

ІНСТИТУТ СОЦІАЛЬНОЇ ТА ПОЛІТИЧНОЇ ПСИХОЛОГІЇ НАПН УКРАЇНИ

Кочергіна Ірина Анатоліївна

УДК 159.923.2:159.942.5-055.2]:316.62

**ОСОБЛИВОСТІ ЕМОЦІЙНОЇ САМОРЕГУЛЯЦІЇ ЖІНОК, ЯКІ
ЗАЗНАЛИ ПСИХОЛОГІЧНОГО НАСИЛЬСТВА В РОДИНІ**

19.00.01- загальна психологія, історія психології

Автореферат
дисертації на здобуття наукового ступеня
кандидата психологічних наук

Київ – 2019

Дисертацією є рукопис.

Робота виконана у Львівському національному університеті імені Івана Франка

Науковий керівник: кандидат психологічних наук, доцент
Партико Тетяна Борисівна, професор кафедри психології
Львівського національного університету імені Івана Франка

Офіційні опоненти: доктор психологічних наук, професор
Галян Ігор Михайлович, професор кафедри практичної психології
Дрогобицького державного педагогічного університету імені Івана Франка

кандидат психологічних наук
Циганчук Тетяна Володимирівна, доцент кафедри практичної психології Київського університету імені Бориса Грінченка

Захист відбудеться 12 листопада 2019 року об 11 годині на засіданні спеціалізованої вченої ради Д 26.457.01 в Інституті соціальної та політичної психології НАПН України за адресою: 04070 м. Київ, вул. Андріївська, 15.

З дисертацією можна ознайомитись у бібліотеці Інституту соціальної та політичної психології НАПН України за адресою: 04070, м. Київ, вул. Андріївська, 15

Автореферат розісланий 10 жовтня 2019 року

Учений секретар
спеціалізованої вченої ради



Л. М. Коробка

ЗАГАЛЬНА ХАРАКТЕРИСТИКА РОБОТИ

Актуальність дослідження. Питання образ, приниження, зневажливого оцінювання, залякування тощо як проявів психологічного насильства при зростанні чутливості та уваги до дотримання прав людини на теперішньому етапі розвитку українського суспільства є однією із гострих соціальних та психологічних проблем. Дослідження проблеми психологічного насильства щодо жінок є вкрай важливими, оскільки за статистичними даними психологічних служб різних країн в середньому кожна четверта жінка, яка звертається до фахівців за психологічною допомогою, зазначає, що піддавалась негативному емоційному впливу з боку інших людей. Психологічне насильство щодо жінки може здійснюватись з боку керівництва, колег, друзів, а також з боку членів родини – батьків, сиблінгів, старшого покоління в родині, дітей, чоловіка, його родини і т.д. Натомість родина, як специфічна форма людського співіснування є середовищем, яке повинно виступати джерелом безпеки, створювати умови для особистісного розвитку людини.

Психологічне насильство розглядається як регулярний навмисний психологічний вплив на людину шляхом словесної агресії, залякування, погроз, домінування і надмірного контролю, який викликає негативні емоційні переживання, психічну травму чи особистісні негативні зміни та включає примус (Дж. Аріас, С. І. Болтівець, Є. Н. Волков, А. Кеннінгем, Д. Дж. Сонкін, А. М. Томісон, С. Хейн, Т. В. Циганчук, О. Д. Шинкаренко та ін.). Отже вміння управляти та керувати власним емоційним станом в цьому контексті є вкрай важливим. Цей аспект особистості жертв психологічного насильства є маловивченим, а проблематика особливостей саморегуляції емоційного стану жінок-жертв психологічного насильства залишається відкритою.

Зважаючи на розуміння особистості як активно діючого суб'єкта (К. О. Абульханова-Славська, Д. О. Леонтьєв, С. Д. Максименко, С. О. Ставицька, В. О. Татенко, Т. М. Титаренко та ін.), однією із ключових ознак якого є здатність до саморегуляції, можемо стверджувати, що вміння управляти власними психічними станами є необхідним задля збереження психічного здоров'я, гармонійного співіснування з іншими людьми і навколишнім світом та успішного вирішення життєвих проблем. Більшість дослідників розглядають саморегуляцію суб'єкта як свідомий, цілеспрямований процес досягнення мети у вирішенні особистісно значущих завдань (Р. Ф. Баумейстер, І. М. Галян, Л. Г. Дика, А. О. Кацєро, О. О. Конопкін, Д. О. Леонтьєв, В. І. Моросанова, Н. В. Наумчик, О. К. Осницький та ін.). Одним з різновидів психічної саморегуляції є емоційна саморегуляція яка є процесом оптимізації емоційного стану та включає здатність керувати власними емоціями, почуттями та переживаннями, а також діяльністю з врахуванням актуального емоційного стану (І. М. Андрєєва, В. К. Гаврилькевич, Дж. Гросс, Р. Ербер, В. В. Зарицька, С. Л. Кул та ін.).

Зв'язок роботи з науковими програмами, планами, темами. Дослідження є складовою частиною комплексної теми кафедри психології філософського факультету Львівського національного університету імені Івана Франка «Психологічні детермінанти розвитку особистості в умовах соціально-політичної трансформації українського суспільства» (2015-2017 рр., державний реєстраційний

номер 0115U003560) та «Особистість в соціумі: психологічні механізми активності» (з 2018 р., номер держреєстрації № 0118U000619). Тему затверджено Вченою радою Львівського національного університету імені Івана Франка (протокол № 13(12) / від 30 грудня 2015 р.) і узгоджено бюро Міжвідомчої ради з координації наукових досліджень з педагогічних і психологічних наук в Україні (протокол № 4 від 25 вересня 2018 року).

Метою дослідження є виявлення особливостей емоційної саморегуляції жінок – жертв психологічного насильства в родині, які пов'язані з їхніми особистісними характеристиками, спрямованістю та типом емоційної саморегуляції.

Досягнення мети передбачає розв'язання таких **завдань дослідження**:

1) Здійснити теоретичний аналіз стану розробленості проблеми емоційної саморегуляції особистості та проблеми психологічного насильства, уточнити зміст поняття психологічного насильства та його критеріїв, побудувати теоретичну модель емоційної саморегуляції особистості у зв'язку з психологічним насильством;

2) Обґрунтувати теоретико-методичні засади дослідження та визначити особливості емоційної саморегуляції жінок, які зазнали психологічного насильства з боку різних членів родини, її структуру та спрямованість;

3) Розробити типологію емоційної саморегуляції жінок, які зазнали психологічного насильства в родині;

4) Побудувати емпіричну модель емоційної саморегуляції жінок, які зазнали психологічного насильства в родині та надати рекомендації щодо напрямків психологічної роботи із підвищення рівня емоційної саморегуляції жінок – жертв психологічного насильства в родині.

Об'єкт дослідження: емоційна саморегуляція особистості.

Предметом дослідження виступають особливості емоційної саморегуляції жінок, які зазнали психологічного насильства в родині.

Методи дослідження. Для досягнення мети та вирішення завдань було застосовано комплекс методів, серед яких:

- теоретичні – аналіз, синтез, порівняння, узагальнення та систематизація концептуальних положень щодо проблеми емоційної саморегуляції жінок, метод теоретичного моделювання для створення моделі емоційної саморегуляції жінок у зв'язку з психологічним насильством в родині;

- емпіричні методи: тестування – для визначення основних параметрів та показників дослідження. З метою визначення особливостей емоційної саморегуляції жінок, які зазнали психологічного насильства використано: опитувальник «Здатність до самоуправління» Н. М. Пейсахова, опитувальник «Стиль саморегуляції поведінки» В. І. Моросанової, опитувальник для виявлення вираженості самоконтролю в емоційній сфері, діяльності і поведінці Г. С. Нікіфорова, методика «Модель емоційного інтелекту» М. О. Манойлової, тест «Емоційні бар'єри у міжособовому спілкуванні» В. Бойка, шкала «Емоційна стійкість-емоційна нестійкість» п'ятифакторного опитувальника особистості Хїджиро Тсуїї (5BFQ) в адаптації А. Хромова, багаторівневий особистісний

опитувальник «Адаптивність» А. Г. Маклакова і С. В. Чермяніна, шкала «Самовладання» тесту-опитувальника «Дослідження вольової саморегуляції» А. В. Зверькова і Е. В. Ейдмана, авторська методика «Дослідження психологічного насильства над жінками в родині», методика діагностики міжособових стосунків Т. Лірі, методика С. Бем для дослідження маскулінності-фемінності, методика дослідження самоствалення С. Р. Пантелеева, Індивідуально-типологічний опитувальник Л. М. Собчик, опитувальник стратегій поведінки для подолання стресу Р. Лазаруса та С. Фолкмана, а також опитувальник «Шкали психологічного благополуччя» К. Ріфф в адаптації Т. Шевеленкової і П. Фесенка.

– методи статистичного опрацювання емпіричних даних: однофакторний дисперсійний аналіз Шеффе – для визначення відмінностей між групами жінок, які зазнали психологічного насильства та, які не мали такого досвіду; факторний аналіз – для виокремлення факторної структури емоційної саморегуляції жінок; кластерний – для виокремлення груп жінок, які різною мірою зазнали психологічного насильства та типів емоційної саморегуляції жінок, які були скривджені у родині; кореляційний – для з'ясування взаємозв'язків між емоційною саморегуляцією жінок та формами психологічного насильства, особистісними особливостями; коефіцієнт α -Кронбаха – для виявлення внутрішньої узгодженості між шкалами методики. Статистичне опрацювання даних відбувалося за допомогою комп'ютерної програми STATISTICA, версія 8.0 та 10.0.

– інтерпретаційні – для пояснення досліджуваних феноменів на основі теоретичної моделі та систематизації результатів якісного і кількісного аналізу дослідницького матеріалу.

Наукова новизна отриманих результатів:

Уперше:

– *визначено* особливості емоційної саморегуляції жінок, які зазнали психологічного насильства в родині, які полягають: *в емоційній нестійкості*, як схильності до тривожності, напруженості, депресивності, самокритики, емоційної лабільності; *в дефіциті самоконтролю*, як труднощі довільного контролю емоційних реакцій та станів та *дефіциті самостабілізації*, як дезадаптивності, нервово-психічної нестійкості, негнучкості емоцій; *в амбівалентності самоуправління*, як негнучкості, несамостійності, завищеної вимоги до себе; *в саморозумінні*, як усвідомлення своїх переживань та які узагальнено у відповідній емпіричній моделі;

– *встановлено* особливості емоційної саморегуляції жінок, які зазнали психологічного насильства з боку різних членів родини: *батьків* – труднощі у самоконтролі емоцій та поведінки, у розумінні та керуванні емоціями, емоційні бар'єри, емоційна нестійкість; *сиблінгів* – негнучкість як здатність швидко змінювати свою поведінку відповідно до зовнішніх умов, труднощі у визначенні суб'єктивних критеріїв адекватності ситуації та прийнятті рішень; *прабатьків* – труднощі в оцінці ситуації, негнучкість; *чоловіка* – труднощі у плануванні діяльності та керуванні своїми емоціями; *дітей* – труднощі в усвідомленні своїх емоцій, у поведінковому самоконтролі, програмуванні власних дій; *родини чоловіка*

– самовладання, здатність до планування та самоуправління, самоконтролю, небажання зближуватись в емоційній сфері;

– *виокремлено* типи емоційної саморегуляції жінок, які зазнали психологічного насильства в родині: *адаптивний*, який характеризується самовладанням, усвідомленням своїх емоцій та емоцій інших людей, керуванням своїми емоціями, особистісним адаптивним потенціалом; *емоційно нестійкий* – виявляється в коливанні емоцій, емоційній нестійкості, емоційних бар'єрах у міжособових стосунках; *спонтанний*, якому характерна емоційна імпульсивність, емоційна нестійкість, низький рівень особистісного адаптивного потенціалу, та окреслено психологічні особливості скривджених жінок з різними типами емоційної саморегуляції.

Поглиблено уявлення:

– про психологічне насильство як деструктивний психологічний вплив, який має негативні наслідки;

– про критерії психологічного насильства: поведінкові та когнітивно-емоційні, які охоплюють форми зневажливого ставлення з боку кривдника, а також почуття і переживання жертви психологічного насильства.

Набули подальшого розвитку:

– поняття саморегуляції та емоційної саморегуляції жінок у контексті психологічного насильства з боку батьків, прабатьків, сиблінгів, дітей, чоловіка, його родини;

– зміст психологічної роботи, спрямованої на підвищення здатності до емоційної саморегуляції жінок – жертв психологічного насильства в родині.

Практичне значення наукових результатів полягає у можливості використання розробленої моделі емоційної саморегуляції жінок, які зазнали психологічного насильства в родині, практичними психологами та представниками соціальних служб при побудові стратегій психологічної (психоконсультаційної, психоедукаційної, психокорекційної) та соціально-реабілітаційної роботи з жінками щодо подолання наслідків психологічного насильства та його попередження. Основні результати дослідження можуть бути впроваджені у програми психологічної підтримки, яка здійснюється центрами допомоги особам, що стали жертвами насильства та будуть корисними при створенні психокорекційних та психотерапевтичних програм щодо оволодіння прийомами і техніками емоційної саморегуляції в складних життєвих ситуаціях. Розроблений методичний інструментарій дослідження особливостей емоційної саморегуляції скривджених у родині жінок, може бути методичною основою для подальших досліджень. Теоретичний та емпіричний матеріал може стати корисним у процесі розробки та викладання навчальних курсів із загальної, вікової, соціальної психології, психологічного консультування та психології здоров'я.

Апробація результатів дослідження. Основні положення та результати дослідження були представлені на Міжнародних науково-практичних конференціях: «Особистість-Стосунки-Розвиток: міждисциплінарний аспект» (м. Львів, 2016), «Teoretyczne i badania stosowane w dziedzinie pedagogiki, psychologii i nauk społecznych» (м. Кельце, 2016), «Актуальні проблеми психології

особистості на європейському просторі» (м. Кам'янець-Подільський, 2018), «Актуальні проблеми філософії освіти: загальнофілософські, психолого-педагогічні та організаційні виміри» (м. Дрогобич, 2018), «Психологічна наука та практика XXI століття» (м. Львів, 2019); на Всеукраїнських науково-практичних конференціях: «Психологічні детермінанти розвитку особистості в умовах соціально-психологічної трансформації українського суспільства» (м. Львів, 2016), «Рівність, лідерство, спілкування в європейських прагненнях української молоді: гендерний дискурс» (м. Тернопіль, 2016), «Психологія в контексті сучасних досліджень проблем розвитку особистості» (м. Запоріжжя, 2016); на XIII-XV науково-практичних конференціях студентів та молодих вчених «Психологічні проблеми сучасності» (м. Львів, 2016-2018 рр.). Результати роботи обговорювалися на методологічних семінарах кафедри психології та звітних конференціях Львівського національного університету імені Івана Франка (2016-2019 рр.).

Результати дослідження було **впроваджено** у практичну роботу Центру соціально-психологічної допомоги у Львівській області (Довідка № 8 від 22.01.2019), Яворівського районного центру соціальних служб для сім'ї, дітей та молоді (Довідка № 54 від 05.02.2019), у навчальний процес Дрогобицького державного педагогічного університету імені Івана Франка (Довідка № 102 від 04.02.2019) при викладанні курсів «Психологія здоров'я», «Психологічна допомога у кризових та екстремальних ситуаціях», «Психологічне консультування».

Публікації. Основний зміст роботи відображено у восьми одноосібних публікаціях, із них 5 статей опубліковано у наукових фахових виданнях, включених до переліку МОН України, 1 – у зарубіжному науковому виданні.

Структура та обсяг дисертації. Дисертація складається зі вступу, трьох розділів, висновків, списку використаних джерел, який включає 261 найменування (із них 89 іноземними мовами – англійською та польською) та додатків. Загальний обсяг дисертації становить 281 сторінку, основна частина дисертації викладена на 177 сторінках. Текст дисертації містить 13 рисунків та 24 таблиці. Додатки розміщено на 75 сторінках.

ОСНОВНИЙ ЗМІСТ ДИСЕРТАЦІЇ

У **вступі** обґрунтовано актуальність теми дослідження, визначено об'єкт, предмет, мету, завдання, описано методи дослідження, представлено наукову новизну, практичне значення, наведено дані про апробацію результатів, публікації, структуру та обсяг дисертації.

У **першому** розділі – «**Теоретичні засади вивчення особливостей емоційної саморегуляції жінок, які зазнали психологічного насильства в родині**» - представлено результати теоретичного аналізу проблеми саморегуляції особистості з позицій діяльнісного, системного, системно-функціонального, когнітивного, мотиваційного та ресурсного підходів. Здійснено аналіз емоційної саморегуляції в структурі саморегуляції особистості, її структури та компонентів. Показано, що актуальність емоційної саморегуляції зростає в ситуації психологічного насильства, яке виступає значним стресогенним чинником.

Розглянуто підходи до проблеми психологічного насильства та природи його виникнення у міжособових стосунках. Проаналізовано причини, форми та критерії психологічного насильства. На основі проведеного аналізу побудовано теоретичну модель емоційної саморегуляції особистості у зв'язку з психологічним насильством.

Аналіз різноманіття поглядів і підходів щодо трактування «саморегуляції», показав, що вона розглядається як одна з функцій психіки, яка включає оптимізацію власного психічного стану а також інші процеси управління на рівні власної особистості, власних цілей, принципів, життєвого шляху, різних видів активності суб'єкта: управління пізнавальною активністю (регуляція процесами пам'яті, уваги, мислення), поведінкою, діяльністю, спілкуванням (Р. Бауместейстер, М. О. Бернштейн, І. М. Галян, Л. Г. Дика, Е. Дісі, Ю. Куль, О. О. Конопкін, Д. О. Леонт'єв, О. К. Осницький, В. І. Моросанова, Х. Хекхаузен та ін.). У психологічній літературі аналізуються такі різновиди саморегуляції, як особистісна (К. О. Абульханова-Славська, І. М. Галян, О. О. Конопкін, І. І. Чеснокова, Д. М. Чижма), вольова (В. А. Іванніков, С. Д. Максименко, В. І. Селіванов), ціннісна (С. Д. Максименко), мотиваційна (О. Г. Ксенофонтова, Ю. Куль, Х. Хекхаузен), емоційна (Р. Баумейстер, Дж. Гросс, С. Д. Максименко). І. М. Галян вказує на існування багатьох об'єктів саморегуляції і виокремлює, залежно від скерованості об'єкта, саморегуляцію діяльності, поведінки, психічних процесів, мотиваційної сфери тощо. Емоційна саморегуляція у структурі особистості розглядається як один з різновидів психічної саморегуляції, що онтогенетично розвивається першим у вигляді базальної емоційної саморегуляції, яка скерована на забезпечення психологічного комфорту і стабільності внутрішнього стану. В процесі життєдіяльності емоційна саморегуляція забезпечує емоційне регулювання діяльності та її корекцію з врахуванням актуального емоційного стану (В. К. Гаврилькевич, В. А. Іванніков).

Значення емоційної саморегуляції зростає у ситуації психологічного насильства в родині, яке виступає значним стресогенним чинником, а вміння регулювати власний емоційний стан є важливим в контексті забезпечення та збереження свого психологічного благополуччя.

Психологічне насильство розглядається як регулярний навмисний психологічний вплив на людину шляхом словесної агресії, залякування, погроз, домінування і надмірного контролю, який викликає негативні емоційні переживання, психічну травму чи особистісні негативні зміни та включає примус (Дж. Аріас, С. І. Болтівець, А. Кеннінгем, Д. Дж. Сонкін, А. М. Томісон, С. Хейн, Т. В. Циганчук, О. Д. Шинкаренко та ін.).

У результаті проведеного теоретичного дослідження було розроблено модель емоційної саморегуляції особистості у зв'язку з психологічним насильством. Представлена модель відображає зміну та регуляцію емоційного стану особистості, що об'єктивно зазнала психологічного насильства у формі заборон та примусу, погроз, контролю, негативного оцінювання розумових здібностей, емоційного нехтування тощо. Емоційна саморегуляція є однією зі складових психічної саморегуляції особистості, тобто функціонує всередині цього конструкту та

протікає відповідно до рівнів її онтогенетичного розвитку (несвідомий, свідомий вольовий та свідомий смисловий). Психологічне насильство, крізь призму особистісних особливостей, способу регуляції власного психічного стану викликає певну емоційну реакцію, і ці емоційні переживання породжують суб'єктивні емоційні наслідки насильства, зокрема емоційну нестійкість, тривожність, депресивність, страх, невпевненість, вразливість, залежність, почуття образи та приниженості, занижену самооцінку тощо. Тривалий вплив насильства негативно впливає на особистісні особливості жертви насильства.

У другому розділі – **«Організація емпіричного дослідження особливостей емоційної саморегуляції жінок, які зазнали психологічного насильства в родині»** - висвітлюються питання організації емпіричного дослідження емоційної саморегуляції жінок, які зазнали психологічного насильства в родинних стосунках. Представлено розроблену програму дослідження, розкрито зміст її етапів, подано опис і результат процесу розробки методики, спрямованої на дослідження психологічного насильства над жінками в родині. Визначено емпіричні показники, обґрунтовано методичний інструментарій емпіричного дослідження та охарактеризовано групу досліджуваних.

Емпіричне дослідження проходило у три етапи: *на першому* – підготовчому етапі, відповідно до теоретичної моделі, було визначено емпіричні показники емоційної саморегуляції та на основі результатів пілотажного дослідження здійснено вибір методичного інструментарію. Також на цьому етапі проводилась розробка та апробація методики для дослідження психологічного насильства над жінками в родині; *на другому* – основному – проведено дослідження особливостей емоційної саморегуляції жінок, які зазнали психологічного насильства, та тих жінок, які не мали такого досвіду; *на третьому* – інтерпретаційному етапі – здійснено аналіз, інтерпретацію отриманих даних, розкрито особливості емоційної саморегуляції жінок у зв'язку з психологічним насильством та представлено їх в побудованій емпіричній моделі.

Загалом у дослідженні взяли участь 494 жінки, з них 90 – у пілотажному дослідженні та апробації методики для дослідження психологічного насильства в родині.

У процесі основного дослідження застосовано стандартизовані тести-опитувальники, за допомогою яких вимірювалися такі емпіричні показники: показники саморегуляції особистості (здатність до самоуправління, стильові особливості саморегуляції поведінки); показники емоційної саморегуляції жінок (самоуправління, самоконтроль, самостабілізація, емоційна стійкість, саморозуміння, вольова емоційна саморегуляція); показники чинників емоційної саморегуляції жінок (індивідуально-психологічні особливості, самоставлення, демографічні характеристики, особливості міжособових стосунків, психологічна стать, показники суб'єктивного благополуччя); показники психологічного насильства в родині (заборони та примус, погрози, контроль, негативне оцінювання розумових здібностей, емоційне нехтування).

Первинні результати дослідження було введено у комп'ютерне середовище програм Microsoft Office Excel; Statistica 8.0, 10.0 та статистично опрацьовано. Для

вимірювання показників психологічного насильства в родині було здійснено розробку методики діагностики психологічного насильства над жінками в родині. На основі теоретичного аналізу змісту критеріїв та форм прояву досліджуваного явища були сформульовані запитання до методики. Для забезпечення валідності методики ми спиралися на наукові доробки А. Каас та виділені індикатори емоційного насильства у стосунках; Г. Ю. Мустафаєва, який описав соціально-психологічну характеристику осіб, які зазнають насильства в сім'ї; Дж. Сонкіна, який виділяв критерії психологічного насильства; Т. В. Циганчук та Д. Д. Лях, які досліджували причини та наслідки насильства над жінкою в сім'ї, а також виділили види психологічного насильства залежно від форми важкості; С. Хейна, який досліджував форми прояву психологічного насильства. Далі за допомогою методів статистичної обробки даних, зокрема експлораторного факторного аналізу, було здійснено групування шкал методики, а перевірка отриманої факторної моделі була здійснена за допомогою конфірматорного факторного аналізу, який дозволяє перевірити правильність віднесення кожного пункту до тої чи іншої шкали. Виділені шість факторів, які описують 52,96% дисперсії. Назви шести виділених факторів збігаються з формами психологічного насильства: «Заборони та примус», «Погрози», «Контроль», «Презирство та знецінення особистості», «Негативне оцінювання розумових здібностей», «Емоційне нехтування». Оцінка надійності інструменту здійснювалася за допомогою визначення коефіцієнту α -Кронбаха (оцінка внутрішньої консистентності) для кожної шкали методики. Усі шкали мають достатню внутрішню узгодженість (коефіцієнт α -Кронбаха становив від 0,67 до 0,95).

У третьому розділі – **«Особливості емоційної саморегуляції жінок, які зазнали психологічного насильства в родині: результати емпіричного дослідження»** – описано результати емпіричного дослідження емоційної саморегуляції жінок, які зазнали психологічного насильства в родині, проведеного згідно з попередньо описаною програмою і теоретичною моделлю. Здійснено порівняльний опис особливостей саморегуляції та емоційної саморегуляції жінок, які зазнали психологічного насильства в родині, та тих жінок, які не мали такого досвіду. Виявлено зв'язки показників емоційної саморегуляції та показників психологічного насильства в родинних стосунках та описано особливості емоційної саморегуляції жінок, які зазнали психологічного насильства з боку різних членів родини. Виокремлено типи емоційної саморегуляції жінок в ситуаціях психологічного насильства щодо них в родині. На основі результатів статистичного опрацювання даних та аналізу психологічного змісту окремих складових поняття емоційної саморегуляції побудовано та описано модель емоційної саморегуляції жінок, які зазнали психологічного насильства в родині.

Здійснений порівняльний та кореляційний аналіз отриманих даних щодо особливостей емоційної саморегуляції жінок дає підстави стверджувати, що жінки, які часто зазнавали психологічного насильства, мають найбільше труднощів у сфері саморегуляції поведінки, діяльності та емоцій ($p=0,000$), зокрема із усвідомленим планування власної поведінки та діяльності ($p=0,000$), вони мають труднощі у визначенні значимих умов досягнення власних цілей у конкретних

ситуаціях у порівнянні з жінками, які не мали такого досвіду ($p=0,000$). Що вищим є психологічне насильство щодо жінки з боку членів родини, то нижчими є здатності до цілеспрямованого управління жінкою своїми формами активності: переживаннями, поведінкою, діяльністю, спілкуванням ($r=-0,49$), знижується здатність швидко коригувати свою поведінку згідно зміни умов ситуації ($r=-0,36$). Зростання негнучкості емоцій ($r=0,40$) та депресивності ($r=0,42$) в міру росту психологічного насильства найбільш характерне для жінок, які були часто скривдженими, а у жінок, які були іноді скривдженими зі зростанням психологічного насильства пов'язане зростання бар'єрів у емоційній сфері (від $r=0,36$ до $r=0,40$). Часто скривджені жінки мають найнижчий рівень особистісного адаптивного потенціалу ($p=0,000$), що вказує на труднощі емоційного пристосування до змінних зовнішніх умов.

З метою аналізу групування взаємозалежних параметрів емоційної саморегуляції у групі досліджуваних, які часто зазнали психологічного насильства, був застосований факторний аналіз. Сумарний внесок факторів у загальну дисперсію склав, в різних випадках від 4 до 24%. Загалом виділені фактори пояснюють 51,03% розсіювання даних. Проведений факторний аналіз дозволив побудувати п'ятифакторну модель, яка вказує на роль емоційної саморегуляції у структурі загальної саморегуляції жінок-жертв родинного насильства. Для з'ясування особливостей цієї моделі був проведений аналогічний факторний аналіз для емпіричних даних контрастної групи, в результаті якого виокремлено п'ять факторів, які пояснюють 53,85% розсіювання даних. Сумарний внесок факторів у загальну дисперсію склав, в різних випадках від 4 до 27%. Згідно отриманих результатів у групі жінок, які часто зазнавали психологічне насильство виділено такі фактори: «амбівалентність самоуправління» (внесок у сумарну дисперсію 24,4%), «дезадаптивність» (8,3%), «емоційна нестійкість» (6,8%), «дефіцит самоконтролю» (6,7%), «емоційний інтелект» (4,6%). У групі жінок, які не зазнали психологічного насильства в результаті факторного аналізу також виділено п'ять факторів: «самоконтроль» (внесок у сумарну дисперсію 27,5%), «адаптивність» (9%), «емоційна стійкість» (6,8%), «самоуправління» (6,3%), «емоційний інтелект» (4,1%). Результати факторного аналізу показали, що емоційна саморегуляція у структурі загальної саморегуляції жінок, які зазнали психологічного насильства, суттєво відрізняється від емоційної саморегуляції у структурі загальної саморегуляції тих жінок, які не зазнали психологічного насильства в родині. Компонентами емоційної саморегуляції визначено: самоконтроль, емоційну стійкість, самоуправління, саморозуміння та емоційний інтелект, самостабілізацію та адаптивність. У жінок, які часто зазнали психологічного насильства, усі компоненти є дефіцитарними, окрім емоційного інтелекту. Особливості прояву особистісної саморегуляції пов'язані із різними особистісними властивостями жінок, які зазнали психологічного насильства.

Із зростанням самоуправління жінок, які часто зазнавали психологічного насильства в родині, знижується підозрілість у стосунках з іншими людьми ($r=-,37$), а також знижується тенденція до перебільшення власної ролі у виникненні ситуації психологічного насильства, що включає самокритику та самозвинувачення ($r=-$

0,30). Самоконтроль та емоційна зрілість сприяють частішому застосуванню копінг-стратегій, що передбачають вирішення проблемних ситуацій шляхом спроб уникнути чи стримати інтенсивні емоційні реакції на фрустрацію ($r=0,29$). Жінки, які часто зазнавали психологічного насильства, але мають добрі, дружні, безкорисливі стосунки з іншими краще справляються з негативними емоціями, мають почуття скерованості та наявності змісту життя ($r=0,33$).

Закритість, критичність до себе жінок, які іноді зазнавали психологічного насильства в родині, передбачає зростання показників емоційної саморегуляції, зокрема самоуправління ($r=0,44$), емоційного інтелекту ($r=0,32$) та адаптивності ($r=0,33$), зниження емоційної нестійкості ($r=-0,25$). Якщо жінки, які іноді зазнавали психологічного насильства схильні до цілеспрямованого самоуправління емоціями, почуттями, поведінкою та діяльністю, то вони більшою мірою очікують позитивного ставлення щодо себе з боку інших людей, зростає самоповага ($r=0,38$). У жінок, які не зазнали психологічного насильства в родині наявність маскулінних рис особистості ($r=0,36$), позитивного ставлення до себе ($r=0,32$) та позитивних стосунків з іншими людьми ($r=0,31$) пов'язується із зростанням здатності до управління власними переживаннями, діями та поведінкою. Самоконтроль жінок, які не зазнали психологічного насильства, їхня здатність ефективно контролювати свої емоції позитивно впливає на впевненість у собі ($r=0,38$), здатність встановлювати дружні та позитивні стосунки з іншими людьми ($r=0,32$).

Психологічне насильство щодо особи може здійснюватися в родині з боку партнера, батьків, прабатьків, сиблінгів, дітей тощо. Спрямованість емоційної саморегуляції жінок, які зазнали психологічного насильства є різноплановою в залежності від кривдника. При психологічному насильстві з боку батьків встановлено зниження загальних навичок самоконтролю жінки (діапазон коефіцієнтів кореляції лежить в межах від $r=-0,38$ до $r=-0,50$), які свідчать про зміну здатності контролювати власні вчинки, дії, психічні явища, зростанні чутливості та ранимості жінки. Проте, той же самоконтроль є вищим у жінок, які зазнавали психологічного насильства з боку родини чоловіка ($r=0,45$). Нездатність жінки виділяти важливі аспекти для досягнення цілей ($r=-0,37$), невміння орієнтуватись в ситуації пов'язана ($r=-0,42$) з презирством, підозрами, зневажливістю з боку рідних братів або сестер, прабатьків. Зневажливе ставлення з боку дітей пов'язане з невмінням жінки помічати власні помилки, некритичністю до своїх дій, наявністю труднощів у встановленні емоційних контактів та зниженням поведінкового самоконтролю жінки (діапазон коефіцієнтів кореляції лежить в межах від $r=-0,38$ до $r=0,49$).

Встановлені особливості емоційної саморегуляції жінок, які зазнали психологічного насильства та жінок, які не мали такого досвіду дали підстави для виокремлення груп жінок, які зазнали психологічного насильства з різними структурами емоційної саморегуляції, оскільки описана спрямованість їхньої емоційної саморегуляції підтверджує застосування різних механізмів емоційного саморегулювання при зневажливому ставленні з боку членів родини. Застосований кластерний аналіз за методом k-середніх, в результаті виокремлено три кластери. На основі такого поділу групи досліджуваних було здійснено порівняльний аналіз

групових показників за критерієм Шеффе, в результаті чого виявлено статистично значущі відмінності у психологічних параметрах емоційної саморегуляції жінок, які піддавались негативному впливу психологічного насильства.

Тип емоційної саморегуляції першої підгрупи (кластер 1) досліджуваних можна умовно описати як «Емоційно нестійкий». Цей тип емоційної саморегуляції описується через високий рівень емоційної нестійкості ($M=61,35$), нервово-психічну нестійкість ($M=1,51$) у поєднанні з низькою адаптивністю ($M=1,26$) та наявністю емоційних бар'єрів у стосунках з іншими ($M=15,97$).

Тип емоційної саморегуляції другої підгрупи (кластер 2) жінок описуються як «Адаптивний» тип емоційної саморегуляції, оскільки рівень емоційного інтелекту є найвищим серед досліджуваних ($M=7,65$), а показник адаптивності у цій підгрупі є в межах середніх показників ($M=3,52$). Такий тип емоційної саморегуляції характерний для жінок, які маючи негативний досвід психологічного насильства в родині зберігають високий рівень самовладання як здатності володіти собою в різних ситуаціях, розуміють свої емоції та вміють керувати ними, не мають надмірної кількості емоційних бар'єрів у стосунках з іншими, а також характеризуються адаптивністю в змінних умовах. При наявності психологічного насильства з боку родини чоловіка не втрачають емоційний самоконтроль та мають високий рівень адаптивності до поведінки членів родини.

Тип емоційної саморегуляції третьої підгрупи (кластер 3) досліджуваних характеризується як «Спонтанний» тип, оскільки дані жінки мають найнижчий рівень самовладання серед досліджуваної вибірки ($M=4,21$), що свідчить про спонтанність та імпульсивність у стосунках з іншими. «Спонтанний» тип емоційної саморегуляції описує жінок, які характеризуються вразливістю ($M=4,21$), низькою емоційною стійкістю ($M=53,02$) та адаптивністю ($M=1,45$), низьким рівнем емоційного інтелекту ($M=4,54$) та недостатньою усвідомленістю усіх відтінків власних переживань та переживань інших людей ($M=3,45$).

Отримані результати постали основою для побудови моделі, що описує особливості емоційної саморегуляції жінок у зв'язку з психологічним насильством в родині (рис.1), за якою особливостями емоційної саморегуляції жінок, які зазнали психологічного насильства є труднощі у визначенні цілей діяльності, нестійкість суб'єктивних критеріїв оцінки ситуації, дефіцит самоконтролю, самостабілізації, емоційна нестійкість, саморозуміння, амбівалентність самоуправління. Модель ілюструє особливості емоційної саморегуляції жінок, в залежності від того, хто з членів родини здійснював психологічне насильство щодо жінки та типологію емоційної саморегуляції таких жінок. Ґрунтуючись на побудованій емпіричній моделі було розроблено рекомендації для психологів, соціальних працівників щодо напрямків психологічної роботи (просвітницької, психопрофілактичної, психодіагностичної, психокорекційної), спрямованої на подолання наслідків психологічного насильства та підвищення рівня емоційної саморегуляції жінок, які зазнали психологічного насильства.

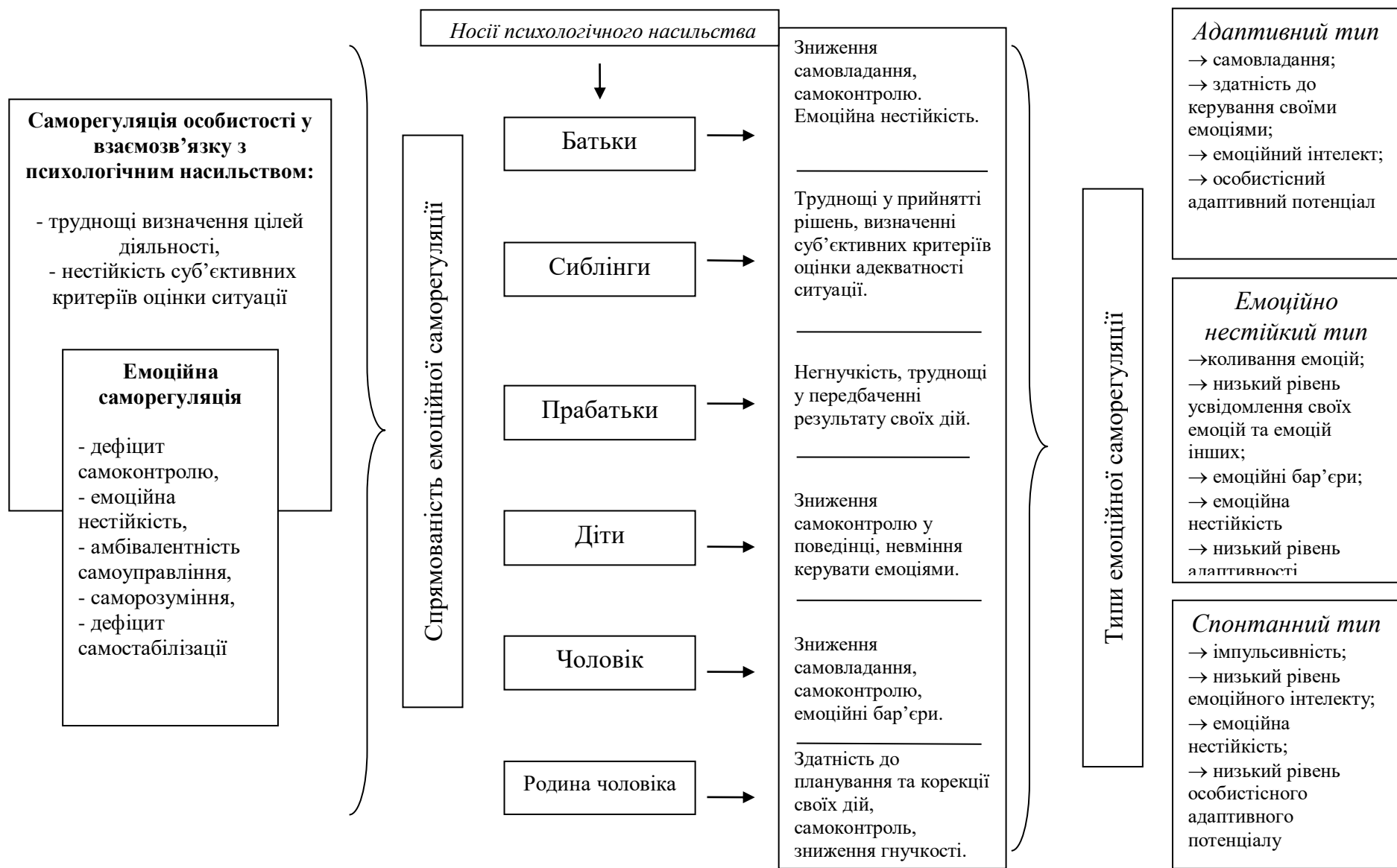


Рис. 1. Емпірична модель емоційної саморегуляції жінок, які зазнали психологічного насильства в родині

ВИСНОВКИ

У дисертації представлено теоретичне обґрунтування та вирішення наукової проблеми, що виявляється у розкритті особливостей емоційної саморегуляції жінок, які зазнали психологічного насильства в родинних стосунках з боку різних членів родини та виокремленні її типів. Отримані результати дозволяють зробити такі висновки:

1. Саморегуляція розглядається як процес оптимізації психічного стану та управління на рівні власної особистості, власних цілей, принципів, життєвого шляху (самодетермінація, самореалізація) та різних видів активності суб'єкта (пізнавальної активності, поведінки, діяльності, спілкування). Емоційну саморегуляцію розглянуто в контексті психічної саморегуляції як один із її різновидів та показано, що в загальній структурі саморегуляції емоційна підсистема відображає в безпосередній чуттєвій формі значення для організму та особистості тих або інших зовнішніх чинників, власних внутрішніх станів та результатів взаємодії суб'єкта з фізичним та соціальним оточенням. Емоційна саморегуляція забезпечує регулювання діяльності та її корекцію з врахуванням актуального емоційного стану. Встановлено, що емоційна саморегуляція передбачає володіння прийомами стабілізації емоцій відповідно до життєвої ситуації та обумовлена психофізіологічними особливостями нервової системи, нервово-психічною стійкістю, індивідуально-психологічними особливостями людини.

Побудовано теоретичну модель емоційної саморегуляції особистості у зв'язку з психологічним насильством, яка демонструє вплив психологічного насильства на способи регуляції власного емоційного стану крізь призму особистісних особливостей скривджених осіб та показує, що наслідками психологічного насильства можуть виступати емоційна нестійкість, тривожність, депресивність, страх, невпевненість, вразливість, залежність, почуття образи та приниженості тощо.

Психологічне насильство розглянуто як регулярний навмисний психологічний вплив на людину шляхом словесної агресії, залякування, погроз, домінування і надмірного контролю, який викликає негативні емоційні переживання, психічну травму чи особистісні негативні зміни та включає примус. Виділено поведінкові (вербальна агресія, ігнорування, домінування, переслідування, непередбачуваність) та когнітивно-емоційні (почуття приниження, дискомфорту, роздратування, образи, «звикання» з образливою поведінкою, сумніви у власному психічному здоров'ї, низька самооцінка) критерії психологічного насильства.

2. На основі теоретичної моделі та результатів пілотажного дослідження визначено емпіричні показники (чотири групи емпіричних показників) (*саморегуляції особистості, емоційної саморегуляції та її чинників, психологічного насильства в родині*) та обґрунтовано їх доцільність у вивченні особливостей емоційної саморегуляції жінок, які зазнали психологічного насильства в родині; розроблено та апробовано методику дослідження психологічного насильства над

жінками в родині з використанням процедури розрахування внутрішньої консистентності шкал за допомогою визначення коефіцієнту α -Кронбаха та доведено, що вона дозволяє виявляти особливості жорстокого поводження в родині.

Виявлено особливості емоційної саморегуляції жінок, які зазнали психологічного насильства в родині – вони виявляють найнижчу здатність до саморегуляції, найменшу гнучкість емоцій та зниження самоконтролю у емоційній сфері на відміну від тих жінок, які не мали такого досвіду. Останні ж характеризуються найбільш оптимальною здатністю до самоуправління, є більш емоційно стійкими.

У структурі емоційної саморегуляції жінок, які часто зазнавали психологічного насильства на відміну від жінок, які не мали такого досвіду, наявні такі компоненти, як дефіцит самоконтролю, емоційна нестійкість, амбівалентність самоуправління, саморозуміння, дефіцит самостабілізації, що може свідчити про дисгармонійність емоційної саморегуляції.

Зафіксовано, що при наявності погроз, контролю, емоційного нехтування, знецінення інтелекту *з боку батьків* – у жінок знижується самовладання, самоконтроль та емоційна стійкість жінок; *з боку сиблінгів* – виникають труднощі у прийнятті рішень, визначенні суб'єктивних критеріїв адекватності ситуації; *з боку старшого покоління* – проявляється негнучкість, труднощі у передбаченні результатів своєї діяльності; *з боку дітей* – спостерігається невміння керувати своїми емоціями та зниження самоконтролю жінки у поведінці; *з боку чоловіка* – знижується самовладання та самоконтроль, виникають труднощі у встановленні емоційних контактів. Натомість, при наявності зневажливого ставлення *з боку членів родини чоловіка* (свекра, свекрухи тощо), особливо емоційного нехтування, заборон, примусу у жінок зростає самоконтроль, здатність до планування та корекції своєї поведінки; зростає небажання зближуватись з ними у емоційній сфері. Отже, спрямованість емоційної саморегуляції скривджених жінок залежить від того, хто з членів родини виступає в ролі кривдника.

3. Виявлено три типи емоційної саморегуляції жінок у зв'язку з психологічним насильством в родині: *адаптивний*, який характеризується здатністю жінок до керування своїми емоціями, адаптивністю та самовладанням; характерними проявами *спонтанного* типу є імпульсивність, емоційна нестійкість, вразливість; особливостями *емоційно-нестійкого* типу є низький рівень усвідомлення емоцій та емоцій інших людей, емоційна нестійкість, складність у встановленні емоційних контактів.

4. Побудована за результатами емпіричного дослідження модель емоційної саморегуляції жінок, які зазнали психологічного насильства в родині ілюструє особливості емоційної саморегуляції жінок, в залежності від того, хто з членів родини здійснював психологічне насильство щодо жінки та типологію емоційної саморегуляції таких жінок. Ґрунтуючись на отриманих емпіричних результатах було розроблено рекомендації для психологів, соціальних працівників щодо напрямків психологічної роботи із підвищення рівня емоційної саморегуляції жінок.

Перспективу подальших досліджень вбачаємо у вивченні чинників формування механізмів емоційної саморегуляції жінок у ситуаціях зневажливого ставлення в родині, що може стати основою для формування стратегії розвитку емоційного регулювання у кризових ситуаціях. Ще одним вектором для подальших досліджень є поєднання кількісних та якісних методів дослідження з метою отримання більш цілісного бачення феномену емоційної саморегуляції жінок-жертв психологічного насильства в родині.

СПИСОК ОПУБЛІКОВАНИХ АВТОРОМ ПРАЦЬ ЗА ТЕМОЮ ДИСЕРТАЦІЇ

А) Наукові праці, в яких опубліковані основні наукові результати дисертації

Публікації у виданнях, які входять до міжнародних наукометричних баз:

1. Кочергіна І. А. Критерії та форми психологічного насильства / І. А. Кочергіна // Проблеми сучасної психології: Збірник наукових праць Кам'янець-Подільського національного університету імені Івана Огієнка, Інституту психології імені Г.С. Костюка НАПН України. – 2016. – Вип. 33. – С. 314-326.

2. Кочергіна І. А. Теоретичні підходи до пояснення природи психологічного насильства в родині / І. А. Кочергіна // Проблеми сучасної психології: Збірник Наукових праць Кам'янець-Подільського національного університету імені Івана Огієнка, Інституту психології імені Г.С. Костюка НАПН України. – 2016. – Вип. 34. – С. 240-253.

3. Кочергіна І. А. Апробація методики дослідження психологічного насильства над жінками в родині / І. А. Кочергіна // Психологія і особистість. – 2017. – № 1 (11). – С. 82-93.

4. Кочергіна І. А. Індивідуальні особливості саморегуляції жінок, які зазнали психологічного насильства в родині / І. А. Кочергіна // Науковий вісник Херсонського державного університету Серія: Психологічні науки. – 2017. – № 3 – С. 97-103.

5. Кочергіна І. А. Спрямованість саморегуляції жінок при психологічному насильстві з боку родини / І. А. Кочергіна // Психологія: реальність і перспективи: Збірник наукових праць Рівненського державного гуманітарного університету. – 2017. – Вип. 10. – С. 67-75.

Публікації у зарубіжних наукових виданнях:

6. Kocherhina I. Types of emotional self-regulation of women who have suffered from psychological abuse in a family / I. Kocherhina // Journal of Education, Culture and Society. – 2018. – Vol. 9, №2. – P. 81-92.

Б) Оpubліковані праці апробаційного характеру:

1. Кочергіна І. А. Особливості жінок, які зазнали психологічного насильства / І. А. Кочергіна // Матеріали XIII науково-практичної конференції студентів та молодих вчених [«Психологічні проблеми сучасності»], (Львів, 11-12 травня 2016 року) – Львів, 2016. – С. 29-31.

2. Кочергіна І. А. Самоспівчуття як складова емоційної саморегуляції осіб, що зазнали психологічного насильства / І. А. Кочергіна // Матеріали міжнародної

науково-практичної конференції [«Особистість-Стосунки-Розвиток: міждисциплінарний аспект»], (Львів, 3-4 червня 2016 року) – Львів, 2016. – С. 113-115.

3. Кочергіна І. А. Моделі емоційної саморегуляції людини: теоретичний аналіз / І. А. Кочергіна // Матеріали звітної наукової конференції філософського факультету – Львів: Видавничий центр ЛНУ імені Івана Франка, 2016. – С. 216-218.

4. Кочергіна І. А. Емоційна саморегуляція: структура, чинники та механізми / І. А. Кочергіна // Матеріали Всеукраїнської науково-практичної конференції [«Психологічні детермінанти розвитку особистості в умовах соціально-психологічної трансформації українського суспільства»], (Львів, 11-12 листопада 2016 року) – Львів, 2016. – С. 91-95.

5. Кочергіна І. А. До проблеми саморегуляції емоційного стану особистості / І. А. Кочергіна // Матеріали Всеукраїнської науково-практичної конференції [«Рівність, лідерство, спілкування в європейських прагненнях української молоді: гендерний дискурс»], (Тернопіль, 05-07 жовтня 2016 року) – Тернопіль, 2016. – С. 54-55.

6. Кочергіна І. А. Саморегуляція в контексті теоретичних підходів / І. А. Кочергіна // Матеріали Всеукраїнської науково-практичної конференції [«Психологія в контексті сучасних досліджень проблем розвитку особистості»], (Запоріжжя, 25-26 листопада 2016 року) – Запоріжжя, 2016. – С. 28-32.

7. Koczergina I. A. Różnorodne przejawy stabilności emocjonalnej / I. A. Koczergina // Materiały z Międzynarodowej Konferencji Naukowej [«Teoretyczne i badania stosowane w dziedzinie pedagogiki, psychologii i nauk społecznych»], (m. Kielce, Rzeczpospolita Polska, 28-29 grudnia 2016) – Kielce, 2016. – С. 236-238

8. Кочергіна І. А. Психологічне насильство в родинній взаємодії / І. А. Кочергіна // Матеріали звітної наукової конференції філософського факультету – Львів: Видавничий центр ЛНУ імені Івана Франка, 2017. – С. 243-248.

9. Кочергіна І. А. Когнітивні стратегії емоційної саморегуляції при психологічному насильстві / І. А. Кочергіна // Матеріали XIV науково-практичної конференції студентів та молодих вчених [«Психологічні проблеми сучасності»], (Львів, 11-12 травня 2017 року) – Львів, 2017. – С. 33-35.

10. Кочергіна І. А. Особливості емоційної сфери жінок, які зазнали психологічного насильства в родині / І. А. Кочергіна // Матеріали III Міжнародної науково-практичної конференції [«Актуальні проблеми психології особистості на європейському просторі»], (Камянець-Подільський, 15 лютого 2018 року) – Камянець-Подільський, 2018. – С. 89-92.

11. Кочергіна І. А. Особливості копінг-стратегій у жінок, які зазнали психологічного насильства в родинних стосунках / І. А. Кочергіна // Тези звітної наукової конференції філософського факультету / Відп. за випуск Л. Рижак, О. Квас. – Дрогобич : ТЗОВ «Трек-ЛТД», 2018. – Випуск 15. – С. 183-186.

12. Кочергіна І. А. Компоненти емоційної саморегуляції жінок / І. А. Кочергіна // Матеріали міжнародної науково-практичної конференції [«Актуальні проблеми філософії освіти: загальнофілософські, психолого-

педагогічні та організаційні виміри»], (Дрогобич, 19-20 квітня 2018 року) – Дрогобич, 2018. – С. 241-244.

13. Кочергіна І. А. Особливості регуляції емоцій жінками, які зазнали психологічного насильства / І. А. Кочергіна // Матеріали міжнародної науково-практичної конференції [«Психологічна наука та практика ХХІ століття»], (Львів, 22-23 березня 2019 року) – Львів, 2019. – С. 17-21.

АНОТАЦІЇ

Кочергіна І. А. Особливості емоційної саморегуляції жінок, які зазнали психологічного насильства в родині. – На правах рукопису.

Дисертація на здобуття наукового ступеня кандидата психологічних наук за спеціальністю 19.00.01 – загальна психологія, історія психології. – Львівський національний університет імені Івана Франка, Львів, 2019. – Інститут соціальної та політичної психології НАПН України, Київ, 2019.

У дисертації подано теоретичне узагальнення та емпіричне розв'язання проблеми емоційної саморегуляції жінок, які зазнали психологічного насильства в родині. Емоційну саморегуляцію визначено як процес оптимізації емоційного стану, який включає здатність керувати власними емоціями, почуттями та переживаннями, а також діяльністю з врахуванням актуального емоційного стану. Психологічне насильство розглядається як регулярний навмисний психологічний вплив на людину шляхом словесної агресії, залякування, погроз, домінування і надмірного контролю, який викликає негативні емоційні переживання, психічну травму чи особистісні негативні зміни та включає примус. Побудовано емпіричну модель, яка включає особливості емоційної саморегуляції жінок у зв'язку з психологічним насильством, особливості спрямованості емоційної саморегуляції пов'язані з носієм психологічного насильства, типологію емоційної саморегуляції жінок, які зазнали психологічного насильства.

Ключові слова: саморегуляція, емоційна саморегуляція, емоційний стан, психологічне насильство, жінки, родина.

Кочергина И. А. Особенности эмоциональной саморегуляции женщин, подвергшихся психологическому насилию в семье. - На правах рукописи.

Диссертация на соискание ученой степени кандидата психологических наук по специальности 19.00.01 «Общая психология, история психологии». – Львовский национальный университет имени Ивана Франко, Львов, 2019. - Институт социальной и политической психологии НАПН Украины, Киев, 2019.

В диссертации представлено теоретическое обобщение и эмпирическое решения проблемы эмоциональной саморегуляции женщин, подвергшихся психологическому насилию в семье. Эмоциональная саморегуляция является процессом оптимизации эмоционального состояния, которое включает способность управлять собственными эмоциями, чувствами и переживаниями, а также деятельностью с учетом актуального эмоционального состояния. Психологическое насилие рассматривается как намеренное психологическое воздействие на человека путем словесной агрессии, запугивания, угроз, доминирования и чрезмерного

контроля, вызывает негативные эмоциональные переживания, психическую травму или личностные негативные изменения и включает принуждение. Построено эмпирическую модель, которая включает особенности эмоциональной саморегуляции женщин в связи с психологическим насилием, особенности направленности эмоциональной саморегуляции связаны с носителем психологического насилия, типологию эмоциональной саморегуляции женщин, подвергшихся психологического насилия.

Ключевые слова: саморегуляция, эмоциональная саморегуляция, эмоциональное состояние, психологическое насилие, женщины, семья.

Kocherhina I. A. Features of emotional self-regulation of women who have suffered from psychological abuse in the family. - On the rights of the manuscript.

Thesis for the Candidate of Psychological Sciences degree in the specialty 19.00.01 "General Psychology, History of Psychology". – Ivan Franko National University of Lviv, 2019. – Institute for Social and Political Psychology of National Academy of Educational Sciences of Ukraine, Kyiv, 2019.

The dissertation presents theoretical generalizations and empirical solution of the scientific problem of determining the content of emotional self-regulation features of women who have suffered from psychological abuse in the family.

Emotional self-regulation as one of the varieties of psychic self-regulation is the ability to manage their own emotions, feelings and experiences, as well as activities taking into account the current emotional state. Psychological abuse is considered as a regular deliberate psychological impact on a person through verbal aggression, intimidation, threats, dominance and excessive control that causes negative emotional experiences, mental trauma or personal negative changes and involves coercion. Cognitive-emotional (sense of humiliation, discomfort, irritation, insults, "addictive" with abusive behavior, doubts about his own mental health, low self-esteem) are highlighted in behavioral (verbal aggression, ignorance, dominance, harmful emotional actions, persecution, unpredictability) criteria of psychological abuse.

The most distinctive difference between women who are often subjected to psychological abuse, from other women (partially offended and not offended) is that they have the lowest self-regulation ability and this is accompanied by the slightest flexibility of emotion. In women who have sometimes experienced psychological abuse in the family, there is a high probability of experiencing emotional barriers and communication difficulties. Women who have not suffered from psychological abuse, are characterized by the most optimal ability to self-management, are more emotionally stable.

It is confirmed that in the structure of emotional self-regulation of women who were often subjected to psychological abuse, the following components are present: lack of self-control, emotional instability, ambivalence of self-management, self-understanding, lack of self-stabilization, which can testify to the disharmony of emotional self-regulation. In the structure of emotional self-regulation of women who were not offended, the following components were identified: self-control, emotional stability, self-management, self-understanding, self-stabilization, indicating the harmony of emotional self-regulation.

It is emphasized that in the presence of threats, control, emotional neglect, and the impairment of intelligence on the part of parents, self-control, self-command and emotional stability of women are reduced. Control, threats, contempt, emotional negligence on the part of siblings are related to the difficulties in making decisions by women, the definition of subjective criteria for the adequacy of the situation. The inflexibility, difficulty in predicting the results of their activities arise from the control, contempt, and neglect of the mental ability of the older generation. In control and contempt by children, there is an inability to manage their emotions and reduce the self-control of women in behavior. Prohibitions and coercion, threats, emotional neglect by the husband lead to a decrease in self-control and self-control of a woman, the emergence of her difficulties in establishing emotional contacts. On the contrary, in the presence of disrespectful attitude from the part of the family members of the husband (the father-in-law, in-law, etc.), especially emotional neglect, bans, coercion, reluctance to associate with them in the emotional sphere, self-control, ability to plan and correct their behavior. So, the emotional self-regulation of offended women can have a different orientation, and it depends on who from the family members acts as the offender.

The differences and psychological peculiarities of women with different types of emotional self-regulation under psychological abuse in the family are generalized: adaptive, spontaneous and emotionally unstable. The adaptive type is most often driven by the ability to manage their emotions, adaptability, and self-control. Women of the spontaneous type are impulsive, emotionally unstable, less adaptive. An emotionally unstable type unites women who have a low level of awareness of their emotions and emotions of other people, are emotionally unstable, have barriers in establishing emotional contacts.

Key words: self-regulation, emotional self-regulation, emotional condition, psychological abuse, women, family.

Підписано до друку 07.10.2019.
Формат 60x90/16.
Папір офсетний. Друк на різнографі.
Гарнітура Times New Roman.
Умовн. друк. арк. 0,9. Тираж 100 прим.