеми та бар'єри, з якими стикаються жертви домашнього насильства у процесі реабілітації

Реабілітація жертв домашнього насильства є складним і багатоаспектним процесом, в якому постраждалі особи стикаються з численними бар'єрами, що значною мірою впливають на ефективність відновлення. Наукові дослідження вказують на те, що ці бар'єри є не тільки психологічними, але й соціальними, економічними, правовими та культурними. Розуміння цих факторів є необхідним для розробки ефективних реабілітаційних програм, здатних забезпечити постраждалим комплексну підтримку.

Психологічні бар'єри, зокрема наслідки домашнього насильства, є одними з головних перешкод для ефективної реабілітації. Дослідження Л. І. Стенлі показують, що більшість жертв насильства мають психічні розлади, такі як посттравматичний стресовий розлад (ПТСР), депресія і тривожні розлади. Пережите насильство часто призводить до зниження самооцінки, відчуття безсилля та страху перед новими агресіями, що значно ускладнює їх здатність до самостійного відновлення та адаптації до нового життя.

Як зазначає Л. І. Стенлі, жінки, що пережили тривале насильство, продовжують переживати емоційні травми навіть після виходу з насильницьких стосунків. Повторювані спогади про агресора сприяють розвитку симптомів ПТСР, що, в свою чергу, затримує процес їхньої соціальної та психологічної адаптації [27, с. 220].

Економічна залежність є значним бар'єром, який обмежує можливості жертв домашнього насильства на шляху до нового життя. Багато постраждалих не мають фінансової незалежності, що ускладнює їм пошук безпечного житла, доступ до необхідної юридичної допомоги та оплати психотерапевтичних

послуг. Відсутність економічної підтримки змушує багатьох жертв залишатися в насильницьких стосунках або залежати від агресорів.

Багато жінок, що не мають стабільного доходу або професійної кваліфікації, залишаються в небезпечних стосунках через відсутність фінансових ресурсів для забезпечення себе та своїх дітей. Лише після того, як з'являється можливість для економічної незалежності (наприклад, через працевлаштування чи соціальну допомогу), вони здатні прийняти рішення про розрив з агресором[20].

Одним із серйозних бар'єрів є соціальна ізоляція жертв домашнього насильства. Агресори часто намагаються обмежити контакти своїх жертв з родиною, друзями або соціальними службами, що призводить до зменшення соціальної підтримки.

Дослідження, проведене С. І. Романенко, показало, що жертви домашнього насильства, навіть після припинення стосунків з агресором, відчують значні труднощі в налагодженні нових соціальних зв'язків. Вони часто стикаються з відчуттям самотності і переживають стрес через відсутність підтримки з боку оточення[24].

Правові бар'єри становлять ще одну серйозну перешкоду на шляху до реабілітації. Багато жертв домашнього насильства стикаються з труднощами при отриманні правового захисту, що пов'язано з недостатньою правовою обізнаністю, складнощами в процесі подачі позовів і недостатнім захистом в судових органах.

За даними Г. В. Мельниченко, багато жертв, навіть маючи правову підтримку, не отримують належного захисту в судовому процесі через затримки, бюрократичні перепони або відсутність кваліфікованої юридичної допомоги [17].

Культурні та соціальні стереотипи є важливим чинником, що перешкоджає відкритому обговоренню проблеми домашнього насильства та сприяє стигматизації жертв. Постраждалі особи часто відчують сором або побоюються осуду з боку соціального оточення, що веде до замовчування

ситуації та відмови від звернення за допомогою. Втрадиційних суспільствах жертви домашнього насильства часто утримуються від звернення за допомогою через страх порушити соціальні норми та зазнати осуду з боку громади.

У дослідженні, проведеному О. М. Барташовою, виявлено, що жінки, що проживають у консервативних суспільствах, часто відчують соціальний тиск і сором, що ускладнює їх здатність звертатися за допомогою і виходити з насильницьких стосунків [5].

Таким чином, процес реабілітації жертв домашнього насильства стикається з низкою серйозних проблем та бар'єрів, які значно ускладнюють процес відновлення. Наукові дослідження підкреслюють необхідність комплексного підходу до реабілітації, який враховує всі ці фактори, а також інтеграцію психологічної, соціальної, економічної та правової підтримки для забезпечення ефективного відновлення постраждалих осіб.

Висновки до розділу 3

1. Оцінки ефективності програм реабілітації та адаптації для жертв домашнього насильства важливим є комплексний підхід, що включає психологічний, соціальний та економічний аналіз результатів. Програми, які поєднують різні аспекти допомоги, такі як психологічну підтримку, юридичний супровід і працевлаштування, показують найкращі результати. Однак існують значні проблеми у моніторингу ефективності, зокрема відсутність єдиних стандартів та недостатня підготовка персоналу. Врахування міжнародного досвіду та вдосконалення системи моніторингу може сприяти покращенню якості реабілітаційних послуг та підтримки постраждалих осіб.
2. Адаптація жертв домашнього насильства є складним процесом, що залежить від багатьох чинників, серед яких важливу роль відіграють психоемоційний стан, мотивація до змін, соціальна підтримка та доступ до допомоги. Постраждалі, які мають позитивну самооцінку та внутрішні ресурси для

подолання труднощів, легше адаптуються до нового життя. Водночас, соціальна підтримка з боку родини, друзів та соціальних установ є важливим фактором успішної реабілітації. Зважаючи на це, ефективні програми реабілітації повинні включати комплексний підхід, який враховує як індивідуальні потреби постраждалих, так і соціальне оточення.

3. Реабілітація жертв домашнього насильства ускладнюється низкою бар'єрів, серед яких домінують психологічні травми, економічна залежність, соціальна ізоляція, правова незахищеність та культурні стереотипи. Ефективне подолання цих труднощів вимагає комплексного підходу, що включає психологічну, соціальну, правову та економічну підтримку. Врахування зазначених чинників є необхідною умовою для створення результативних програм допомоги та відновлення постраждалих.

ВИСНОВКИ

У результаті дослідження теоретичних аспектів соціальної адаптації та реабілітації жертв домашнього насильства, можна зробити кілька важливих висновків. Перш за все, домашнє насильство є складним соціальним феноменом, що охоплює не лише фізичне, а й психологічне, сексуальне та економічне насильство, яке має серйозні наслідки для фізичного та психічного здоров'я жертв. Причини домашнього насильства мають глибокі соціальні та психологічні корені, включаючи гендерні стереотипи, соціальні та культурні норми, а також низький рівень соціальної підтримки.

Теоретичні засади соціальної адаптації жертв домашнього насильства підтверджують необхідність комплексного підходу до реабілітації, що включає психологічну допомогу, соціальну підтримку та юридичну допомогу. Важливими аспектами є розвиток емоційної стійкості жертв, подолання травматичних переживань і соціальної ізоляції, а також зміна ставлення до себе та свого соціального становища.

Психологічні методи реабілітації, такі як когнітивно-поведінкова терапія, арт-терапія, гештальт-терапія та інші, виявилися ефективними у допомозі постраждалим особам. Вони сприяють покращенню психічного стану жертв, відновленню їхньої самооцінки та здатності адаптуватися до нових соціальних умов. Однак для повноцінної реабілітації необхідне тісне співробітництво між психологами, соціальними працівниками та юристами.

Завдяки емпіричним дослідженням стало можливим визначити фактори, що впливають на успішність адаптації жертв, серед яких важливу роль відіграють підтримка близьких, доступність соціальних послуг та рівень стресу, який вони переживають після насильства. Однак дослідження також показало наявність значних бар'єрів у процесі реабілітації, зокрема психологічних (страх перед повторним насильством, сором, ізоляція) та соціальних (відсутність підтримки з боку суспільства, обмежений доступ до спеціалізованих послуг).

Узагальнюючи вищезазначене, можна стверджувати, що для ефективної соціальної адаптації та реабілітації жертв домашнього насильства необхідно створювати інтегровані програми, що поєднують психологічну, соціальну та правову допомогу, з урахуванням індивідуальних потреб кожної жертви.

Водночас, ефективність таких програм значною мірою залежить від системного підходу до їх впровадження та постійного моніторингу результатів. Важливо забезпечити належне фінансування, підготовку кваліфікованих кадрів і розвиток міжвідомчої співпраці, що дозволить створити цілісну мережу підтримки для постраждалих. Крім того, необхідно враховувати культурні, регіональні та соціально-економічні особливості, аби адаптація заходів відповідала реальним потребам конкретних груп.

Значну роль відіграє також активна участь самих жертв у процесі реабілітації, формування їхньої самосвідомості, мотивації до змін та здатності брати відповідальність за власне життя. Саме це сприяє не лише відновленню, а й довготривалому запобіганню повторним випадкам насильства.

У перспективі, розвиток інноваційних підходів, інтеграція новітніх досліджень у сфері травмотерапії та гендерної рівності, а також підтримка наукових ініціатив стануть запорукою покращення якості програм реабілітації. Це дозволить створити безпечне, гуманне та інклюзивне суспільство, де кожна особа зможе реалізувати своє право на життя без насильства та дискримінації.

СПИСОК ВИКОРИСТАНИХ ДЖЕРЕЛ

1. Закон України від 01.07.2014 № 1556-VII : станом на 18 берез. 2020 р.
URL: <https://zakon.rada.gov.ua/laws/show/1556-18> (дата звернення: 18.04.2025)
2. Алексеева Н.С. Соціальна адаптація постраждалих від домашнього насильства: монографія. Київ: Юрінком Інтер, 2019.
3. Андрущенко Т.М. Соціальна підтримка та її роль у відновленні жертв домашнього насильства: монографія. Харків: ХНУ, 2018.
4. Артюх Л.О. Психологічні аспекти адаптації жертв домашнього насильства: самооцінка та емоційна стійкість: монографія. Київ: Видавництво "Наукова думка", 2019. 168 с.
5. Барташова О.М. Соціальні стереотипи та їх вплив на звернення за допомогою жертв домашнього насильства в Україні: монографія. Львів: ЛНУ, 2017.
6. Боброва В.О. Психологічна реабілітація жертв домашнього насильства: теоретичні та практичні аспекти: монографія. Харків: Права людини, 2020. 142 с.
7. Бойко І.М. Домашнє насильство: поняття, види, причини та наслідки: монографія. Київ: Центр соціальних досліджень, 2020.
8. Бондаренко І.М. Юридичні аспекти захисту прав жертв домашнього насильства: наукові та практичні рекомендації: монографія. Київ: Юридична думка, 2020. 123-140 с.
9. Гірняк А. Глибинно-психологічне підґрунтя суїциду. *Психологія і суспільство*. 2010. № 1
10. Іванова Л.П. Теорії та підходи до розуміння домашнього насильства: монографія. Львів: Світ, 2021. 100-110 с.

- 11.Ковальчук Л.І. Психологічні наслідки домашнього насильства для жертв: лікування та реабілітація: монографія. Київ: Наукова думка, 2021.
- 12.Ковальчук Л. І. Роль соціальних працівників у допомозі жертвам домашнього насильства // Психологічна наука та освіта. 2019. № 1. С. 56–68.
- 13.Ла Страда Україна. Допомога жертвам домашнього насильства: практичний посібник для юристів та соціальних працівників / Ла Страда Україна. Київ: Ла Страда Україна, 2021.
- 14.Лук'яненко Т.С. Психологічна та соціальна допомога жертвам домашнього насильства: роль соціальних працівників: монографія. Харків: Платон, 2020. 148 с.
- 15.Лук'яненко Т.С. Теоретичні основи соціальної адаптації жертв домашнього насильства: монографія. Київ: Наукова думка, 2022.
- 16.Макаренко С. М. Психологічні методи реабілітації: когнітивно-поведінкова терапія та арт-терапія // Теорія та практика психології. 2020. № 2. С. 92–107.
- 17.Мельниченко Г.В. Правова допомога жертвам домашнього насильства: проблеми та шляхи подолання: монографія. Київ: Юридична книга, 2021.
- 18.Науменко О. Насильство в сім'ї: причини, наслідки, міфи // Психолог дошкілля. 2018. № 1.
- 19.Никонова Т.І. Оцінка ефективності програм соціальної адаптації постраждалих від насильства: методологія та практичні підходи: монографія. Київ: Наука, 2020. 215 с.
- 20.Олексюк Н. С. Теоретико-методичні засади попередження та подолання насильства в сім'ї // Вісник ЗНУ. Педагогічні науки. 2013. № 3.
- 21.Онишко Ю. В. Медико-соціальна допомога дітям, які зазнали насильства в сім'ї: програма циклу тематичного вдосконалення лікарів. Київ: ТОВ «К.І.С.», 2010. 120 с.

22. Парфанович А. Актуальність профілактики сімейного насильства серед молодих пар // Науковий вісник Миколаївського національного університету ім. В. О. Сухомлинського. Серія: Пед. науки. 2016. № 3.
23. Попередження домашнього насильства. Навчальний посібник для консультантів «гарячих» ліній / Упорядники: Краснова О.В., Калашник О.А. Київ, 2016.
24. Романенко С.І. Соціальна ізоляція жертв домашнього насильства: психологічні та соціальні аспекти: монографія. Харків: ХДПУ, 2020.
25. Руднева О. Насильство в сім'ї: міжнародний досвід та сучасні проблеми // Юридична Україна. 2010. № 8 (92).
26. Склярєнко Т. Корекційні програми для кривдників // Дитинство без насилля: суспільство, школа і сім'я на захисті прав дітей: збірник матеріалів Міжнародної науково-практичної конференції / за заг. ред. проф. О.Кікінежді. Тернопіль: Стереарт, 2014.
27. Стенлі Л.І. Психологічні бар'єри реабілітації жертв домашнього насильства: монографія. Львів: ЛДУ, 2018. 220 с.
28. Сукманова Л. Домашнє насильство: дослідження актуальної проблеми сьогодення // Юридичний вісник. 2014. № 4.
29. Фурман А.А. Психологія смисложиттєвого розвитку особистості: монографія. Тернопіль: ТНЕУ, 2017.
30. Фурман А. В., Лазарович Н. В. Психологічні аспекти професійного самовизначення особистості. *Психологія і суспільство*. 2012. № 3.
31. United Nations Population Fund (UNFPA). Mobile Brigades for Social-Psychological Support in Ukraine: Best Practices and Outcomes / UNFPA. Kyiv: UNFPA, 2021.
32. Women Against Violence Europe (WAVE). Quality Standards and Reporting in Domestic Violence Support Services / WAVE. Vienna: WAVE, 2021.

ДОДАТКИ

Додаток А**Анкета «Що таке насильство?»**

1. Чи знаєш ти, що таке насильство?

А. Так

Б. Ні

В. Частково

2. Які форми насильства тобі відомі?

а. Психологічне

б. Фізичне

в. Економічне

г. Сексуальне

3. Чи часто ти відчуваєш на собі насильницькі дії в школі?

А. Так

Б. Ні

В. Ніколи

4. Як часто тобі доводилося бути постраждалою агресії або насильства?

А. Часто

Б. Рідко

В. Ніколи

5. Чи стикався(лася) ти з випадками насильства у твоїй сім'ї?

А. Так

Б. Ні

6. Чи застосовуєш ти насильницькі дії стосовно інших учнів?

А. Так

Б. Ні

В. Іноли

7. Хто найчастіше проявляє насильство стосовно тебе?

86

А. Батьки, рідні

Б. Дорослі, вчителі

В. Старші учні, однокласники

Г. Ніхто

8. Чи траплялось тобі спостерігати сварки між батьками?

А. Часто

Б. Рідко

В. Ніколи

9. Чи звертався(лась) ти до когось по допомогу після порушення твоїх прав, насильства або приниження щодо тебе?

1) Зі мною такого не траплялось – не було потреби ні до когось звертатись.

2) У поліцію

3) До родичів

4) До батьків/опікунів

5) До шкільного психолога/соціального педагога

6) До вчителів

7) До державних соціальних закладів

8) Шукав(ла) допомоги в Інтернеті, у соціальних мережах

10. Чи був(ла) ти учасником будь-яких профілактичних заходів щодо насильства в школі?

А.Так

Б.Ні

В. Ніколи