

## ПСИХОЛОГІЧНІ ОСОБЛИВОСТІ ФОРМУВАННЯ ЖЕРТВИ ЗГВАЛТУВАННЯ

**Попова Ольга Сергіївна**

*студентка II курсу факультету психології, політології та соціології*

*Науковий керівник: Ташматов Вячеслав Абдуллайович*

*кандидат психологічних наук,*

*доцент, доцент кафедри психології*

*Національний університет «Одеська юридична академія»*

*м. Одеса, Україна*

Проблема сексуального насильства займає важливе місце в юридичній психології, оскільки поєднує правовий аспект із глибокими психологічними наслідками для потерпілої особи. Дослідження формування жертви згвалтування спрямоване не на пошук її «провини», а на виявлення чинників, що підвищують віктимність і можуть враховуватися у профілактиці.

Віктимність розуміється як сукупність особистісних рис і соціальних умов, що підвищують ризик стати об'єктом злочину. Особи з підвищеною віктимністю зазвичай характеризуються емоційною вразливістю, тривожністю, залежністю від зовнішньої оцінки та недостатніми навичками самозахисту, схильністю до конформності й уникнення конфліктів навіть на шкоду власним інтересам.

Важливим чинником є рівень самооцінки. Її зниження знижує здатність до асертивної поведінки: людині складно відмовити, окреслити особистісні межі чи припинити небажану взаємодію. Невпевненість у собі, поєднана з навіюваністю, підвищує ризик втягнення у небезпечну ситуацію.

Особливості емоційної сфери також відіграють значну роль. Підвищена емпатійність і довірливість можуть у деяких випадках знижувати критичність сприйняття намірів іншої особи. Якщо жертва схильна раціоналізувати агресивну поведінку партнера або виправдовувати її, це ускладнює своєчасне розпізнавання загрози. У контексті міжособистісних стосунків значення має досвід попередніх травматичних зв'язків, у яких насильство поєднувалося з проявами турботи чи вибаченнями, формуючи хибну модель близькості.

Окрему увагу слід приділити феномену психологічної залежності. У ситуаціях, коли постраждала особа перебуває у матеріальній, емоційній або соціальній залежності від кривдника, її здатність чинити опір суттєво обмежується. Страх втрати підтримки, житла чи

соціального статусу може стримувати звернення до правоохоронних органів. Таким чином формується замкнене коло, в якому залежність посилює вразливість, а вразливість поглиблює залежність.

У формуванні віктимності важливим є досвід дитячої травматизації. Фізичне чи сексуальне насильство, емоційна депривація та приниження можуть закріплювати відчуття безпорадності й небезпечності світу. На цьому підґрунті формується уявлення про агресію як неминучу, що знижує чутливість до порушення особистісних меж і підвищує ризик повторної віктимізації.

Вагомим є й когнітивний компонент. Поширеними є ірраціональні переконання типу «я сама винна» або «я могла запобігти». Самозвинувачення виконує захисну функцію, створюючи ілюзію контролю, однак посилює сором і провину, ускладнює переживання травми та може спричиняти депресивні стани.

Після зґвалтування у постраждалих часто виникають посттравматичні реакції: порушується відчуття безпеки, з'являються гіперпильність, недовіра, уникнення соціальних контактів. Можливі зміни образу «Я», що проявляються у знеціненні власної гідності та тілесності. Поширеними наслідками є психосоматичні прояви, порушення сну та тривожно-депресивні стани.

Не менш важливим є явище вторинної віктимізації. Негативна реакція оточення, сумніви у правдивості свідчень, стигматизація та звинувачення здатні посилювати первинну травму. Особливо небезпечним є формальний або байдужий підхід під час розслідування, що підриває довіру до системи правосуддя та перешкоджає відновленню психологічної рівноваги.

Профілактика формування підвищеної віктимності передбачає багаторівневий підхід. На індивідуальному рівні це розвиток асертивності, формування адекватної самооцінки, навичок розпізнавання небезпечних ситуацій. На сімейному рівні – створення атмосфери підтримки, формування чітких особистісних меж у дітей, виховання поваги до тілесної автономії. На суспільному рівні – підвищення правової культури, подолання гендерних стереотипів і формування нетерпимості до будь-яких проявів насильства.

Таким чином, психологічні особливості формування жертви зґвалтування є результатом взаємодії індивідуальних рис, попереднього життєвого досвіду та соціального контексту. Підвищена тривожність, знижена самооцінка, залежність, труднощі з пустановленням особистісних меж і набута безпорадність можуть виступати чинниками віктимності. Водночас жодна з цих характеристик не є причиною злочину, оскільки відповідальність повністю покладається на особу, що його вчинила. Розуміння психологічних механізмів формування віктимності

має на меті не звинувачення, а розробку ефективних стратегій профілактики та підтримки постраждалих.

### **Література:**

1. Чому більшість жертв зґвалтувань не визнають того, що з ними сталося. URL: <https://www.bbc.com/ukrainian/articles/c4n4k8j0n8ko> (дата звернення: 01.03.2026).

2. Портрет жертви домашнього насильства та його особливості в умовах воєнного стану. URL: <http://visnyk-pravo.uzhnu.edu.ua/article/view/301456> (дата звернення: 01.03.2026).

3. Гарькавець С. О. Психологічні основи віктимології : навч.-метод. посіб. Київ : Вид-во СНУ ім. В. Даля, 2023. С. 24–38.

4. Гумін О. М. Кримінально-насильницька поведінка проти особи : монографія. Львів : Львівський державний університет внутрішніх справ, 2009. С. 9–52.

5. Магдисюк Л. І. Методичні рекомендації до курсу «Психологічна профілактика насилля». Луцьк : Вежа-Друк, 2022. 24 с.

DOI <https://doi.org/10.36059/978-966-397-615-0-31>

## **АТРОФІЯ ГІПОКАМПА В УМОВАХ ХРОНІЧНОГО БОЙОВОГО СТРЕСУ: РИТМІЧНІ РУХИ ЯК МЕТОД ВІДНОВЛЕННЯ ПАМ'ЯТІ У ВІЙСЬКОВОСЛУЖБОВЦІВ**

**Соколова А. С.**

*магістр психології, психотерапевт,  
клінічний психолог*

*Державна установа «Територіальне медичне об'єднання  
Міністерства внутрішніх справ України по Запорізькій області»  
м. Запоріжжя, Україна*

Актуальний виклик сучасності для українців – війна. Вона поставила перед науковцями та професіоналами різних галузей низку стратегічних завдань, які потребують негайного вирішення. Одне з найважливіших питань, яке виникло перед системою охорони здоров'я, є відновлення військовослужбовців, повернення їх до служби та повноцінного соціального життя.

При проведенні експериментально-патопсихологічних обстежень військовослужбовців найчастішою скаргою є проблеми з пам'яттю.