

COPING STRESS STRATEGIES DIFFERENCES AMONG WOMEN VICTIMS OF DOMESTIC VIOLENCE AND WOMEN WHO ARE NOT VICTIMS OF DOMESTIC VIOLENCE

Vesna Blazhevsk

Faculty of Psychology, MIT University – Skopje, Republic of Macedonia
mailvesnad@gmail.com

Katica Stojmenovska

Faculty of Psychology, MIT University – Skopje, Republic of Macedonia
stoimenovska_k@yahoo.com

Sonja Jovanovska Rozoska

Faculty of Psychology, MIT University – Skopje, Republic of Macedonia
sonjarizoska@yahoo.com

Abstract: In psychology, stress is considered as a state of physical and mental burden, which is associated with higher adjustment requirements, including the family environment. Stressors can be different, but when there is violence in the family, a woman raises her own fears and strengthens the sensitivity towards them. Studies have confirmed that victims who are subjected to serious forms of domestic violence use a wide range of strategies to reduce or eliminate the threat to their physical security and emotional well-being. The small number of researches that have been developed for dealing with women victims of domestic violence suggest that women victims use certain types of strategies to cope with the impact of violence on their mental health. The active coping with the situation at home implies asking for help, constructive resolution of problems, and expression of their own emotions for which the woman is most often disabled because of the fear of intensifying violence by her partner.

In this research, was used a sample of 215 women, of which: 97 were women who did not experience domestic violence by their spouse, and 118 were women who were victims of domestic violence committed by their husbands and who sought help for the violence in centers for social work and / or police. In order to exclude the existence of domestic violence in the control group, the Woman Abused Screening Tool (WAST) was applied, which provide a rejection to all cases in which violence was detected. Only cases where there is no violence were taken into statistical analysis. An inventory of coping stress strategies (CSI - Coping Strategy Inventory) was used to examine strategies for coping with stress. This inventory is an adapted form of the questionnaire of Folkman and Lazarus (Ways of coping, 1981). According to the conducted ANOVA, it can be concluded that among women victims of domestic violence and women who are not victims of domestic violence there are statistically significant differences in the following coping stress strategies: problem solving, cognitive restructuring, social support, avoiding the problem, fantasy, self-criticism and social withdrawal. No statistically significant differences were found regarding the expression of emotions as a stress coping strategy.

Keywords: women, victims, coping strategy, domestic violence

РАЗЛИКИ ВО СТРАТЕГИИТЕ ЗА СПРАВУВАЊЕ СО СТРЕС ПОМЕЃУ ЖЕНИ ЖРТВИ НА СЕМЕЈНО НАСИЛСТВО И ЖЕНИ КОИ НЕ СЕ ЖРТВИ

Весна Блажевска

Факултет за психологија, МИТ Универзитет, Скопје, Република Македонија
mailvesnad@gmail.com

Катица Стоименовска

Факултет за психологија, МИТ Универзитет, Скопје, Република Македонија
stoimenovska_k@yahoo.com

Соња Јовановска Ризовска

Факултет за психологија, МИТ Универзитет, Скопје, Република Македонија
sonjarizoska@yahoo.com

Резиме: Во психологијата стресот се смета како состојба на физичко и ментално оптоварување, што е поврзано со повисоки барања за приспособување вклучувајќи ја и семејната средина. Стресорите можат да бидат различни, но кога има насилство во семејството, жената ги зголемува сопствените стравови и ја

засилува чувствителноста кон нив. Истражувањата потврдиле дека жртвите кои се подложени на сериозни облици на семејно насилство користат широк спектар на стратегии за да ја намалат или елиминираат заканата по нивната физичка безбедност и емоционална добросостојба. Малиот број на истражувања што е направен за стратегии за справување кај жените жртви на семејно насилство, укажуваат на тоа дека жените-жртви користат одредени типови на стратегии за да се справат со влијанието на насилството врз нивното ментално здравје. Активното справување со ситуацијата во домот подразбира обраќање за помош, конструктивно решавање на проблемите, како и изразување на сопствените емоции за што жената најчесто е спречена поради страв од засилување на насилството од страна на нејзиниот партнер.

Во ова истражување беше користен примерок од 215 жени од кои: 97 се жени кои не доживеале семејно насилство од страна на својот сопруг, а 118 се жени кои се жртви на семејно насилство извршено од страна на сопругот и кои го побарале помош во врска со насилството во центрите за социјална работа и/или полиција. Со цел да се исклучи постоење на семејно насилство во контролната група, беше применет прашалникот за мерење на постоење на насилство помеѓу партнерите (Woman Abused Screening Tool - WAST) со што беа отфрлени сите случаи кај кои беше детектирано насилство и во предвид се земи единствено случаите каде не постои насилство. Со цел да се испитаат стратегиите за справување со стрес, беше употребен инвентар за стратегии за справување со стрес (CSI – Coping Strategy Inventory). Овој инвентар е адаптирана форма на прашалникот на Фолкман и Лазарус (Ways of coping, 1981). Според спроведената дисперзивна анализа, може да се заклучи дека помеѓу жените жртви на семејно насилство и жените кои не се жртви на семејно насилство постојат статистички значајни разлики во поглед на следниве стратегии за справување со стрес: решавање на проблемот, когнитивно реструктурирање, барање социјална поддршка, избегнување на проблемот, фантазирање, самокритика и социјално повлекување. Не се пронајдени статистички значајни разлики во поглед на изразувањето на емоции како стратегија за справување со стрес.

Клучни зборови: жени, жртви, стратегии за справување со стрес, семејно насилство

1. ВОВЕД

И покрај огромен број на истражување за стратегиите за справување, во текот на изминатите две децении, студиите во поглед на стратегии за справување кај жените жртви на семејно насилство се многу малку. Жените жртви на семејно насилство почесто користат стратегии за избегнување кога се уште се во насилните врски, но мора да се земе во предвид дека искуствата со насилство често пати се трауматски и бараат прилагодување на ситуацијата која понекогаш подразбира и користење на пасивни стратегии за справување. Сепак, колку злоупотребата станува потешка и почеста, толку се згемува веројатноста дека жената ќе превземе активна стратегија за да се справи со она што и се случува. Истражувањата во текот на изминатите 30 години го промениле впечатокот дека жените жртви на семејно насилство користат единствено пасивни начини за справување со стресот кој е предизвикан од насилството во домот. Всушност, истражувањата потврдиле дека жртвите кои се подложени на сериозни облици на семејно насилство користат широк спектар на стратегии за да ја намалат или елиминираат заканата по нивната физичка безбедност и емоционална добросостојба (Goodman, Bennett, Dutton, 1999). Иако е јасно дека малтретираните жени реагираат на насилството на различни начини, релативно малку се знае за тоа каков вид на стратегија за справување е корисна за нејзината емоционална благосостојба. Како многу важен фактор во превземање на акција, се јавуваат расположливите ресурси кои на жената би и помогнале да се извлече од тешката ситуација во која се наоѓа. Друг важен фактор е подготвеноста на социјалната средина (пријатели, семејство, судство, полиција) да и помогне на жената да се справи со насилството во домот. Тука се наметнува и прашањето на доверба во институциите кои често пати затајуваат и не пружаат соодветна помош, па на тој начин жената е доведена во уште поголема опасност, а насилниот партнер без никаква одговорност пред законот, слободен е повторно да ја злоупотреби.

Малиот број на истражувања што е направен за стратегии за справување кај жените жртви на семејно насилство, укажуваат на тоа дека жените-жртви користат одредени типови на стратегии за да се справат со влијанието на насилството врз нивното ментално здравје. Студијата на Мичел и Ходсон покажа дека жените кои се вклучени во директни обиди да се справат со насилството и неговите ефекти (стратегии фокусирани на проблемот), без оглед на тоа дали тие обиди се ефективни, покажуваат помалку депресија и поголемо чувство на самодоверба (Mitchell, R. E., Hodson, C. A., 1983). Истражувањето на Аријас и Пепе, покажува дека жените жртви на семејно насилство повеќе се потпираат на стратегии за справување кои се фокусирани на емоциите, одколку што користат стратегии кои подразбираат решавање на проблемот (Arias,

I., Rare, K. T., 1999). Оваа студија наведува дека е потребно да се постави основа за охрабрување на жртвите на семејно насилство да се вклучат во почесто користење на стратегии кои се поврзани со решавање на проблемот, не само за да се промовира нивната безбедност која е од суштинско значење, туку и да се подобри нивното ментално здравје.

Последиците од трауматските искуства кои жената ги доживува во домот, кај неа предизвикуваат пасивност и на некој начин откажување од себе си. Таа често пати е изолирана од своите најблиски - семејството и пријателите, а на тој начин нема со кого да ги сподели своите проблеми и да побара помош. Врз основа на тоа какви стратегии за наметнување на моќ и контрола користи нејзиниот партнер, жената, поради беспомошност, најчесто користи повлекување во себе, фантазирање, изолација или бегане во сон. Не е ретка појавата на злоупотреба на алкохол и други опојни супстанции. Активното справување со ситуацијата во домот подразбира обраќање за помош, конструктивно решавање на проблемите, како и изразување на сопствените емоции за што жената најчесто е спречена поради страв од засилување на насилството од страна на нејзиниот партнер.

2. МЕТОД И МАТЕРИЈАЛИ

Во ова истражување беше користен примерок од **215** жени од кои: **97** се жени кои не доживеале семејно насилство од страна на својот сопруг, а **118** се жени кои се жртви на семејно насилство извршено од страна на сопругот и кои го побарале помош во врска со насилството во центрите за социјална работа и/или полиција. Со цел да се исклучи постоење на семејно насилство во контролната група, беше применет прашалникот за мерење на постоење на насилство помеѓу партнерите (Woman Abused Screening Tool - WAST) со што беа отфрлени сите случаи кај кои беше детектирано насилство и во предвид се земено единствено случаите каде не постои насилство. Сите испитанички се во брак и живеат заедно со својот сопруг. Со цел да се испитаат стратегиите за справување со стрес, беше употребен инвентар за стратегии за справување со стрес (**CSI – Coping Strategy Inventory**). Овој инвентар е адаптирана форма на прашалникот на Фолкман и Лазарус (Ways of coping, 1981). Овој инвентар се состои од вкупно 14 субскали од кои 8 се примарни скали, 4 се секундарни скали и 2 се терцијарни скали за мерење на стратегиите за справување со стрес. **Примарните субскали** опфаќаат специфични стратегии за справување со стрес кои ги користат луѓето: **решавање на проблемот, когнитивно реструктурирање, барање социјална поддршка, изразување емоции, избегнување на проблемот, фантазирање, самокритикување и социјално повлекување**. Стратегиите за справување со стрес операционално се дефинирани како скорови на субскалите добиени на прашалникот CSI.

3. РЕЗУЛТАТИ

3.1. Демографско-социјални карактеристики на примерокот

Жените-жртви на семејно насилство се на возраст од 21 до 63 години. Просечната возраст на оваа група изнесува 40,2 години. Жените кои не се жртви на семејно насилство, се на возраст од 18 до 60 години, со средна возраст од 37,0 години. Во однос на образованието, жените кои не се жртви на семејно насилство, 1% се жени кои завршиле основно образование, 34% се жени со завршено средно образование, 65% се жени кои завршиле високо образование. Кај жените жртви на семејно насилство, ја имаме следнава ситуација: без образование се 6,8% од жените, 20,3% се жени со завршено основно образование, 44,1% завршиле средно образование и 28,8% од жените, завршиле високо образование.

Според работниот статус, 27,8% од жените кои не се жртви на семејно насилство се невработени, а вработени се 72,2%. Од жените жртви на семејно насилство, 47,5% се невработени, а 52,5% се вработени.

3.2. Резултати во поглед на разликите во стратегиите за справување со стрес

Разликите помеѓу жените жртви на семејно насилство и жените кои не се жртви, беа пресметани со користење на дисперзивна анализа - ANOVA. Резултатите се прикажани во Табела 1.

Табела 1. Разлики во стратегиите за справување со стрес помеѓу жени кои не се жртви и жени кои се жртви на семејно насилство

		Sum	of			
		Squares	Df	Mean Square	F	Sig.
Решавање Проблеми	BetweenGrou	516,643	2	258,322	6,715	,001
	Within Group	8155,329	212	38,469		
	Total	8671,972	214			
Когнитивно Реструкт.	Between Grou	825,325	2	412,663	8,383	,000
	Within Groups	10436,563	212	49,229		
	Total	11261,888	214			
Барање социјална поддршка	Between Groups	2167,068	2	1083,534	18,375	,000
	Within Groups	12501,462	212	58,969		
	Total	14668,530	214			
Изразување емоции	на Between Groups	82,652	2	41,326	,993	,372
	Within Groups	8827,004	212	41,637		
	Total	8909,656	214			
Избегнување на проблемот	на Between Groups	360,084	2	180,042	5,461	,005
	Within Groups	6989,330	212	32,969		
	Total	7349,414	214			
Фантазирање	Between Groups	1366,461	2	683,230	15,656	,000
	Within Groups	9251,521	212	43,639		
	Total	10617,981	214			
Самокритика	Between Groups	1250,140	2	625,070	8,549	,000
	Within Groups	15500,185	212	73,114		
	Total	16750,326	214			
Социјално повлекување	Between Groups	2395,619	2	1197,810	25,962	,000
	Within Groups	9781,190	212	46,138		
	Total	12176,809	214			

Според спроведената дисперзивна анализа, може да се заклучи дека помеѓу жените жртви на семејно насилство и жените кои не се жртви на семејно насилство постојат статистички значајни разлики во поглед на следниве стратегии за справување со стрес: **решавање на проблемот, когнитивно реструктурирање, барање социјална поддршка, избегнување на проблемот, фантазирање, самокритика и социјално повлекување**. Не се пронајдени статистички значајни разлики во поглед на **изразувањето на емоции** како стратегија за справување со стрес.

4. ДИСКУСИЈА И ЗАКЛУЧОК

Релациите во семејната средина се одредени од голем број комплексни фактори: конкретни материјални услови, типологии на односите меѓу сопружниците, почитување на социо-културни правила на однесување во семејството, организација на семејната средина, позиции на секој член на семејството и неговите права и обврски и др. Тоа е дел од психолошката клима во кој се одвива сложениот и многустран процес на семејни односи. Од тоа како личноста ги толкува односите, зависи и самопроценката за имплементација на семејната и улога и односот кон неа. Во таа смисла, улогата на жена-жртва, во себе содржи искуството на серија од стресни ситуации, исполнети со трауматски искуства кои ја намалуваат женската важност и функционалност во семејството. Однесувањето на жената-жртва во стресни ситуации влијае и врз когнитивните проценки и перцепцијата на нејзината улога - жртва.

Во психологијата стресот се смета како состојба на физичко и ментално оптоварување, што е поврзано со повисоки барања за приспособување вклучувајќи ја и семејната средина. Стресорите можат да бидат различни, но кога има насилство во семејството, жената ги зголемува сопствените стравови и ја засилува чувствителноста кон нив. Стресните одговори се поврзани со губење на самоконтролата, чувство на постоечка опасност, анксиозност, напнатост, апатија, лутина, импулсивност и раздразливост.

Жените кои не се објект на семејно насилство, во стресни ситуации преферираат да побараат поддршка од други луѓе, за да го решат настанатиот проблем. Тие се ориентирани кон решавање на проблемот и затоа користат стратегии кои имаат конструктивен карактер кои го менуваат значењето на стресните настани, оценувајќи ги како помалку опасни за нив. Ова ја зголемува нивната ефикасност во стресна ситуација. Тие се стремат да не ги избегнуваат од проблемите. Тоа ги разликува од жените жртви на насилство во семејството.

Жените жртви на семејно насилство, пред се користат стратегии кои ја рефлектираат неспособноста или неподготвеноста за преформулирање или симболичка промена на ситуацијата. Тие се самозалажуваат дека проблемите ќе се решат само од себе и не ја гледаат можноста за промена. Затоа преферираат да избегнуваат да размислуваат за проблемот, иако го доживуваат. Кај нив се издвојува и желбата да не ги споделат случувањата со блиските луѓе и се затвораат во себе. Тие честопати користат неконструктивни стратегии за справување со стресна ситуација (како што е насилството), се ставаат себе си во субмисивна положба, што ја потврдува позицијата на жртва. Насилниот сопруг го гледа ова однесување како несигурност и слабост на жената и настојува да ја задржи својата позиција како доминантна.

Последиците од трауматските искуства кои жената ги доживува во домот, кај неа предизвикуваат пасивност и на некој начин откажување од себе си. Таа често пати е изолирана од своите најблиски - семејството и пријателите, а на тој начин нема со кого да ги сподели своите проблеми и да побара помош. Врз основа на тоа какви стратегии за наметнување на моќ и контрола користи нејзиниот партнер, жената, поради беспомошност, најчесто користи повлекување во себе, фантазирање, изолација или бегање во сон. Не е ретка појавата на злоупотреба на алкохол и други опојни супстанции. Активното справување со ситуацијата во домот подразбира обраќање за помош, конструктивно решавање на проблемите, како и изразување на сопствените емоции за што жената најчесто е спречена поради страв од засилување на насилството од страна на нејзиниот партнер.

Со цел да се обучи жената активно да се справува со стресот, потребно е да побара помош, но вистината е дека голем број од жените не го пријавуваат насилството поради бројни причини: страв од уште пожестокото насилство, мислат дека ќе го повредат партнерот, страв да не останат на улица, финансиска зависност, страв дека децата ќе бидат објект на насилство и тн. Користејќи се со неконструктивни стратегии за справување со стрес, жената влегува во уште посилен магичен круг од кој многу тешко може да излезе. Негирањето на проблемот, несоочувањето со реалната ситуација, изолирањето од околината, барање спас во самотија, рушење на самопочитта и самодовербата, појава на депресија и анксиозност, сами по себе ја влошуваат ситуацијата и постепено предизвикуваат промени во личноста на жената. Семејното насилство предизвикува силни и деструктивни промени во менталното здравје на жената за кои е потребно психолошки третман со кој жената би стекнала животни вештини кои би и помогнале да се справи со ситуацијата во домот или пак да научи начини самостојно да го продолжи животот.

Неопходно е да се обрне внимание на едукација на жената-жртва на семејно насилство, особено во однос на изнаоѓање на нови начини за справување со конфликтни ситуации во домот или пак, ако одлучи да го напушти партнерот, потребно е да се најдат начини преку кои жената ќе најде нови можности кои ќе ѝ помогнат да излезе од кругот на семејно насилство. Жените жртви кои се обраќаат за помош, потребно треба да добијат силна поддршка, разбирање и прифаќање бидејќи обраќање во надлежните социјални служби

можеби е нивното последно и единствено решение во справување со насилството. Ова представува голема одговорност во работата на професионалците кои треба да бидат подготвени и специјално обучени за работа со жени жртви на семејно насилство. Професионалците треба јасно и детално да се запознаат со проблемите на семејното насилство, во спротивно нема да обезбедат соодветна помош која и е потребна на жената.

БИБЛИОГРАФИЈА

- [1] Arias I. (1999) Women's responses to physical and psychological abuse. In: Arriaga XB, Oskamp S, eds. Violence in intimate relationships. Thousand Oaks, CA: Sage, p.139.
- [2] Fine, M. (1992). Disruptive voices: The possibility of feminist research. Ann Arbor: University of Michigan Press.
- [3] Folkman, S. (1984). Personal control and stress and coping processes: Atheoretical analysis. Journal of Personality and Social Psychology, 46, 839-852
- [4] Goodman, L., Bennett, L., & Dutton, M. A. (1999). Obstacles to domestic violence victims' cooperation with the criminal prosecution of their abusers: The role of social support. Violence and Victims, 14, 427-444.
- [5] Holahan, C. J., and Moos, R. H. (1987). Personal and contextual determinants of coping strategies. J. Pers. Soc. Psychol. 52: 946-955.
- [6] Lazarus, R. S., & Folkman, S. (1984). Stress, appraisal, and coping. New York: Springer.
- [7] Lepore, S. J., Evans, G. W., & Schneider, M. L. (1991). Dynamic role of social support in the link between chronic stress and psychological distress. Journal of Personality and Social Psychology, 61, 899-909
- [8] Mitchell, R. E., & Hodson, C. A. (1983). Coping with domestic violence: Social support and psychological health among battered women. American Journal of Community Psychology, 11, 629-654.
- [9] Moos, R. H. (1995). Development and applications of new measures of life stressors, social resources, and coping responses. Eur. J. Psychol. Assess. 11: 1-13