

ПСИХОЛОГІЧНІ РЕСУРСИ БАТЬКІВ МОЛОДШИХ ШКОЛЯРІВ КРІЗЬ ПРИЗМУ ДОСВІДУ МІЖОСОБИСТІСНОГО НАСИЛЬСТВА У ВОЄННИЙ ПЕРІОД

Чекстере О.Ю. (ORCID ID: 0000-0003-2435-3831)

Сучасний освітній простір в Україні функціонує в умовах тривалої воєнної невизначеності, що суттєво впливає на психологічний стан усіх його учасників. Особливої уваги в цьому контексті потребують батьки молодших школярів, які виконують ключову роль у забезпеченні емоційної стабільності дитини, організації її навчання та підтримці адаптаційних процесів. Саме від внутрішніх ресурсів дорослих значною мірою залежить здатність дитини справлятися зі стресом, зберігати відчуття безпеки та підтримувати навчальну мотивацію.

Психологічні ресурси особистості розглядаються як сукупність внутрішніх (особистісних характеристик) і зовнішніх (соціальних) можливостей, які забезпечують подолання стресових ситуацій, збереження психічного здоров'я та адаптацію до складних життєвих обставин [1, 2]. У воєнний період значення цих ресурсів істотно зростає, оскільки тривале перебування в ситуації загрози, нестабільності та інформаційного перенавантаження виснажує адаптаційні механізми людини.

Водночас одним із чинників, що можуть істотно впливати на рівень психологічних ресурсів, є попередній або актуальний досвід міжособистісного насильства. Такий досвід, незалежно від його форми (фізичне, сексуальне чи інші види насильства), часто має довготривалі наслідки, пов'язані з підвищеною тривожністю, труднощами емоційної регуляції, зниженням соціальної підтримки та формуванням дезадаптивних моделей поведінки [3, 4]. У контексті батьківства це може проявлятися у порушеннях батьківської поведінки, зниженні чутливості до потреб дитини та труднощах у побудові стабільних взаємин [5]. Особливість сучасної ситуації полягає в тому, що досвід міжособистісного насильства накладається на додаткові стресори воєнного часу, посилюючи їхній вплив.

Навіть за відсутності безпосереднього травматичного досвіду, опосередкований контакт із насильством через інформаційний простір або соціальне оточення також може виступати чинником психологічного навантаження. Таким чином, актуальним є дослідження того, яким чином різні типи досвіду насильства пов'язані з психологічними ресурсами батьків молодших школярів.

Актуальність теми зумовлена необхідністю глибшого розуміння внутрішніх чинників, що впливають на функціонування сім'ї в умовах воєнної нестабільності, а також потребою розробки ефективних програм психологічної підтримки батьків. Виявлення та аналіз таких чинників дозволяє не лише оцінити ризики, але й окреслити можливості зміцнення психологічної стійкості дорослих як важливої умови гармонійного розвитку дитини. Отже, дослідження психологічних ресурсів батьків молодших школярів крізь призму досвіду міжособистісного насильства є важливим напрямом сучасної психологічної науки, що має як теоретичне, так і практичне значення в умовах воєнного періоду.

В умовах воєнної нестабільності освітній простір зазнає значних змін, що впливають не лише на дітей, а й на їхніх батьків. Психологічні ресурси дорослих стають визначальним фактором у забезпеченні емоційної стабільності дитини. Одним із чинників, що впливає на ці ресурси, є попередній або актуальний досвід міжособистісного насильства.

У нашому дослідженні було використано валідизований інструмент Life Events Checklist (LEC), при цьому аналіз здійснювався за підшкалою подій, пов'язаних із міжособистісним насильством. У дослідженні взяли участь 105 батьків учнів початкової школи м. Києва.

Аналіз отриманих даних свідчить про неоднорідність досвіду міжособистісного насильства серед батьків молодших школярів.

Щодо досвіду фізичного насильства встановлено, що 62,9% респондентів зазначили, що подібні події їх не стосуються. Водночас 17,1% опитаних повідомили про особисте переживання фізичного насильства. Ще 14,3% респондентів не змогли однозначно визначитися з відповіддю. Опосередкований

досвід також має місце: 2,9% опитаних зазначили, що дізнавалися про такі випадки, і ще 2,9% були їх свідками. Отримані результати свідчать про те, що, незважаючи на переважну відсутність прямого досвіду, майже кожен п'ятий респондент має особисте переживання фізичного насильства, що дозволяє розглядати цей чинник як потенційно значущий для психологічного функціонування.

Аналіз досвіду збройного нападу показав, що переважна більшість респондентів (85,7%) не стикалася з подібними подіями. Разом із тим 5,7% опитаних повідомили про власний досвід збройного нападу, ще 5,7% зазначили, що дізнавалися про такі випадки. 2,9% респондентів не змогли визначитися з відповіддю. Таким чином, безпосередній досвід є відносно рідкісним, однак наявність як прямого, так і опосередкованого контакту з подібними подіями вказує на потенційний вплив воєнного контексту на психологічний стан батьків.

Щодо сексуального насильства встановлено, що 91,4% респондентів заперечують наявність такого досвіду. Водночас 2,9% опитаних повідомили про особисте переживання, ще 2,9% були свідками подібних ситуацій, і 2,9% не змогли дати визначеної відповіді. Отримані дані свідчать про низьку задекларовану поширеність цього виду травматичного досвіду у вибірці. Водночас слід враховувати можливість недоповідомлення, зумовлену чутливістю теми та соціокультурними факторами.

Аналіз відповідей щодо іншого небажаного сексуального досвіду показав, що 82,9% респондентів не мали подібного досвіду. Разом із тим 8,6% опитаних зазначили, що дізнавалися про такі випадки, 5,7% не змогли визначитися з відповіддю, а 2,9% вказали на наявність подібного досвіду у професійному середовищі. Це свідчить про наявність переважно опосередкованого контакту з такими подіями, який також може виступати фактором психологічного навантаження.

Узагальнюючи отримані результати, можна зазначити, що хоча більшість респондентів не мають безпосереднього досвіду міжособистісного насильства, частина з них або пережила такі події особисто, або мала з ними

опосередкований контакт. Це дозволяє розглядати досвід насильства як важливий чинник, що потенційно впливає на психологічні ресурси батьків у сучасних умовах.

Результати дослідження показують, що навіть за відносно невисокої поширеності окремих форм насильства, їхній вплив на особистість є суттєвим. Пережитий травматичний досвід може знижувати рівень психологічної стійкості, підвищувати тривожність і впливати на якість батьківсько-дитячої взаємодії.

В умовах воєнної невизначеності особливої ваги набувають внутрішні ресурси особистості: здатність до саморегуляції, осмислення досвіду, підтримання стабільності в сім'ї. Виявлений досвід насильства може виступати як фактор ризику, що потребує врахування в психологічному супроводі сімей.

Отже, отримані результати свідчать, що частина батьків молодших школярів має досвід міжособистісного насильства, зокрема фізичного, що може виступати значущим психологічним чинником їхнього емоційного стану та поведінки. Важливо, що навіть опосередкований контакт із травматичними подіями також пов'язаний із підвищеним психологічним навантаженням і може впливати на відчуття безпеки та рівень тривожності.

В умовах воєнної нестабільності цей досвід набуває особливої ваги, оскільки поєднання травматичних переживань і тривалого стресу сприяє виснаженню психологічних ресурсів особистості та ускладнює процеси саморегуляції. Це може відображатися на якості батьківсько-дитячої взаємодії та загальному емоційному кліматі в сім'ї.

У зв'язку з цим актуальним є впровадження програм психологічної підтримки батьків, спрямованих на зміцнення їхньої психологічної стійкості та здатності ефективно справлятися зі стресом, що є важливою умовою стабільності освітнього середовища.

Список використаних джерел

1. Lazarus R. S., Folkman S. *Stress, appraisal, and coping*. New York : Springer Publishing Company, 1984. 445 p.

2. Taylor S. E., Stanton A. L. Coping resources, coping processes, and mental health. *Annual Review of Clinical Psychology*. 2007. Vol. 3. P. 377–401.
3. Ehrling T., Quack D. Emotion regulation difficulties in trauma survivors: the role of trauma type and PTSD symptom severity. *Behavior Therapy*. 2010. Vol. 41, No. 4. P. 587–598.
4. Gruhn M. A., Compas B. E. Effects of maltreatment on coping and emotion regulation in childhood and adolescence: A meta-analytic review. *Journal of Child Psychology and Psychiatry*. 2020. Vol. 61, No. 6. P. 637–650.
5. Kumar S. A., Brand B. L., Courtois C. A. Childhood trauma and its relation to parenting and attachment. *Psychological Trauma: Theory, Research, Practice, and Policy*. 2020. Vol. 12, No. 3. P. 300–309.

Чекстере Оксана Юріївна (<https://orcid.org/0000-0003-2435-3831>)

провідний науковий співробітник лабораторії психодіагностики та науково-психологічної інформації Інституту психології імені Г.С.Костюка НАПН України, кандидат психологічних наук.