

## **Особливості психологічної допомоги жінкам, що перебувають у шлюбі з чоловіком з психопатичною поведінкою**

**Ніна Ільченко,**

*магістрант кафедри психології,  
ВНЗ «Університет економіки та права «КРОК», м. Київ, Україна,  
e-mail: IchenkoNO@krok.edu.ua*

**Розіда Ткач,**

*кандидатка психологічних наук, доцентка кафедри психології,  
ВНЗ «Університет економіки та права «КРОК», м. Київ, Україна,  
e-mail: razidatkach@gmail.com,  
ORCID: 0000-0003-1984-5081*

В сучасному світі, де взаємодія людей в сім'ї визначає формування особистості та стабільність психічного здоров'я, тема подружніх стосунків та психологічної допомоги набуває особливого значення. У цьому контексті особливо важливо розглядати ситуації, коли один із партнерів виявляє ознаки психопатії, оскільки це може суттєво впливати на якість подружніх відносин та психічне благополуччя сімей [2]. Однією з найбільш актуальних та складних проблем є те, як забезпечити психологічну допомогу жінкам, що перебувають у шлюбі з психопатом, з урахуванням специфіки психічних розладів та особливостей подружніх відносин. Дослідження цієї проблеми дозволить розкрити можливі шляхи покращення якості психологічної допомоги в цьому контексті та вирішення важливих завдань щодо підтримки жінок в складних життєвих ситуаціях [1]. Психологічна допомога як напрямок психології є складною та багатогранною галуззю, що включає в себе різноманітні методи та підходи. У сучасному суспільстві психологічна допомога стає все більше важливою, особливо в контексті вирішення проблем сімейних відносин, де можуть виявитися психологічні труднощі. Для ефективного здійснення психологічної допомоги важливо враховувати загальні принципи цієї діяльності. Практичний психолог повинен мати глибоке розуміння психічних процесів, володіти широким спектром методик та технік взаємодії з клієнтом [3]. Однак, слід зауважити, що психологічна допомога в контексті подружніх відносин з психопатом потребує особливого підходу та спеціалізованих знань. Так, у ситуації, коли один з партнерів у шлюбі виявляє ознаки психопатії, психолог повинен виявити високий рівень емпатії та професійних навичок для роботи з такими клієнтами. До таких спеціальних навичок та вмінь психолога ми відносимо навички ведення консультативної бесіди, навчальних практикумів та тренінгових занять.

Зрозуміло, що ефективна допомога жінкам, які постраждали від психопатичної поведінки своїх партнерів, потребує комплексного підходу, що охоплює різні аспекти підтримки, освіти та самозахисту. У широкому спектрі такої допомоги (емоційної, соціальної, юридичної, медичної тощо) у контексті цієї статті виділимо важливі вектори психологічної роботи: інформування та

навчання, психологічна підтримка та відновлення, індивідуальна та групова терапія [4].

1. *Інформування та навчання* включає передачу знань про здорові кордони, повагу та рівність у відносинах. Метою такого навчання є запобігання повторному попаданню у відносини з насильством або емоційною експлуатацією. Основні аспекти включають: розвиток вміння розпізнавати знаки потенційно небезпечних відносин, встановлення здорових кордонів і вчення основ емоційної грамотності; підвищення поінформованості про емоційне та психологічне насильство, його ознаки та наслідки; знайомство зі способами запобігання насильству та створення підтримуючого середовища; придбання жінками навичок, що сприяють запобіганню насильству та емоційній експлуатації, розробку планів безпеки та повсякденні стратегії управління ризиками тощо.

2. Пріоритетом *психологічної підтримки та відновлення* є допомога жінкам у подоланні травм, спричинених емоційним, моральним та психологічним насильством з боку партнерів-психопатів. Це включає різні методи терапії, спрямовані на зменшення посттравматичного стресу, відновлення довіри до себе та інших людей, а також відновлення самооцінки. Такі методи можуть включати когнітивно-поведінкову терапію, роботу з травмою через мистецтво, терапію рухом та інші підходи, спрямовані на індивідуальні потреби кожної жінки.

3. *Індивідуальна та групова психологічна допомога*. В основі індивідуальної допомоги лежить унікальний досвід та потреби клієнтки, а групові зустрічі створюють психологічний простір, в якому жінки, які зіткнулися з аналогічними ситуаціями, допомагають один одному почуватися менш ізольованими, отримувати підтримку від людей, які пройшли через схожі ситуації.

Один з головних висновків дослідження полягає у важливості підтримки жінок, які перебувають у шлюбі з психопатом, та надання їм навичок ефективної комунікації та самопідтримки. Збереження їхнього психічного здоров'я може вимагати виходу за межі традиційних форм психологічної допомоги та включення родинних чи групових психотерапевтичних сесій. Це все вказує на необхідність розробки та впровадження спеціальної програми психологічної допомоги для жінок, які перебувають у шлюбі з особистістю, що має психопатичний розлад. Ця програма повинна спрямовуватися на надання індивідуальних консультацій та групової роботи, де жінки можуть безпечно обговорювати свої переживання та отримувати необхідну експертну допомогу.

### Список використаних джерел

1. Patrick C. J. *Psychopathy: Current knowledge and future directions. Annual Review of Clinical Psychology*. 2022. Vol. 18. P. 387–415. URL: <https://doi.org/10.1146/annurev-clinpsy-072720-012851>.
2. Pilch I., Lipka J., Gnielczyk J. *When your beloved is a psychopath. Psychopathic traits and social status of men and women's relationship and sexual satisfaction. Personality and individual differences*. 2022. Vol. 184. P. 111175. URL: <https://www.sciencedirect.com/science/article/abs/pii/S0191886921005547>.
3. *Psychopathy / S. A. De Brito et al. Nature Reviews Disease Primers*. 2021. Vol. 7, no. 1. P. 49. URL: <https://www.nature.com/articles/s41572-021-00282-1>.

4. *Relationship between adverse childhood experiences and psychopathy: A systematic review / D. Moreira et al. Aggression and violent behavior. 2020. Vol. 53. P. 101452. URL: <https://doi.org/10.1016/j.avb.2020.101452>*