

АБЬЮЗ ЯК НОВА КАТЕГОРІЯ В СІМЕЙНІЙ ПСИХОЛОГІЇ

Термін «абыюз» відносно недавно почав використовуватись у вітчизняній психології, хоча за кордоном доцільність його виділення в якості самостійного психологічного явища є доведеною.

Слід відмітити, що наш досвід (бесіди, спостереження, досвід психоконсультативної роботи) значно раніше, ніж поняття абыюзу увійшло в науковий тезаурус, призвели нас до переконання в необхідності розглядати специфічні особливості відносин в сім'ї, коли позиція одного з членів сім'ї відрізняється особливим дискомфортом. В основному це стосувалось відносин між батьками і дітьми, чоловіками і жінками. Майже не приділялось уваги відносинам між дорослими дітьми і старшим поколінням.

***Метою** нашої статті стало теоретично дослідити поняття абыюзу, абыюзивних стосунків, зокрема між середнім і старшим поколіннями. Узагальнюючи прояви таких стосунків розробити анкету для виявлення ознак абыюзу, які проявляються по відношенню до старшого покоління.*

***Методами дослідження** ми обрали спостереження і бесіду з представниками старшого покоління в сім'ях, що у подальшому дадуть підґрунття для створення анкети з виявлення ознак абыюзивних відносин і абыюзерів.*

*Проведене теоретичне дослідження дає підставу для наступних **висновків**: психологічний абыюз в сім'ї стосовно осіб старшого віку – досить розповсюджене явище. Непомітно для його учасників у людини, яка виступає в якості жертви, формуються стійки комплекси: комплекс неповноцінності і комплекс навченої безпомічності. При загостренні ситуацій, надмірно жорсткому психологічному тиску втрачається віра в краще майбутнє, відчуття того, що все хороше залишилось в минулому житті. Домінуючим у світосприйнятті стає бажання зникнути, хоча б на час вийти з сімейного кола, або взагалі вмерти. Характерно, що це часто відбувається на фоні збереження в цілому позитивного ставлення до близьких. Тому ситуацію життя жертви в таких умовах можна порівняти з гоїдалкою, на якій неперервно розхитується вісь життя людини. Це дуже несприятлива ситуація, при якій страждає психосоматика.*

При цьому традиційні для сімейних психотерапевтів поради - розірвати відносини з абыюзером,- часто просто не можуть бути виконані, адже люди похилого віку часто дійсно потребують допомоги з боку інших членів сім'ї, а сімейні маніпулятори просто не усвідомлюють наявності якоїсь проблеми у відносинах, необхідності щось переглядати в сімейних стосунках. Тому проблема подолання травмуючих відносин між поколіннями в сім'ї вимагає до себе особливої уваги спеціалістів.

***Ключові слова:** абыюзу; абыюзор; абыюзивні стосунки; жертва; маніпулятор; комплекс неповноцінності; комплекс навченої безпомічності.*

Постановка проблеми та її актуальність. Термін «абыюз» відносно недавно почав використовуватись у вітчизняній психології, хоча за кордоном доцільність його виділення в якості самостійного психологічного явища є доведеною.

Слід відмітити, що наш досвід (бесіди, спостереження, досвід психоконсультативної роботи) значно раніше, ніж поняття абыюзу увійшло в науковий тезаурус, призвели нас до переконання в необхідності розглядати специфічні особливості відносин в сім'ї, коли позиція одного з членів сім'ї відрізняється особливим дискомфортом. Певні підказки ми зустрічали у літературі. Наприклад, відомими фахівцями в галузі сімейної психотерапії Ейдеміллером і Юстицьким для аналогічного факту було використано поняття «козел отпущения» (російською мовою). Іншими авторами ставилося питання про «хлопчика для биття». Але більшість цих ідей стосувалась відносин між батьками і дітьми, чоловіками і жінками. Майже не приділялось уваги відносинам між дорослими дітьми і старшим поколінням. Узагальнення проявів таких відносин призвело нас до розробки спеціальної анкети, яка буде наведена надалі.

Аналіз останніх джерел та публікацій. Проблему психологічного і фізичного насилля над дітьми в сім'ї розглядали С. Форвард і К. Бак. Відома психоаналітик А. Міллер також досліджувала насилля (фізичне, емоційне, сексуальне) по відношенню до дітей. Спеціалісти з питань міжособистісних відносин П. Єванс розглядала питання пов'язані з психологічним і фізичним насиллям над жінками, а Л. Банкрофт широко висвітлював проблему контролюючих і

агресивних партнерів, нарцисів, емоційне насилля у відносинах. К. Бареа цікавили питання допомоги постраждалим від гендерного насилля.

Формулювання мети та завдань статті. Метою нашої статті стало теоретично дослідити поняття абьюзу, абьюзивних стосунків, зокрема між середнім і старшим поколіннями. Узагальнюючи прояви таких стосунків розробити анкету для виявлення ознак абьюзу, які проявляються по відношенню до старшого покоління.

Методами дослідження ми обрали спостережень і бесіду з представниками старшого покоління в сім'ях, що дадуть підґрунття для створення анкети з виявлення ознак абьюзивних відносин і абьюзерів.

Викладення основного матеріалу дослідження. Поява літературних джерел, в яких розкривалось нове поняття – абюз – переконало нас в тому, що ті дослідження, що ми проводили, повністю укладаються в русло відповідної теорії. Це обумовило необхідність більш детально розглянути вихідні теоретичні положення, на базі яких було продовжено подальший науковий пошук. Розглянемо ці положення, співставляючи наші позиції з тим, що сьогодні пропонується психологічній спільноті зарубіжними і вітчизняними авторами.

У нашій країні на сьогодні існує лише одна стаття Ніни Рубцової, в якій в узагальненому вигляді відображено базові ознаки абьюзу, окреслюються основні сфери його виникнення. Тому наш подальший аналіз буде спиратись саме на запропонований цим автором зміст.

З найбільш поширеного визначення витікає, що абюз – це термін, який означає насильство і руйнування, яке виражається в розладах психіки, де одна особа – жертва, а інша – маніпулятор, що зловживає положенням, владою, силою. Стверджується, що психологічний абюз носить різний характер, від терпимої стадії до більш важкої як за характером переживань, що відчуває жертва, так і за наслідками.

Виділяють декілька видів абьюзу: абюз в сім'ї, абюз на роботі, фізичний, психологічний абюз, жіночий абюз, абюз у дружбі, нарцисичний абюз. Спільним для всіх них є: наявність маніпулятора і жертви.

Психологічна характеристика маніпулятора – так званого абьюзера – надана Н.Рубцовою, має такий вигляд. Абьюзер образливо відзивається про близьких і друзів, постійно робить зауваження, критикує поведінку, вчинки, висловлювання. Його настрої непередбачуваний: то він проявляє агресію, то показує, як він ображений, щоб викликати почуття провини у жертви. Після сварки відмовляється спокійно обговорити проблему, демонстративно уникає контактів, або робить вигляд, що нічого не відбувалось.

Особливості реагування жертви: постійно відчуває образу, часто плаче, боїться щось сказати чи зробити, проявити ініціативу, взагалі будь-яку активність, придумує виправдання для партнера, в усьому звинувачує себе, вважає, що бажання і інтереси партнера є більш важливими, тому постійно йде на поступки і ущерб своїм інтересам. .

Оскільки нас більше цікавлять прояви психологічного абьюзу в сім'ї, зупинимось більш детально на їх характеристичі.

Абюз в сім'ї розглядається переважно в контексті стосунків між батьком і дитиною. Використовуючи владу, дорослий абьюзер демонструє свою вищість над дитиною. Він надає фізичний і моральний тиск, калічить психіку, піддаючи приниженню, обзиває інших членів своєї сім'ї. Наслідки сімейної тиранії вкрай шкідливі. Діти в таких сім'ях вважають, що такі стосунки в дорослому житті є нормою, тому вони в подальшому житті стають легкими жертвами інших маніпуляторів, або ж самі стають абьюзерами.

Проаналізувавши наявні літературні джерела, можна відмітити декілька позицій, з якими ми не зовсім погоджуємось.

1. Найчастіше мова йде про діадну взаємодію: жертва-абьюзер. Але ситуація може бути і дещо іншою, коли абьюзерами виступають декілька членів певної соціальної групи (члени сім'ї, колективу).

2. Мова в основному йде про свідоме використання абьюзером стратегії тиску, маніпулювання, насильства. Але реальний життєвий досвід показує, що в умовах сім'ї психологічний абюз у відносинах найчастіше здійснюється неусвідомлено, а тому факти його прояву категорично заперечуються. .

3. На сьогоднішній день ще не проведено чіткої диференціації ознак цього явища, розкриття його специфіки стосовно осіб різних вікових груп і різних сімейних ролей.

Тому в нашому дослідженні було зосереджено увагу на проявах абьюзу відносно

представників старшого покоління, які проживають разом з дітьми.

Особливості їх сімейного статусу визначаються наступними факторами:

1. Вони тривалий час раніше виступали суб'єктами своєї сім'ї, тобто, брали на себе відповідальність за визначення напрямів і зміст сімейного життя. На поточний момент на перший план в сім'ї виходять діти, які хочуть самостверджуватись. А найбільш зручним і наявним об'єктом самоствердження виступають якраз особи старшого покоління.

2. Соціальна позиція осіб похилого віку починає суттєво згортатись. Це і втрата друзів, і складнощі у встановленні нових контактів. Це обумовлює підвищення значущості міжособистісних відносин всередині сім'ї, загострення потреби у розумінні, надання надмірної цінності тому, що іншим членам сім'ї здається дрібницями.

3. Відбувається згасання більшості актуальних раніше потреб, світ звужується до вузького сімейного кола. Разом з тим залишається і навіть посилюється потреба у визнанні з боку навколишніх, прагнення отримати з їх боку повагу і схвалення. Тому особи похилого віку прагнуть зберегти свій незаперечний авторитет хоча б в одній сфері сімейного життя. Проблема виникає тоді, коли іншим членам сім'ї саме ця сфера здається незначною або навіть шкідливою для їх власних інтересів.

4. Сьогодні значна кількість пенсіонерів прагнуть не залишати роботу. З одного боку, це надає їм відносну фінансову незалежність, з іншого - наповнює їх життя певним сенсом і забезпечує хоча б видимість психологічної незалежності, відволікаючи від суто сімейних проблем. Але у сучасному суспільстві відбуваються настільки швидкі зміни майже у всіх видах професійної діяльності, що представники старшого покоління часто починають відчувати комплекс неповноцінності, особливо ті, хто працює у високотехнологічних, високоінтелектуальних чи інформаційно насичених галузях.

5. Відбувається зменшення енергетичних ресурсів організму, що викликає зниження працездатності і здатності відновлюватись після напруженої роботи, появу явних чи прихованих (у тому числі і неусвідомлюваних самою людиною) хвороб. Серед людей похилого віку часто спостерігається звичка не звертати увагу на окремі симптоми, щоб не обтяжувати своїми проблемами інших членів сім'ї.

6. Внаслідок надзвичайно швидких змін, що відбуваються у сьогоdnішньому суспільстві, збільшується розрив між консервативним старшим поколінням, яке прагне зберегти власні життєві цінності, і динамічним молодим поколінням, яке для свого виживання і успішності має засвоїти і реалізувати нові стандарти суспільного життя.

Отже, виникненню ситуацій аб'юзу у сучасних сім'ях сприяє ряд об'єктивних і суб'єктивних чинників. З боку старшого покоління це боязнь втрати авторитету і невдалі спроби його зберегти, і водночас – пручання молоді подальшому ствердженню цього авторитету з метою вийти з-під його впливу для власного самоствердження; зміна соціальної і професійної позиції старшого покоління і недостатнє розуміння молоддю вагомості переживань, що внаслідок цього у тих виникають; підвищення потреби в увазі і повазі з боку інших членів сім'ї, і егоцентрична позиція молоді, яка звикла, що саме вона стоїть в центрі сімейного життя на попередніх етапах.

Шляхом спостережень і бесід виявлено ознаки аб'юзу, які проявляються відносно старшого покоління всередині сім'ї, на основі якої було складено наступну анкету:

Анкета

Шановний учасник нашого дослідження! Вам пропонується відповісти на ряд питань, які стосуються ставлень інших членів сім'ї до вас.

Варіанти оцінок: 5 – проявляється постійно, з боку всіх членів сім'ї; 4 - проявляється достатньо часто з боку більшості членів сім'ї; 3 - проявляються час від часу з боку окремих членів сім'ї; 2 – час від часу проявлялись як окремі випадки з боку однієї людини, але не підтримувались іншими; 1 – не проявлялись ніколи.

- Мене постійно критикують.
- З будь-якого приводу виражають непогодження з моєю думкою.
- У розмові мене часто переривають.
- Не упускають нагоди пошуткувати наді мною, відпустити саркастичне зауваження.
- Не визнають навіть дрібних зауважень на їх адресу з мого боку.
- Категоричні у своїх висловлюваннях, не терплять заперечень.
- Дорікають мені в неправильності моїх висловлювань і моїх дій.
- Самі роблять те ж саме, за що зовсім недавно дорікали мені.
- Не визнають моїх порад і побажань.

- Не дають можливості виправдатись, щось пояснити.
- Не цікавляться моїм настроєм, станом, самопочуттям.
- Не вірять, що я можу відчувати недомагання, якщо немає чітко виражених симптомів.
- Роблять щось, протилежне моїм проханням, побажанням.
- Не вважають за необхідне подзвонити мені і попередити, що затримуються.
- Перекидають на мене повну відповідальність за виникнення конфлікту.
- Сприймають мої спроби зробити для них щось приємне як небажане, непотрібне, шкідливе.
- Доручають мені те, що ним самим робити не хочеться.
- Не прагнуть спілкуватись, постійно уособлюються, пояснюючи це постійній зайнятістю.
- Не відчувають необхідності у спільному проведенні часу.
- Нетерпимо ставляться до моїх помилок.
- Переконають мене в тому, що у мене поганий характер.
- Не вірять в те, що у мене можуть бути об'єктивні причини не виконати їх доручення.
- З презирством ставляться до моїх прохань, стверджуючи, що вони або дурні, або несвоєчасні.
- У розмові вкрай різко реагують на неспівпадіння у поглядах на політику, історію, окремі події, стан суспільства, оцінку інших людей.

- Сильно роздратовуються, якщо я на щось в їх словах або діях ображаюсь.

Додаткова інформація

- Скільки людей у вашій сім'ї?
- Ви живете разом?
- Кого у вашій сім'ї можна вважати найбільш впливовим?
- Ви вірите в те, що ваші відносини можуть змінитись до кращого?

Було проведено спостереження за поведінкою і оцінкою ситуації абьюзу іншими членами сім'ї. Ми намагались відповісти на питання: чи усвідомлюють інші члени сім'ї шкідливість своїх ставлень і дій відносно конкретної особи. Для цього їм надавався перелік питань, що відображують ознаки сімейного абьюзу, і пропонувалось висловити свою думку відносно того, щоб вони сказали людині, яка оцінила цю позицію за найвищим балом. Ми вважали, що тут спрацював механізм проєкції: оцінюючі дії анонімного адресата, вони висловлювали свої інтерпретації відповідних життєвих позицій.

Позиція анкети	Висловлювання потенційних абьюзерів
Мене постійно критикують	«Але ж це з найкращих побажань, чому б не вказати людині на її недоліки»
У розмові мене часто переривають	«Ну і що ж тут такого? А якщо мені якраз в голову прийшла цікава думка, я ж хочу її донести до інших»
Виражають непогодження з моєю думкою.	«А чому ми повинні с нею погоджуватись, якщо у нас зовсім інша думка?»
Не упускають нагоди пошуткувати наді мною	«Ну що ж робити, якщо людина не розуміє жартів, ми ж нічого в цьому образливого не бачимо. Треба розвивати почуття гумору і не застрягати на дрібницях»
Не визнають навіть дрібних зауважень на їх адресу з мого боку.	«Це не зауваження, це якесь прискіпливе ставлення до нас. І нема чого до нас чіплятись, нехай краще думає про свої помилки».і
Категоричні у своїх висловлюваннях, не терплять заперечень.	«Нічого подібного, їй це здається, і взагалі, це вона надмірно категорична у своїх висновках»
Самі роблять те ж саме, за що зовсім недавно дорікали мені.	«Ти все видумуєш, такого не було».
Не визнають моїх порад і побажань.	«Ми краще знаємо, що і як нам робити».
Не дають можливості виправдатись, щось пояснити.	«Ну що ти починаєш щось видумувати, мені і так все зрозуміло, і я своєї оцінки не зміню»
Не цікавляться моїм настроєм, станом, самопочуттям.	«Ну, по-перше, нам ніколи думати про такі дрібниці, вона і так знає, що при необхідності ми все для неї зробимо, а потурати її капризам не хочемо. Надмірна увага – це гра, а не

	прояв щирих почуттів»».
Не вірять, що я можу відчувати недомагання	«Ну знов робить вигляд, що хвора, я ж знаю, що це лише бажання привернути до себе особливу увагу»
Роблять щось, протилежне моїм проханням, побажанням. Не вважають за необхідне подзвонити мені і попередити, що затримуються	«Ми краще знаємо, що корисно, а що – шкідливо». «Ну, забули подзвонити, і що тут такого? Вічно ти видумуєш якісь глупства, треба менше детективів читати. Що з нами може трапитись?»
Перекидають на мене повну відповідальність за виникнення конфлікту.	«А ти що, не могла зробити вигляд, що цього не помітила? Не роздувати сир-бор на пустому місці? А ось тепер ми всі пересварились, і що далі?»
Сприймають мої спроби зробити для них щось приємне як небажане, непотрібне, шкідливе.	«Ну хто тебе просить це робити? Ми – люди дорослі, і хочемо жити так, як подобається саме нам».
Доручають мені те, що ним самим робити не хочеться.	«Я цього робити не буду. А ти, якщо так хочеться, можеш підключитися»
Не прагнуть спілкуватись, постійно уособлюються, пояснюючи це постійній зайнятстю.	«Тобі все це здається. Ну що з того, що коли ти заходиш на кухню, ми перестаємо розмовляти? Можуть же у нас бути наші секрети? А коли ми, втомлені, повертаємось з роботи, нам не до розмов.
Не відчувають необхідності у спільному проведенні часу.	«Ну які можуть бути до нас, працюючих, претензії, що ми не сидимо дома і по вихідних ідемо в гості або їдемо на дачу? Нам же треба якось відпочити, змінити обставини»
Нетерпимо ставляться до моїх помилок.	«Не треба перебільшувати. Ми що, не можемо навіть зауваження зробити? І взагалі – до помилок слід привертати увагу, щоб не повторювати їх в майбутньому»
Переконують мене в тому, що у мене поганий характер.	«Ну а як нам прикажете реагувати на твої нескінченні образи, сльози, претензії до нас?»
Не вірять в те, що у мене можуть бути об'єктивні причини не виконати їх доручення.	«Ти просто не хотіла це робити, а тепер придумуєш різні виправдання. Поставилась би до справи більш відповідально - і проблеми не було б».
З презирством ставляться до моїх прохань, стверджуючи, що вони або дурні, або несвоєчасні.	«У нас і так стільки справ, що голова болить, а тут ще ти зі своїми претензіями, які гроша ломаного не варті». Повір, не до тебе «
У розмові вкрай різко реагують на неспівпадіння у поглядах.	«У тебе відсталі погляди, ну як можна вірити в ці дурниці? Адже ми краще розбираємось у сучасному житті»
Сильно роздратовуються, якщо я на щось в їх словах або діях ображаюсь.	«Ну чого ти так реагуєш? Ось, знов образилась. З тобою взагалі ні про що розмовляти не можна, зразу в сльози. Ти ж повинна бути більш терпляча і спокійніша»

Висновки. Отже наведені приклади засвідчують, що психологічний аб'юз в сім'ї стосовно осіб старшого віку – досить розповсюджене явище. Непомітно для його учасників у людини, яка виступає в якості жертви, формуються стійкі комплекси: комплекс неповноцінності і комплекс навченої безпомічності. При загостренні ситуацій, надмірно жорсткому психологічному тиску втрачається віра в краще майбутнє, відчуття того, що все хороше залишилось в минулому житті. Домінуючим у світосприйнятті стає бажання зникнути, хоча б на час вийти з сімейного кола, або взагалі вмерти. Характерно, що це часто відбувається на фоні збереження в цілому позитивного ставлення до близьких. Тому ситуацію життя жертви в таких умовах можна порівняти з гойдалкою, на якій неперервно розхитується вісь життя людини. Це дуже несприятлива ситуація, при якій страждає психосоматика.

При цьому традиційні для сімейних психотерапевтів поради - розірвати відносини з аб'юзером,- часто просто не можуть бути виконані, адже люди похилого віку часто дійсно потребують допомоги з боку інших членів сім'ї, а сімейні маніпулятори просто не усвідомлюють наявності якоїсь проблеми у відносинах, необхідності щось переглядати в сімейних стосунках. Тому проблема подолання травмуючих відносин між поколіннями в сім'ї вимагає до себе особливої уваги спеціалістів.

СПИСОК ПОСИЛАНЬ

1. Эйдемиллер Э. Г., Юстицкис В. Э. Психология и психотерапия семьи / Э. Г. Эйдемиллер, В. Э. Юстицкис. – СПб.: Питер, 2000. — 656 с.
2. [Электронный ресурс] <https://psymod.ru/typy-lyudey/2436-abyuzivnye-otnosheniya-psiholoqicheskomu-nasilliyu-net-mesta-v-lyubvi.html>

REFERENCES

1. Эйдemy`ller Э. Г., Yusty`czky`s В. Э. Psy`xology`ya y` psy`xotherapy`ya sem`y` / Э. Г. Эйдemy`ller, В. Э. Yusty`czky`s. – SPb.: Py`ter, 2000. — 656 s.
2. [Elektronny`j resurs] <https://psymod.ru/typy-lyudey/2436-abyuzivnye-otnosheniya-psiholoqicheskomu-nasilliyu-net-mesta-v-lyubvi.html>

V. Semichenko, O. Dubchak

ABIUS AS A NEW CATEGORY IN FAMILY PSYCHOLOGY

Summary. The term "abuja" relatively recently began to be used in domestic psychology, although abroad the feasibility of its allocation as an independent psychological phenomenon is proven.

It should be noted that our experience (conversations, observation, experience of psycho-counseling work) much earlier than the concept of an abuse was included in the scientific thesaurus, led us to believe in the need to consider the specific features of family relations when the position of one of the family members is different special discomfort. This mainly concerned the relationship between parents and children, men and women. Almost no attention was paid to the relationship between adult children and older generations.

The purpose of our article was to theoretically investigate the concept of abjuse, abusive relationships, in particular between middle and older generations. Summarizing the manifestations of such relationships, develop a questionnaire for identifying signs of autism, which manifests itself in relation to the older generation.

By research methods we chose observation and conversation with representatives of the older generation in families, which in the future will give grounds for creating a questionnaire for identifying signs of abusive relationships and abusers.

The conducted theoretical study provides the basis for the following conclusions: psychological abruption in the family for the elderly - a fairly widespread phenomenon. It is not noticeable for its participants in the person who acts as a victim, formed racks complexes: a complex of inferiority and a complex of trained helplessness. In case of exacerbation of situations, excessively rigid psychological pressure is lost faith in a better future, a feeling that everything is good in the past. The dominant perception of the world is the desire to disappear, at least for a time to leave the family circle, or even die at all. Characteristically, this often occurs against the backdrop of maintaining a generally positive attitude towards loved ones. Therefore, the situation of a victim's life in such conditions can be compared to a swing on which the axis of human life is constantly shaking. This is a very unfavorable situation in which psychosomatics afflicts.

At the same time, the traditional advice for family psychotherapists - to break the relationship with the abuser - often can not simply be fulfilled, since elderly people often really need help from other family members, and family manipulators simply do not realize the presence of some problem in relationships, the need see something in family relationships. Therefore, the problem of overcoming traumatic relationships between generations in the family requires special attention of specialists.

Keywords: *abruption; abuser; abusive relationships; victim; manipulator; inferiority complex; a complex of learned helplessness.*