

The Étude Académique des Droits de l'Homme et du Constitutionnalisme continues to work with international stakeholders to implement best practices and advocate for stronger legal protections. We invite partners, researchers and policymakers to support and contribute to our efforts. Follow our updates and engagement opportunities:

Website: <https://eadhc.fr/>

LinkedIn: <https://www.linkedin.com/company/eadh/>

Together, we can make a lasting impact to ensure safety and justice for victims of domestic violence in Ukraine.

Literature:

1. Increase in Domestic Violence Cases in Ukraine in 2024. Fewer Cases of Domestic Violence Reach Court. 19 June 2024. URL: <https://opendatabot.ua/analytics/domestic-violence-2024-5>

2. Домашнє насильство. Новини Укрінформ за темою. URL: <https://www.ukrinform.ua/tag-domasne-nasilstvo>

DOI <https://doi.org/10.36059/978-966-397-487-3-31>

ЕМОЦІЙНИЙ ІНТЕЛЕКТ ЯК ФАКТОР ПСИХОЛОГІЧНОЇ СТІЙКОСТІ ЖІНОК, ЯКІ ЗАЗНАЛИ ДОМАШНЬОГО НАСИЛЬСТВА

Нестерчук Вікторія Валентинівна

науковий співробітник відділу організації наукової діяльності,

Одеський державний університет внутрішніх справ

м. Одеса, Україна

Домашнє насильство є значною соціальною проблемою в Україні, що проявляється у систематичному застосуванні фізичного, психологічного, економічного або сексуального насильства в сім'ї чи близьких стосунках. Це явище має суттєві негативні наслідки для постраждалих, серед яких особливо вразливими є жінки [1]. За статистикою саме жінки складають переважну більшість постраждалих від домашнього насильства [2; 3], що призводить до значних емоційних, фізичних та психологічних травм, зокрема хронічного стресу, тривожності, депресії, зниження самооцінки, почуття провини та сорому, а також страху перед майбутнім, соціальної ізоляції й труднощів у встановленні нових стосунків.

Українські науковці, зокрема Максименко В., Москаленко В., Ковбас Б., Зозуляк-Случик Р., Завацька Л., Лактіонова Г., Оржеховська В., Ракітянська Л., Юрків Я. та інші, у своїх дослідженнях підкреслювали, що соціальне середовище відіграє визначальну роль у процесі соціалізації особистості, оскільки соціальні зв'язки та взаємодія є визначальними чинниками розвитку особистості та становлення як суб'єкта суспільного життя, що сприяють формуванню здатності людини усвідомлювати, аналізувати та регулювати власні переживання, а також адекватно реагувати на емоційні прояви інших.

Вважаємо, що одним із важливих засобів відновлення психологічного благополуччя жінок, які зазнали домашнього насильства, є розвиток навичок управління емоціями, що сприяє глибшому розумінню власних почуттів, зниженню рівня самозвинувачення, допомагає ефективно долати стресові ситуації та вибудовувати здорові міжособистісні стосунки.

За міркуваннями Данильчук Л., Бегези Л. та Чугай О., емоційний інтелект є сукупністю когнітивних здібностей, які відіграють ключову роль у розпізнаванні, розумінні та усвідомленні як власних емоцій, так і почуттів інших людей, що, своєю чергою, допомагає діяти ефективно навіть у складних або критичних ситуаціях [4, с. 25–27; 5, с. 219–220].

Згідно з моделлю Гоулмана Д., емоційний інтелект складається з п'яти компонентів:

- *самоусвідомлення* – розпізнавання власних емоцій та їхнього впливу;
- *саморегуляція* – контроль емоцій для запобігання імпульсивним реакціям;
- *мотивація* – внутрішній стимул до розвитку, навіть у складних ситуаціях;
- *емпатія* – розуміння почуттів інших для побудови здорових відносин;
- *соціальні навички* – ефективна комунікація та встановлення підтримуючих зв'язків [6].

Таким чином, підвищення рівня емоційного інтелекту розглядається як фактор, що сприяє успішності та самореалізації жінок, оскільки допомагає:

- краще усвідомлювати власні почуття;
- зміцнювати психологічну стійкість;
- розвивати самоповагу та впевненість у собі;
- будувати здорові міжособистісні стосунки;
- знижувати рівень тривожності й депресії.

Враховуючи вищезазначене, вважаємо, що емоційний інтелект є невід'ємною складовою здатності людини усвідомлювати,

контролювати та виражати власні емоції, а також розпізнавати почуття інших і будувати ефективну взаємодію, що є особливо важливим для тих, хто зазнав травматичного досвіду домашнього насильства.

Література:

1. Нестерчук В. В. Домашнє насильство над жінками як соціальна проблема України. *Наука, освіта, суспільство: інструменти і механізми сучасного інноваційного розвитку* : матеріали VI Міжнар. науково-практ. конф., м. Київ, 27–28 березня 2020 р. Київ, 2020. С. 196–198.

2. Звіт «Домашнє насильство в Україні: реагування в умовах війни (I півріччя 2022 року)» *Аналітичний центр ЮрФем* (проект Ради Європи «Боротьба з насильством стосовно жінок в Україні»). URL: <https://jurfem.com.ua/domashne-nasylstvo-reahuvannya-v-umovakh-viyny/>

3. Звіт Національної поліції України про результати роботи у 2020 році. URL: https://www.npu.gov.ua/assets/userfiles/files/zvity/zvit-npu-za-2020-rik_com.pdf

4. Данильчук Л. О. Самотність особистості у віртуальному світі. *Усамітнення та самотність в житті особистості* : збірник тези за матеріалами круглого столу (on-line, 24 квітня 2020 р.). Київ : ДП «Інформаційно-аналітичне агентство», 2020. С. 25–27.

5. Бегеза Л. Є., Чугай О. В Емоційний інтелект як чинник соціалізації особистості. Психічне здоров'я та резильєнтність особистості : колективна монографія. Академія праці, соціальних відносин і туризму / за заг. ред. : Г. А. Приба, Л. Є. Бегези. Київ : ФОП Гуляєв О.В., 2025. С. 219–220.

6. Гоулман Д. Емоційний інтелект / переклад з англ. С. Л. Гумецької. Харків : «Віват», 2018. 512 с.