

ОД РЕХАБИЛИТАЦИЈА ДО ОПОРАВУВАЊЕ: ИСКУСТВАТА НА САМОПОМОШ ЗА ВРАЌАЊЕ НА КВАЛИТЕТОТ НА ЖИВОТ ПОСЛЕ НАСИЛСТВОТО

Франческа ЕСПОСИТО¹
Мануела ТОМАИ²
Валентина НАНИНИ²
Луџија ГИАРДИНИЕРИ²
Педро АЛЕКСАНДРЕ КОСТА¹

¹ ИСПА – Универзитетски институт, Истражувачки центар за применета психологија

² Оддел за динамичка и клиничка психологија, „Сапиенца“ Универзитет во Рим

Примено: 03.06.2018
Прифатено: 16.08.2018
УДК 364.632-055.2:364-36

Резиме

Насилството врз интимниот партнер е сериозен здравствен проблем и прекршување на човековите права и има влијание врз животите на многу жени насекаде во светот. Жртвите на злоупотреба укажуваат на големиот број негативни последици во физичката, психолошката и социјалната сфера на нивниот живот. И покрај големиот број на истражувања за ефективност на групите за поддршка, самопомошта е метод кој е ретко истражуван во однос на неговите можни ефекти во случаите на насилство помеѓу интимните партнери. Во овој труд се анализирани искуствата од самопомош кои се развиени во рамките на услугите кои се насочени против насилство во Општина Рим. Беше спроведено и колаборативно истражување со цел да се процени влијанието кое самопомошта го има врз квалитетот на живот на учесниците. Ние го присвоивме концептот за квалитетот на живот создаден од Нусбаум, понатаму дефиниран со помош на нејзината листа на 10 способности на човекот.

Адреса за кореспонденција: Мануела ТОМАИ,
Оддел за динамичка и клиничка психологија,
„Сапиенца“ Универзитет во Рим, Виа Дегли Апули 1,
00185 Рим, Италија
Меил: manuela.tomai@uniroma1.it

FROM REHABILITATION TO RECOVERY: A SELF- HELP EXPERIENCE TO REGAIN QUALITY OF LIFE AFTER VIOLENCE

Francesca ESPOSITO¹
Manuela TOMAI²,
Valentina NANNINI²,
Lucia GIARDINIERI²
Pedro ALEXANDRE COSTA¹

¹ ISPA – Instituto Universitario Applied Psychology Research Center

² Department of Dynamic and Clinical Psychology "Sapienza" University of Rome

Received: 03.06.2018
Accepted: 16.08.2018
Original article

Abstract

Intimate Partner Violence (IPV) is a serious public health problem and a human rights violation that affects the lives of many women around the world. Victims of abuse report a multitude of adverse outcomes, in the biological, psychological and social domains of their life. Despite extensive research on the effectiveness of support groups, self-help is a methodology little explored in its potential effects in IPV cases. This paper analyzes a self-help experience developed within an anti-violence service of the Municipality of Rome. A collaborative study was carried out to assess the impacts of self-help in terms of participants' quality of life. We adopted the notion of quality of life as formulated by Nussbaum, further defined through her list of ten human capabilities. Participants' narratives were analyzed through thematic analysis. Results showed a significant impact of the group in terms of women's quality of life.

Corresponding address: Manuela TOMAI,
Department of Dynamic and Clinical Psychology "Sapienza"
University of Rome Via degli Apuli 1, 00185 Rome, Italy
e-mail: manuela.tomai@uniroma1.it

Раскажувањата од учесниците беа анализирани преку тематски анализи. Резултатите покажа значајно влијание на групата во однос на квалитетот на животот кај жените. Афилијацијата беше нагласена како централна способност, преку која се создаваат и развиваат и другите способности, особено практичното размислување и емоциите. Политичката контрола над околината на една личност е една од круцијалните способности, манифестирана во желбата да им се помогне на другите жртви и ангажираноста во активности за одбрана. Групата за самопомош изгледа дека имаше функција на катализатор за развивање на индивидуалните способности кои постојат на минимално ниво, во ситуации во кои надворешните услови го овозможуваат тоа. Се дискутира и за импликациите во однос на насоките за имплементација на програмите против насилството и политиките против насилство.

Клучни зборови: *самопомош, ојоравување, насилство врз интимниот партнер.*

Вовед

Инцидентата на насилството врз интимниот партнер (НИП) е сериозен здравствен проблем и прекршување на човековите права и има влијание врз животите на многу жени насекаде во светот е импресивна: во светот 30% од жените биле жртви на физичко и/или сексуално насилство од нивниот интимен партнер. Во Европа, според извештаите од Светската Здравствена Организација преваленцата на виктимизација е 25% (1). Во однос на Италија, последното ISTAT истражување (2) укажува дека 13.6% (2,8 милиони) од жените биле жртви на психичко или сексуално насилство од нивните партнери или бивши партнери. Жртвите на НИП укажуваат на неколку негативни последици (3), како што е социјална изолација и дискриминација, пост-трауматски стрес, проблеми со репродуктивното здравје (4), нарушување на исхраната (5,6) и проблеми со физичкото здравје поради хроничен стрес поврзан со виктимизацијата (7).

Во ова истражување, на надминувањето на искуствата од НИП со цел враќање на задоволителен квалитет на живот не се гледа како на процес на корекција, туку како на процес на опоравување во кој само одговорноста, учеството и меѓусебното влијание на личните и контекстуалните фактори играат клучна улога. Особено, опоравувањето се сфаќа како процес на повтор-

Affiliation was highlighted as a central capability, through which the development of the others passes, especially practical reason and emotions. Political control over ones' environment was another crucial capability, manifested in the desire to help other survivors and to engage in activities of advocacy. The self-help group appeared to work as a catalyst of for the development of individual capabilities at least minimally existing, in the presence of where external conditions allow it. Implications in terms of directions for the implementation of antiviolence programs and policies are discussed.

Keywords: *self help, recovery; intimate partner violence*

Introduction

The incidence of Intimate Partner Violence (IPV) is a serious public health problem, and a human rights violation that affects the lives of women all over the world is impressive: around the world 30% of women have experienced physical and/or sexual violence from an intimate partner. In Europe, the World Health Organization reports a prevalence of victimization of 25% (1). In the Italian context, the last ISTAT research (2) indicates that 13.6% (2.8 million) of women have suffered physical or sexual violence from partners or ex-partners. Victims of IPV report a multitude of adverse outcomes (3), such as social isolation and discrimination, post-traumatic stress disorder, reproductive health problems (e.g 4), eating disorders (e.g., 5; 6), and physical health problems from the chronic stress associated with victimization (7).

In this work, overcoming the experience of IPV in order to regain a satisfactory quality of life is not conceived as a corrective process but rather as a process of recovery, in which self-responsibility, participation, and the interplay of individual and contextual factors play a key role. In particular, recovery is understood as a process of the reacquisition

но стекнување на надеж, зајакнување на личноста и контрола над значајните одлуки во сповствениот живот, додека концептот за опоравување се фокусира на активното учество на луѓето низ средби со лица кои имаат значајни улоги во заедницата (8). Од оваа гледна точка, под опоравување се подразбира процес кој не е под влијание само од една индивидуа туку и од околината во која таа индивидуа живее (9,10). Затоа, концептот за опоравување ги инкорпорира основните аксиоми на психолошко еколошката перспектива за заедницата (11) која перспектива ја признава зависноста помеѓу индивидуата и социјалната промена.

Модели на интервенција кај жениите жртви на НИП: Групи на самопомош

И индивидуалните и групните интервенции се употребувани долго време од страна на асоцијации и групи, главно со феминистичка основа, кои се залагаат за обезбедување на правна, психолошка и социјална поддршка за жените жртви на НИП. Стратегијата за интервенција која е фокусирана на индивидуата е докажано дека е особено важна за раните фази на процесот на бегство од насилството, кога жената започнува да го крши циклусот на насилство и започнува да ги елаборира чувствата на болка, загуба и импотенција со цел да му даде нова насока на својот живот (12 - 14). Сепак, во подоцнежните фази на процесот на опоравување од насилството, кога жената веќе го напуштила нејзиниот насилен партнер, групната интервенција изгледа како посоодветна за адресирање на потребите на жената. Покрај тоа, искуството на НИП создава огромен стрес кај жртвите, што има влијание врз нивната автономија и самоопределување и прави истите да се чувствуваат немоќно и да се само идентификуваат како „жртви“ (14). Надминувањето на условите на изолација, промовирањето на самодовербата кај жените и само ефективноста (15), создавањето на мрежа од позитивни врски за споделување на социјална поддршка и стратегии за справување (16), повторно враќање на значајни социјални улоги и употреба на сопственото искуство за помош на други жртви (18) се чести потреби на жените кои се жртви и го преживеале НИП. Повторното враќање на самодовербата и контролата над сопствениот живот е една од најзначајните цели кон кои треба да се насочи една индивидуа која преживеала НИП. Промовирањето на такви цели и охрабрувањето на жените во процесот на опоравување се покажало дека групите на самопомош се ефективна алатка за овие

of hope, personal empowerment, and control over important decisions in one's own life, while the notion of recovery focuses on the active participation of people through the engagement with significant roles in the community (8). From this viewpoint, recovery is understood as an on-going process that is influenced not only by the individual but also by the environment in which she lives (9; 10). Therefore, the notion of recovery incorporates the basic axiom of community psychology's ecological perspective (11) that acknowledges the interdependence of the individual and social change.

Models of Intervention with Women Survivors of IPV: Self-Help Groups

Both individual and group interventions have been long-used by associations and groups, mainly with a feminist background, committed to providing legal, medical, psychological and social support to women survivors of IPV. An intervention strategy centered on the individual has been proved to be particularly crucial in the early stages of the process of escaping the violence, when the woman begins to break the cycle of violence, and to elaborate the feelings of pain, loss, and impotence in order to give her life a new direction (12 - 14). However, in advanced phases of the process of recovering from violence, when the woman has already left her abusive partner, a group intervention seems more appropriate to address the woman's needs. Moreover, the experience of IPV creates huge stress for the victims, also strongly affecting their autonomy and self-determination, and make them feel powerless and self-identify as "victims" (14). Overcoming the condition of isolation, promoting the woman's self-esteem and self-efficacy (e. g., 15), building a network of positive relationships for exchanging social support and coping strategies (e. g. 16), regaining significant social roles, and using the experience of the abuse to help other victims (18) are common needs experienced by women survivors of IPV (19; 20). In this light, regaining empowerment and control over one's own life become crucial goals to be pursued. To promote the achievement of such goals, and foster women's recovery process, self-help groups have been identified as an effective tool (20; 17; 21).

процеси (20, 17, 21).

Во однос на ова истражување, групите на самопомош се сфаќаат како групи на луѓе кои споделуваат заеднички својства и верувањето дека заеднички тие можат да ја подобрат нивната ситуација (22). Овој модел на самопомош се заснова на критиката на нерамнотежата на моќта во врската помеѓу професионалците и лицата кои примаат услуга (23) и присвојува сопственост и контрола над членовите во групата (24). Затоа, наспроти групите за поддршка, во групите за самопомош олеснувањето го слушаат членовите на групата, а не професионалци (25). Други механизми кои се во игра во групите за самопомош кои се значајни за промовирање на опоравувањето на жената од насилството се: (1) преземање на одговорноста за индивидуалното однесување, (2) доживување на заемност, (3) идентификување со другите членови во групата, (4) размена на информации и совети, (5) намалување на сопствената перцепција на „жртва“ и развивање на идентитет на „преживеан“ (19, 22). Особено, Еспозито (Esposito) (20) има нагласено како искуството во групата за самопомош може да им помогне на учесниците во имплементирање на активности на застапување во одбрана на правата на жените и еднаквост на половите. Во однос на ова застапувањето е претставено како особено значаен фактор во процесот на бегство од насилството (26).

И покрај тоа што групите на самопомош се подолго истражувани во различни полиња (27, 25, 28, 29) во литературата, истражувањата на групите на самопомош за жените кои преживеале НИП се многу ретки. Поголемиот број на истражувања на групните интервенции на жени кои биле жртви на НИП се фокусираат на групи за поддршка. Со цел да се пополни ова празнина, овој труд го анализира влијанието на искуството од самопомошта помеѓу жените кои преживеале НИП врз нивниот квалитет на живот. Ова искуство на самопомош беше одржано во феминистичкиот центар за услуги против насилство Општина Рим (Италија). На таков начин, ние квалитетот на живот го зедовме како производ на процесот на опоравување на жените, како и прифаќањето на пристапот кој во фокусот го става лицето кое преживеало насилство што го вреднува гласот на жените како протагонисти на ова искуство и следствено на тоа и на истражувачкиот процес.

In the context of the present study, self-help groups are understood as groups of people that share common conditions, and the belief that together they can improve their own situation (22). This model of self-help is based on a critique of the power imbalances in the relationship between professionals and service consumers (23), and confers the ownership and control of the group on its members (24). Therefore, and unlike support groups, in self-help groups the facilitation is assumed by experienced group members and not by professionals (25). Other mechanisms that play in self-help groups that are relevant to promote women's recovery from violence are: (1) taking responsibility for individual behavior, (2) experiencing mutuality, (3) identifying with other group members, (4) exchanging information and advice, (5) reducing the self-perception as "victim", and developing an identity as "survivor" (19; 22). In particular, Esposito (20) has highlighted how the experience of a self-help group can help the participants to implement advocacy actions in defense of women's rights and gender equity. In this regard, advocacy has been indicated as a particularly relevant factor in the process of escaping from violence (26).

Despite self-help groups having long been studied in various fields (e.g.: 27; 25; 28; 29) literature on self-help groups with women survivors of IPV is scarce. Most of the studies on group interventions with women with experience of IPV focus on support groups. In order to contribute towards filling this gap, this paper analyses the impact of a self-help experience among women survivors of IPV on their quality of life. This self-help experience took place in a feminist anti-violence service of the Municipality of Rome (Italy). In doing so, we privileged quality of life as an outcome of the women's recovery process, also adopting a survivor-centered approach that values the "voices" of women as protagonists of this experience and, consequently, of the research process.

Материјали и методи

Теоретска рамка

Во однос на ова истражување ние ја присвоивме рамката на способности која првично е развиена од економистот и филозоф Амартиа Сен (Amartya Sen) (30), со цел да се истражи влијанието на самопомошта врз квалитетот на живот на жените. Рамката на способности, која е развиена од Сен во соработка со Нусбаум (31) претходно е применета во истражувања за квалитетот на животот. Оваа рамка е докажано дека е корисна во истражувањата на квалитетот на живот на маргинализираните групи и угнетени групи (32), вклучувајќи и жени кои биле жртви на родово базирано насилство (33-34).

Севкупно, рамката на способности како што е опишана од Нусбаум (Nussbaum) (33, 34) е заснована на два столбови: прво, идејата дека слободата за спознавање на сопствената добросостојба е од примарна морална важност и второ, оваа слобода треба да се сфати во однос на способностите на луѓето, односно на нивните можности да направат и да бидат тоа што тие сакаат и го ценат, можности кои се под цврсто влијание на содржината, со сите нејзини ограничувања и ресурси. Затоа, способностите се резултат на комбинација на индивидуалните и социјалните фактори (35) и имаат универзален карактер (крос културен нормативен пристап): т.е. нивното присуство или отсуство укажува на присуството или отсуството на „достоествен човечки живот“ (33, 34). Со други зборови, десетте способности на Нусбаум, идентификувани после долгогодишни крос културни дискусии (36) ги претставуваат вистинските централни функции во однос на човечкиот живот. Имено, тие се: (1) Живот, (2) Телесно здравје, (3) Телесен интегритет, (4) Сетила, Имагинација и Мисли, (5) Емоции, (6) Практичен разум, (7) Афилиации, (8) Други видови, (9) Игра и (10) Контрола над сопствената околина (Политичка и материјална). Оваа листа, е формулирана на високо ниво на апстрактност, за да секоја заедница/група може да се адаптира на нивниот локален контекст (37).

Процедури

Почнувајќи од нашата теоретска рамка и со цел создавање на контекстуализирана и споредбена смисла на десетте способности опишани погоре, ние го започнавме нашето истражување со организирање на двочасовен состанок со жени кои учествувале во групи за самопомош, а кои сакавме да ги анализираме. Такв-

Materials and methods

Theoretical Framework

In the context of this study we adopted the capabilities framework, initially developed by economist and philosopher Amartya Sen (30), to explore the impact of self-help on women's quality of life. The capabilities framework, as further developed by Sen with the collaboration of Nussbaum (31), was previously applied to the study of quality of life. In particular, this framework has been proven to be useful in studying the quality of life of marginalized and oppressed groups (32), including women with experience of gendered violence (33; 34).

Overall, the capabilities framework as described by Nussbaum (33; 34) is based on two pillars: firstly, the idea that the freedom to realize one's own well-being is of primary moral importance; and, secondly, that this freedom is to be understood in terms of people's capabilities, i.e., of their opportunities to do and be what they desire and value; opportunities that are strongly influenced by the context, with its constraints and resources. Therefore, the capabilities are the result of a combination of individual and social factors (35), and assume a universal character (cross-cultural normative approach): i.e., their presence or absence indicates the presence or absence of a "dignified fully human life" (33; 34). In other words, Nussbaum's ten capabilities, identified after years of cross-cultural discussions (36), represent the truly central functions in terms of a human life. Namely, these are: 1) Life; 2) Bodily Health; 3) Bodily Integrity; 4) Senses, Imagination, and Thoughts; 5) Emotions; 6) Practical Reason; 7) Affiliation; 8) Other Species; 9) Play; and 10) Control Over One's Environment (Political and Material). This list, however, is formulated at a high level of abstraction, so that each community/group can adapt it to their local context (37).

Procedures

Starting from our theoretical framework, and in order to create a shared and contextualized sense of the ten capabilities described above, we began our study by organizing a two-hour meeting with the women participating in the self-help group experience we

иот колаборативен обид имаше за цел да се проценат искуствата на жените, како и нивните гласови и мислења, во процесот на истражување, на кој начин се надминаа традиционалните истражувачки врски (38, 39). Особено, на овој состанок беа дискутирани способностите кои се дефинирани од Нусбаум (Nussbaum) и беа формулирани прашањата за интервју со цел да се истражи нивниот развој во контекст на групата за самопомош. Резултатот беше создавање на десет прашања, кои започнуваа со: „Дали сметаш дека учеството во групата има влијание врз твојот капацитет за...?“. Оваа заедничка формула беше проследена со контекстуална дескрипција на секоја од способностите базирана на одделни индикатори идентификувани од страна на жената за да направи проценка на способноста. По овој состанок, беа спроведени индивидуални интервјуа со сите учесници со употреба на протокол за соработка при интервјуирање. Интервјуата со жените беа спроведени во околина која беше заштитена со цел жените да се чувствуваат сигурно, како и за да се ограничи теретот од интервјуто. Интервјуата беа спроведени од страна на двајца истражувачи со експретиза во полето на квалитативните истражувања и родово базирано насилство. Сите учесници потпишаа формулар за согласност. Интервјуата беа снимани и беа направени транскрипции од истите за нивно анализирање. Потоа, согласно колаборативниот пристап транскриптите од интервјуата им беа вратени на учесниците со цел да ги верификуваат и ако има потреба да ја променат нивната содржина.

Содржина

SOSDonna H24 е сервис против насилство локализиран во Рим и е менаџиран од феминистичката невладина организација *BeFree*. Овој сервис ги поддржува жените кои преживеале насилство и нивните деца со обезбедување на правна, психичка и социјална поддршка. Во јануари 2011 година беше создадена група за самопомош во рамките на овој сервис. Групата беше именувана *named "The Phoenicians who fly towards Ithaca"* – „Фениксите кои летаат кон Итака“, беше составена од жени, италијанки и од други држави, кои преживеале НИП.

Учесници

Десет жени членови на групата за самопомош „Фениксите кои летаат кон Итака“, учествуваа во ова истражување. Сите учесници беа дел од најмалку четири групни состаноци, минималното време кое се

aimed to analyze. Such a collaborative endeavor was aimed at valuing women's lived experiences, as well as their voices and opinions, in the research process, thus challenging the power imbalances characterizing traditional research relationships (38; 39). In particular, this meeting was used to discuss Nussbaum's capabilities, and to formulate interview questions to explore their development in the context of our self-help group. The result was a list of ten questions, each of which beginning with: "Do you think that the participation in the group has influenced your capacity to...?". This common opening formula was followed by a contextually adapted description of each capability based on particular indicators identified by the women to assess that capability. After this meeting, individual interviews were conducted with our participants using the collaboratively developed interview protocol. The interviews with the women were conducted in a protected setting in order to make the woman feel safe and at ease, as well as to limit the burden of the interview. The interviews were conducted by two researchers with expertise in the field of qualitative research and gender violence. All participants signed an informed consent form. Interviews were audio-recorded and transcribed verbatim for analysis. After that, according to a collaborative approach, the interview transcripts were returned to the participants in order to allow them to verify, and eventually modify, the content.

Context

SOSDonna H24 is an anti-violence service located in the city of Rome, and managed by the feminist NGO *BeFree*. The service supports women survivors of violence and their children by providing legal, psychological and social support interventions. In January 2011 a self-help group was created within the service. The group, *named "The Phoenicians who fly towards Ithaca"*, was composed of women, both Italian and foreign, with experience of IPV.

Participants

Ten women, members of the self-help group "The Phoenicians who fly towards Ithaca", participated in the research. All participants had attended at least four

смета дека е потребно за да се има некакво влијание врз квалитетот на живот. Возраста на учесниците беше од 35 до 65 години (средна вредност 53.4 години). Осум од учесниците беа италијанки, една од Перу и една од Молдавија. Сите освен најмладата имаа едно или повеќе деца. Степенот на образование беше различен, најстариот учесник имаше завршено основно образование, две имаа две годишно средно образование, една средно образование и четири имаа универзитетска диплома. Пет од учесничките беа вработени, четири беа невработени и една беше во пензија. Сите жени, во времето кога се спроведуваше истражувањето, ја имаа напуштено насилната врска. Една од учесничките се уште живеа во иста куќа со нејзиниот бивш насилен партнер, додека чека судска одлука во однос на нејзиниот случај.

Анализи

Откако беа проверени транскриптите од интервјуата од страна на учесниците, тие беа анализирани од страна на истражувачкиот тим преку тематска анализа (40). Ние, се одлучивме за контекстуален аналитички пристап, сензитивен на начинот на кој лицата им даваат значење на нивните искуства и како пошироките социо-политички сили имале влијание врз овие процеси. Понатаму, вредно е да се спомене дека темите не беа идентификувани врз основа на нивната преваленца во податоците, туку примарно врз основа на нивната значајност во однос на прашањата, особено врз основа на информациите за рамката на способности (33) како што е адаптирана на ова истражување во соработка со самите жени.

Во однос на практичното спроведување на анализата, двајца аналитичари ги читаа интервјуата и ја идентификуваа примарната листа на теми. Аналитичарите направиле споредба на темите и дискутираа и ги прегледаа кодовите додека не се постигна консензус. Откако беше финализирана рамката на кодови, транскриптите беа кодирани од страна на аналитичарите. Потоа темите кои се појавија беа проучени за утврдување на нивното концептуално софпаѓање со рамката за способности (33). Еден од аналитичарите ги реорганизира темите (и цитатите) околу петте принципи кои беа поддржани со податоците. Оваа рамка беше прегледана од сите членови во тимот со цел да се постигни консензус.

group meetings, the minimum time deemed necessary to experience an impact in terms of quality of life. The age of the participants ranged from 35 to 65 years (mean age 53.4 years). Eight participants were Italian, one from Peru, and one from Moldova. All but one – the youngest – had one or more children. Educational backgrounds were varied, as one (the oldest) had an elementary education, two had a lower secondary education, one an upper secondary education, and four had completed university education. Five participants were employed, four were unemployed, and one was retired. All the women, at the time of our research, had abandoned their abusive relationship. However, one was still living in the same house as their former abusive partner, while awaiting a court decision regarding her case.

Analysis

After the interview transcripts were checked by the participants, they were analyzed by the research team through a thematic analysis (40). In particular, we opted for a contextualist analytic approach, sensitive to the ways people give meaning to their experiences and how broader socio-political forces shape this process. Furthermore, it is worth mentioning that the themes were not identified based on their prevalence in the data corpus, but rather primarily on their significance with respect to the research questions; these latter informed by the capabilities framework (33) as adapted to our study context through the collaboration with the women themselves.

In practical terms, two analysts independently read the transcripts and identified a preliminary list of themes. The analysts compared the themes, and discussed and revised the coding framework until there was consensus. Once the coding framework was finalized, the transcripts were independently coded by the two analysts. The emerging themes were then examined for their conceptual congruence with the capabilities framework (33). One analyst re-organized the themes (and quotes) around the five principles supported in the data. This framework was reviewed by all team members to reach consensus.

Резултати

Резултатите од тематските анализи се организирани според десетте способности формулирани од страна на Нусбаум (Nussbaum) (33, 34). Дефиницијата на секоја од способностите и темите поврзани со нив се прикажани во Табела 1.

Results

The results of the thematic analysis are organized according to the ten capabilities formulated by Nussbaum (33; 34). The definition of each capability, and the associated themes/subthemes, are reported in Table 1.

Табела 1. Способности и поврзани теми / **Table 1.** Capabilities and related topics

Способност Capability	Дефиниција Definition	Теми Themes
1 Живот Life	Да може да живее до крајот на еден човечки живот од нормална должина, да не се умре прерано или да се намали за да не е вреден за живеење. Being able to live to the end of a human life of normal length; not dying prematurely or before one's life is so reduced as to be not worth living.	1. Да се живее во темната ноќ и да се гледа како се појавува денот; 1 Live in a dark night and see the day appear;
		2 Да се воспостави баланс; 2 Recover the balance;
		3 Издржливост 3 Resilience
2 Телесно здравје Physical health	Да може да има добро здравје, вклучувајќи и репродуктивно здравје, да се биде соодветно негуван и да има соодветно склониште. Being able to have good health, including reproductive health; to be adequately nourished; to have adequate shelter.	1 Повторно враќање на здравјето и само заштита 1 Regaining health and self-care;
		2 Постигнување на заштитничка околина за живеење 2 - Achieve a protected living environment
3 Телесен интегритет Physical integrity	Да може да се движи слободно од едно на друго место, да биде обезбеден од насилни напади, вклучително и сексуални, да има можност за сексуално задоволство и можност за репродукција. Being able to move freely from place to place; to be secure against violent assault, including sexual assault having opportunities for sexual satisfaction and for choice in reproduction	1 Стратегии за отпор 1- Resistance strategies
		2 Бариера за заштита 2 Protection barrier
		3 Слобода на движење 3. Freedom of movement
		4 Да биде афективна/сексуална 4 Get involved in affectivity / sexuality;
4 Сетила Имагинација Мисли Senses imagination thoughts	Да може да ги користи сетлата, да замислува, размислува и разумност. Да може да работи и да оди на настани. Да може да го користи својот ум. Да може да им пријатни искуства и да избене непотребна болка. Being able to use the senses, to imagine, think and reason ... Being able to producing works and events Being able to use one's mind ... Being able to have pleasurable experiences, and to avoid non-necessary pain	1 Да се изрази против насилството 1 Express yourself against violence
		2 Личен и културен развој 2 Personal and cultural development
		3 Слобода на мисла и став 3 Freedom of thought and opinion
		4 Нови сфаќања 4 New awareness
5 Чувства Emotions	Да може да се приврзе со предмети и луѓе, да ги сакаме оние кои не сакаат нас и се грижат за нас, да се сака, да се тагува, да се почувствува копнеж	1 Споделување на стравот 1 Sharing fear;;
		2 Експериментирање/Изразување на емоции 2 Experimenting / expressing emotions

	Being able to have attachment to things and people; to love those who love us and care for us, to love, to grieve, to experience longing, gratitude, and justified anger	3 Развивање на емоционални врски и взамена грижа 3 Develop emotional bonds and mutual care 4 Да се каже себеси и покрај осудата 4 To tell oneself beyond the judgment 5 Да се врати довербата во врските 5 Recover trust in relationships; 6 Конфликтот како конструктивна димензија 6 Conflict as a constructive dimension
6 Практичен разум Practical reason	Да може да создаде концепција за што е добро и да направи одраз на сопствениот живот Being able to form a conception of the good and to engage in a reflection on one's own life	1 Да каже не на насилството 1 Say no to violence 2 Различна перспектива за секој ден 2 A different perspective of everyday life 3 Да веруваат во себеси повторно 3 Believe in themselves again
7 Врски Affiliation	Да може да живее со други, да покаже загриженост за другите, да сочувствува, да има способност за правда и пријателство, да има самопочит, да биде индивидуа чии вредности се еднакви на оние од другите. Being able to live with others, to show concern for others; to feel compassion; to have the capability for both justice and friendship. to try self-respect; to be an individual whose value is equal to that of others.	1 Емоционална поврзаност и взаменост 1 Emotional connection and mutuality;; 2 Поддршка на информации 2 Information support 3 Материјална поддршка 3 Material support; 4 Чувство на правда 4 Sense of justice
8 Други видови Other species	Да може да живее со грижа за и во врска со животните, растенијата и природата Being able to live with concern for and in relation to animals, plants, and the world of nature	1 Врска со природата 1. Relationship with the world of nature.
9 Играње Game	Да може да се смее, игра, ужива во рекреативни активности Being able to laugh, play, enjoy recreational activities	1 Моќта на смеењето/ 1 The power of laughter
10 Контрола над сопствената околина Control over one's environment	Да може да учествува ефективно во политичките избори, да има право на политичка партиципација, да може да поседува имот, да може да работи како човек и да започне значајни врски на взамено признавање со другите работници. Being able to participate effectively in political choices; having the right of political participation; Being able to hold property; be able to work as a human being and entering into meaningful relationships of mutual recognition with other workers.	1 Застапување Помагање на други жени 1 Advocacy - Helping other women 2 Наоѓање на достоинствена работа 2 Finding worthy work 3 Независна куќна и економска поддршка 3 Independent house and economic support

Дискусија

За секоја од способностите идентификуваните теми се опишани и дискутирани. Извадоци од интервјуата се исто така прикажани за поткрепа на нашите аргументи.

1) Животи

Во некои случаи ризикот за смрт не беше поврзан со директно физичко насилство од страна на интимниот партнер, туку од ефектите на таквото насилство и дури откако жената ја прекинала насилната врска. Телесни болести, бихејвиорални нарушувања и/или проблеми за стапување во врска се некои од можните последици кои влијаат врз жртвите. Дури откако е повторно воспоставена био-психо-социјална рамнотежа може да настапи „оживување“. Во овој процес групата даде особен придонес.

„(...) пристигнуваш во катастрофални физички услови, не можеш да сфатиш кој си, кога ќе ја најдиш внатрешната рамнотежа се релаксираш...“ (C.50)

Чувството на страв за сопствената безбедност за време на насилната врска е тема која што се повторува кај сите учесници. Овој страв беше димензија која беше трансформирана преку учество во групата. Групата им овозможи на жените да ја повратат контролата над нивното постоење и да ја замислат својата иднина надминувајќи ја темнината од насилството. Многу жени овој пат на „повторно раѓање“ го опишаа со помош на приказната на повторно цветање на нивната убавина и женственост.

„Секако тоа имаше позитивно влијание! Тоа е како да живееш во темна ноќ и да го гледаш денот кој што се јавува (...) знаеш дека тие (другите членови) го направиле тоа, тогаш и ти можеш да го направиш тоа и тогаш ти повторно ја отвориш вратата за животи“ (B. 60 години)

2) Телесно здравје

Дневниот стрес кој е присутен за време на насилна врска ги компромитира биолошките функции на жените, предизвикувајќи сериозни болести (41). Реставрацијата на емоционалната рамнотежа им овозможува на жените постепено да го вратат своето физичко и психо социјално здравје. Учесството во

Discussion

For each capability the themes identified are described and discussed. Interview extracts are also reported to support our arguments.

1) Life

In some cases the risk of death was not associated with the direct/physical violence of the partner, but rather with the effects of such violence, even after the woman had interrupted the abusive relationship. Physical diseases, behavioural disorders, and/or relational problems were some of the possible consequences affecting the victims. It was only by regaining bio-psycho-social balance that a ‘resurgence’ could become possible. In this process the group provided an important contribution.

“(...) you arrive in devastating physical conditions, that you can not understand who you are, when you find your inner balance, you relax ...” (C., 50)

In particular, the fear felt for one's own safety during the abusive relationship is a recurring theme. This fear was a dimension transformed through participation in the group. The group allowed the women to regain control over their existence and imagine a future again, beyond the darkness of the violence. Many women described this passage of ‘rebirth’ through the story of the re-flowering of their beauty and femininity.

“Certainly that has influenced very positively! It's like living in a dark night and see the day that appears (...) know that if they (the other members) did it, you can do it too and then you reopen the hope for life” (B., 60 years)

2) Bodily Health

The daily conditions of stress experienced during the abusive relationship compromised women's biological functions, causing serious illness (e.i 41). The restoration of an emotional balance allowed the women to gradually regain physical and psycho-social health. Participation in the group provided an impulse for participants to take care of themselves and their body, benefiting this recovery process. Furthermore, in some cases the group also supported its members in the

групата им даде еден импулс на учесниците за да се грижат за себеси и нивните тела. Понатаму, во некои случаи групата, исто така ги поддржуваше своите членови во потрагата за здрава животна средина, заштитени од насилство.

„Јас се чувствуввам добро, но ѓпред ѓаоа бев секогаш болна, за време на мојот брак од 25 години два пати бев дијагностицирана со рак (...) се ѓперодив (...) најлив на здравје“ (С. 55 години)

3) Телесен интегритет

Се додека насилството не е дефинитивно отстрането, жените продолжуваат да чувствуваат дека нивниот телесен интегритет е во ризик и способноста да се движат без страв е компромитирана. Во однос на овој аспект учесниците чувствуваат дека групата не може да има поголемо влијание. Како и да е, тие предложија конкретни активности кои може да бидат преземени од страна на групата за заштита на жените кои се во ризик (на пример, заедно одење дома или промена на бравите). Можноста за создавање на нови емоционални и сексуални врски, засновани врз принципот на задоволство, се заклучи дека е важен аспект промовиран од страна на групата. Примерите на членовите од групата кои повторно започнале врска им овозможи на другите да ја земат во предвид како цел која што може да се постигне, односно повторно да почувствуваат емоции, афекција и сексуална врска со слобода и како извор на задоволство.

„Преку искуствата на моите ѓридружници, можам да кажам дека е можно да се има нова емоционална врска“ (Б. 60 години)

4) Сејила, Имагинација и Мисли

Групата го промовираше капацитетот на жените да развијат свои сопствени мисли и мислења и да ги изразат истите, како и слободно и независно да дискутираат за нивните животи. Да можат да зборуваат за нивните искуства без да чувствуваат дека се осудувани е особено важно за учесниците, особено за оние кои се интровертни или кои се погодени во поголема мера од насилството на нивните партнери.

„Да се живее со насилна личност ѓрави да се чувствуваш совладано (...) не можеш да зборуваш (...) во групата можеш да се изразиш и да зборуваш за ваквите ситуации“ (М., 47 години)

search for a healthy living environment, protected from violence.

“I feel good but before I was always sick, in my marriage of 25 years I had cancer twice, (...) I reborn, (...) burst of health” (C., 55 years)

3) Bodily Integrity

Until the violence is definitively eradicated, women continue to perceive their physical integrity as being at risk and their ability to move without fear as being compromised. On this aspect the participants felt that the group could not have a big impact. However, they mentioned concrete actions taken by the group to protect women who were at risk (for example, going home together or changing locks together). Conversely, the opportunity to experience new affective and sexual relationships, based on the principle of pleasure, emerged to be an important aspect promoted by the group's experience. The example of group members who were able to invest again in romantic relationships allowed the others to consider an achievable goal to (re)experience affection and sexuality with freedom and as a source of pleasure.

“Through the experience of my companions, I can say that it is possible to have a new emotional relationship” (B., 60 years)

4) Senses, Imagination, and Thoughts

The group promoted the capacity of the women to develop their own thoughts and opinions and express them, as well as to freely and independently take decisions over their lives. Being able to talk about their experiences without feeling judged was particularly important for the participants, especially for those who were more introverted or who had been more strongly affected by their partner's violence.

“Living with a violent person makes you feel overwhelmed (...) you can't talk, (...) in the group you can express yourself and talk about this situation too” (M., 47)

Понатаму, некои од жените во групата успеаа емоционално да го процесуираат нивното искуство и да го употребат за да им помогнат на другите жени. Во овие случаи, болката беше претворена во свест за претрпеното насилство во бес кој е конструктивно насочен кон уметнички, културни и социјални активности кои ќе им бидат од корист на другите жени или кон проекти за личен развој, како што е продолжување на студиите.

„Се научив да ги делам работиите и на тој начин да ги пронајдам убавите страни на животој и да ги избегнам лошите (...)“ (В., 60 години)

5) Емоции

Чувството на страв е преовладувачко. Можноста да се именува ова чувство и да се сподели во групата им овозможи на жените да почувствуваат дека не се сами и да го започнат патувањето кој повторното раѓање и лично зајакнување. Учесството во групата им помогна на жените да бидат во допир со нивните сопствени чувства и да ја зајакнат нивната способност за чувствување на позитивни емоции, како што се радост, како и толерирање на негативните емоции, како што е жалоста, без анксиозност.

„Начиној на кој ги чувствувам емоциите, ојкако сум дел од оваа група, девинтивно се промени, конечно можам да чувствувам радости за кои мислев дека никогаши нема да ги чувствувам појторно“ (В., 60 години)

Емпатијата која се создаде во групата, механизмите на идентификација и пресликување кои што беа активирани, и над се, свеста дека не се осудувани, беа клучни фактори во надминување на емоционалната блокада која беше создадена кај жените како последица на нивната траума и можноста повторно да се изразат без чувство на срам.

„Кога можеш да ја кажеш својата приказна, да не се чувствуваши осудувано (...) конечно ти можеш да извлечии целата своја болка нагвор. Ослободувачки моменти“ (С., 55 години)

Споделувањето на чувствата и заедничкото учество во групата ја создадоа емоционалната врска помеѓу членовите, додека ја промовираа способноста на жените да ги сакаат оние кои се грижат за нив.

Furthermore, some women in the group managed to emotionally process their experience and use it in the service of other women. In these cases, the pain was transformed into an awareness of the abuse suffered and into anger, constructively channeled towards artistic, cultural, and social actions in the benefit of other women or towards personal development projects, such as the resumption of studies.

"Now I'm back in school, so I'm a new person, the one I was 20 years ago" (C., 55)

Finally, some participants, particularly those most exposed to violence, reported that the group helped them to distinguish pleasurable and unpleasant experiences of life, and to behave in order to avoid the latter as much as possible.

"I've learned to split things up a lot and thus find pleasant sides to life and also to avoid the unpleasant ones (...)“ (B., 60 years)

5) Emotions

The theme of fear was a prevailing one. The possibility of naming this emotion and sharing it within the group allowed the women to feel less alone and to start a journey of rebirth and personal empowerment. Participation in the group helped the women to get in touch with their own emotionality and strengthen their ability to experience positive emotions, such as joy, as well as to tolerate negative ones, such as grief, without anxiety.

"The way I feel emotions, since I'm in this group, has definitely changed, finally I can feel joys that I did not think I could feel anymore" (B., 60 years)

The empathy that flourished within the group, the mechanisms of identification and mirroring that were activated, and above all, the awareness of not being judged, were key factors in overcoming the emotional block developed by the women as a consequence of their trauma, and to be able, again, to express themselves without shame.

Климата на прифаќање и афекција кои се искусени од учесниците им помогна да не се чувствуваат сами и повторно да ја вратат довербата во човечките врски.

„Кога ирисијата бев зајлашена, бев уилашена дека ќе бидам осудувана (...) се чувствував осамено, најушћена од сити. Група ми помогна да ги надминам овие дејресивни фази и да не се чувствувам осамено“ (Д., 35 години)

На крајот, учеството во групата им овозможи на учесниците да развијат способност за справување со конфликти. Во групата беа адресирани не согласувањата и расправите со помош на дискусија. Затоа гневот стана чувство кое може да се изрази и постои без да биде деструктивно. Способноста да се прифати и оддели од насилството, како и неговата конструктивна употреба е клучен дел од процесот на трансформација (19).

„Во рамките на групата имав силни напади (...) но (...) дури и кога сум импулсивна, тие ја гледаат мојата љубов и ова е позитивно“ (С., 55 години)

б) Практичен разум

Обезвреднувањето кое е дел од насилната врска е толку силно што може да ја наруши самодовербата кај жените и нејзината доверба во нејзините способности. Особено, многу од нашите учесници биле маргинализирани од семејството и пријателите, бидејќи биле сметани дека тие се одговорни за насилството кое го преживуваат. Заедничкото охрабрување во групата им помогна на жените повторно да ја откријат нивната вредност, додека ја негуваат сликата на способна жена. Жените започнаа да се гледаат себеси низ “нивните очи”, отколку низ очите на насилникот, за да веруваат во себеси и самите да ги донесуваат своите одлуки. Групата ја зајакна желбата кај своите членови за живот без насилство. Преку споредбата на искуства, делењето на стравот и сомнежите, дискусиите и размената на информации и совети, учесниците сфатија што е насилството и научија да го препознаваат од првите сигнали. Тие развија, или го зацврстија, критичкото размислување и способноста за лично утврдување на дневниот живот, избирање на позитивни/здрави врски.

“When you can tell your story, do not feel judged, (...) finally you can get all your pain out. A liberating and well-being moment” (C., 55)

The emotional sharing and mutuality taking place within the group fostered the creation of emotional bonds among members, while also promoting the women's capacity to love those who took care of them. The climate of acceptance and affectivity experienced by the participants helped them to not feel alone and to regain confidence in human relationships.

“When I arrived I was intimidated, I was afraid of being judged, (...) I felt alone, abandoned by everyone. The group helped me to overcome this depressive phase and to not feel alone anymore” (D., 35)

Finally, participation in the group allowed participants to develop the capacity to manage conflicts. Within the group divergences and disputes were addressed through discussion. Anger thus became an emotion that could exist and be expressed without being destructive. The ability to accept and distinguish anger from violence, as well as to manage it constructively was a key transformative process (19).

“Within the group I have had quite strong attacks (...) but (...) even when I am impetuous, they see my love there and this is positive” (C., 55)

б) Practical Reason

The devaluation suffered in the abusive relationship is so pervasive as to destroy the self-esteem of the woman and her confidence in her capabilities. In particular, many of our participants had been marginalized by friends and family, as they were deemed responsible for the violence they suffered. The mutual encouragement taking place within the group helped the women to rediscover their own value, while also fostering an image of a ‘capable woman’. Women began to see themselves through ‘their own eyes’, rather than the eyes of their perpetrator, to believe in themselves, and to make their own decisions. Overall, the group empowered its members to choose a life free from violence. Through the comparison of experiences, the sharing of fears and doubts, the discussion and the exchange of information and advice, the participants

„Поминаа 55 години ојќако некој ми рекол дека сум добра и овде во 3рујаа ние иосијано си кажувале една на друга дека сме добри“ (С., 55 години)

7) Врска

Емоционалната врска која се создаде помеѓу членовите во групата им овозможи создавање на чувство на сестринство и чувство на заедница. Споделувањето на трауматичното искуство на НИП создаде процеси на идентификација и заедничка емпатија и задоволување на потребите на членовите. За некои членови групата стана семејство, средина за емоционално негување.

„Тогаи е фазаа на (...) се чувсвуваи како важен дел од ова семејство“ (В., 60 години)

Сите жени го опишаа пријателството помеѓу членовите во групата како особено позитивен елемент. Ова пријателство, развиено и преку излегувањето надвор од групното време (како што се вечери, прошетки и учество на настани) беше клучно за намалување на изолацијата и повторно градење на социјалните мрежи кај жените.

„Во многу случаи не иосиоење ии треба од зборови, иогледој беше доволен за да се разбере иа ишо се обидуваме и како можевме да си иомоиме едни со други“ (Д., 35 години)

Во групата, учесниците разменија информации за справување со ситуации (судски процеси) и споделија стратегии за отпор за да се заштитат од насилство. Некои од проблемите кои беа адресирани беа насочени како да се структурира сведочењето, како да се снимаат повици и да се документираат текстуални пораки и како да се користи интернетот за пронаоѓање на информации за правните процеси.

„Пошоа разговаравме дали и треба да се ијави, совети ио иелефонски разговори, иораки, како да се зачуваат, како да се снимаат (...) сите ивои икусва, корисно е за оние кои влегуваат во 3рујаа“ (С., 50 години)

Иднината на самопомошта е размена на инструментите за поддршка помеѓу членовите во групата. Нашите учесници си помагаа меѓусебно, се придружуваа едни со други во суд, им пружаа асистенција на

realized what violence is and learnt to recognize it from the very first signs. They developed, or strengthened, critical thinking and the ability to self-determine one's daily life, choosing positive / healthy relationships.

“It was years since no one told me I am good, and here in the group we tell ourselves that we are good” (C., 55)

7) Affiliation

The emotional connection developed between group members allowed the creation of a feeling of sisterhood and a sense of community. Sharing the traumatic experience of IPV fostered processes of identification, and mutual empathy and satisfaction of membership needs. For some members, the group became a family, an environment of emotional nourishment.

“Then there is the phase in which (...) you feel an important part of this family” (B. 60 years)

All the women described the friendship created among the group members as an extremely positive element. This friendship, also developed through outings outside the group's time (such as dinners, walks, and participation in events) was essential to reduce isolation and rebuild the women's social network.

“In many cases there was not even a need for words, a look was enough to understand what we were trying and how we could help each other.” (D., 35)

Within the group, participants also exchanged information to deal with situations (e.g., judicial paths) and shared resistance strategies to protect themselves from violence. Some of the issues addressed were how to structure one's own testimony, how to record calls and file text messages, and how to use the internet to find information for the legal process.

“Then we talk about whether one should appeal, advice on mobile phone, messages, how to save them, how to record ... (...) all your experience, is useful for those who are entering (the group)” (C., 50 years)

оние кои имаат здравствени проблеми, им нудеа привремени сместувања на жените во опасност. Овој аспект, особено во групите на самопомош, е многу важно во случаите на жените кои се соочуваат со последиците од насилството кое го претрпеле. Групата исто така обезбеди поддршка каде што недостигаше одговор од државата.

„Имаше луѓе во групата кои нудеа смесување (...) ѝомаѓавме и кога една девојка беше дијагнозицирана со рак и беше сама (...) се менувавме во смени како да сме семејство“
(С., 55 години)

Споделувањето на истите критични искуства создаде зачувувањето на недискриминацијата и не-насилството да биде клучно во групата и овозможи создавање на заштитничка клима. Проживеаните неправди од еден член на тој начин стануваа неправди за сите.

„Се чувствував како мајка која зема дел од нејзините ќерки и жеситоко ја брани неа,“ (Е., 65 години)

8) Друѓи видови

Повеќето од учесниците споменаа дека способноста за љубов и нега за растенијата постоела и пред нивното учество во групата. Но, три учеснички признаа дека нивната врска со природата се подобрила откако започнале да учествуваат во групата.

„Прво растенијата ѝоситојано умираа, но сега, не знам дали е чудо, но сите се зелени“ (С., 55 години)

9) Игра

Многу од учесниците зборуваа за забавната средина која ги карактеризира средбите во групата, укажувајќи на способноста на учесниците да употребат прилагодливо справување со проблемите. Оваа клима беше возможна поради хармонијата која постоеше помеѓу членовите во групата и чувството на безбедност поврзано со групната средина.

„Се смеевме... не е се поврзано со играње (...) ова искуство ни остави нешто позитивно“
(С., 50 години)

A feature of self-help is the exchange of instrumental support among group members. Our participants helped each other concretely, accompanying each other in court, giving assistance to those who had health problems, offering temporary accommodation to the women in danger. This aspect, specific to self-help groups, is very important in the case of women who are facing the consequences of the violence suffered. The group also provided support where a state response was lacking.

“There were people inside the group who gave hospitality (...) we helped even when a girl got cancer and she was alone (...), we gave the shifts as if we were a family” (С., 55)

Having shared the same critical experience made the preservation of non-discrimination and non-violence crucial within the group and allowed for the creation of a highly protective climate. The injustice suffered by one member thus became the injustice suffered by all.

“I felt like a mother taking the part of their daughters and defending her vehemently” (Е., 65)

8) Other Species

Most participants mentioned that the capacity to love and care for plants and animals existed before their participation in the group. However, three participants recognized that their relationship with nature had improved since they started participating in the group.

“So at first the plants always died, but now, I do not know because by a miracle they are all green” (С., 55)

9) Play

Many participants talked about the playful environment that characterized the group's meetings, indicating the ability of the participants to make use of adaptive coping. This climate was possible thanks to the harmony between group members, and the sense of security associated with the group environment.

“We laugh ... not everything is crying (...) this experience has left us something positive (as well)” (С., 50)

10) Контрола над сојсџвената околина (Полиџичка и Маџеријална)

Она што се појави во сите интервјуа е тоа дека групата ја стимулира желбата кај жените да се борат за правата на жените и да им помогнат на жртвите кои го преживеале насилството. Она што варираше беше нивото на кое беше развиена оваа способност. Некои учесници ги поддржуваа жените кои живеаа низ ова искуство, други инсистираа на спроведување на активности на застапување, како што се интервјуа на радио и/или телевизија и настани за подигање на свеста за НИП.

„(...) на џример, може да се случи џолицијата да не сака да ме сослуша ако сакам да џоднесам џријава (...). Па во овој случај (...) јас велам дека можеме да одиме сџџе заедно, можеби имаме џоголема сила ... Не?“ (М., 47 години)

Често, како резултат на претрпеното насилство, жените ги губат своите работни места, и на тој начин стануваат невработени. Информациите за можните работни понуди беа разменети во групата. Групата исто така ја зголеми убедливоста кај учесниците дека се способни да работат и дека се достоини за вработување во достоинствени услови кои може да ја промовираат нивната лична реализација.

„Јас работџев науџро, џоџлагне и навечер (...) сега џовџорно добив самодоверба. Работџам само неколку часа и џака е џодобро за мене и за моџџе деца.“ (С., 55 години)

Неопходен и приоритетен услов за секоја жена е да биде ослободена од насилството е да има независен и безбеден дом. Со бегството од насилството на нивните партнери, жените се тие кои ја плаќаат цената за пронаоѓање на средства за преживување. Провизијата за алиментација која се добива од партнерите е начин на кои се продолжува насилството врз жртвата. Споделувањето, во групата, на потешкотии и успехите во однос на пронаоѓање на дом и економска автономија е цел ко која беа насочени сите учесници.

„Го наџуџџив домоџ во кој живеев (...) Сега живеам сама во мал сџан. Секој џџруд е да го наџравам како џџо сакам јас.“ (Е., 65 години)

10) Control Over One's Environment (Political and Material)

What emerged in all the interviews is that the group stimulated in the women the willingness to fight for women's rights, and to help other survivors of violence. What varied was the level at which this capability was developed. Some participants supported women who were living through this experience, others instead engaged in advocacy activities, such as radio/television interviews and events to raise public awareness of IPV.

“(...) for example, it can happen to me that the police don't want to hear me if I want to make a complaint, (...). So in this case (...), I say we could go all together, maybe we have more strength . . . No?” (M., 47)

Often, as a result of the violence they suffered, the women lost their jobs, thus becoming unemployed. Information about possible job offers was therefore exchanged within the group. The group also increased in the participants the conviction of being able to work and to be worthy of working in dignified conditions that could promote their self-realization.

“I worked morning, afternoon, night, (...) now I regained confidence in myself. I work only for few hours and is better for me and for my children” (C. 55)

A necessary and priority condition for every woman to be free from violence is to have an independent and safe home. Escaping their partner's violence, women often pay the price by finding themselves with scarce means of subsistence. The non-provision by the partner of maintenance payments is often a way through which the violence continues to be acted out. The sharing, within the group, of difficulties and successes concerning the conquest of a house and of economic autonomy was a push for all participants to succeed in making it.

“I left the marital home (...) Now I live alone in a small apartment. Every effort to make it as I like is all mine” (E., 65)

Заклучок

Тематските анализи помогнаа во откривањето на ограничувањата и можностите кои беа искусени од жените кои беа дел од групата на самопомош која беше цел на нашата анализа, како и да се идентификува континуитетот и прекинувањата кај искуствата на тие жени. Особено, ние го присвоивме концептот на квалитетот на животот како што е формулиран од Нусбаум (Nussbaum) преку нејзината листа на десет способности (33, 34). Овие способности, за кои што укажала и самата Нусбаум (37), не треба да се земат во апсолутна смисла на зборот, туку да се адаптираат на соодветниот културен контекст на истражувањето, ако е можно и низ колаборативни процеси кои ги вклучуваат и самите учесници на истражувањето. Ова е тоа што ние го направивме во однос на нашето истражување, каде жените беа вклучени од првите фази на истражувањето.

И покрај индивидуалната варијабилност, анализите покажаа значајно влијание на групата врз квалитетот на живот на жените. Имено, повеќето жени изјавија дека развој или зајакнување на неколку способности преку учеството во групата. Согласно претходните истражувања (17, 19, 22) „врските“ се именуваат како централна способност која се појавува поради групата, преку која и другите способности можат да бидат промовирани. „Практичниот разум“ и „чувствата“ се докажа дека се две значајни способности чие развивање изгледа дека е возможно благодарейќи и на независноста и меѓусебната поддршка која е присутна помеѓу жените во рамките на групата. Понатаму, и во согласност со постоечката литература (20), „политичкото контролирање на сопствената околина“ се истакна како клучна способност. Особено, оваа способност беше материјализирана преку желбата да им се помогне на другите жртви со сподлевање на сопствената приказна и со вклучување во активност за застапување на жртвите. Вклучувањ во активност за застапување на жртвите беше претходно нагласено како клучен механизам во процесот на опоравување од НИП и враќањето на самовербата (18, 26).

Започнувајќи од овие размислувања, вредно е да се споменде дека Нусбаум (Nussbaum) (33) ја има дефинирано нејзината листа на способности како „комбинирани способност“, кои се резултат на интеракцијата со „внатрешните способности“ и надворешните услови, кои одговараат за спроведување на овие функции. Согласно ова, во нашето истра-

Conclusion

The thematic analysis helped to uncover the constraints and opportunities experienced by the women who participated in the self-help experience we analysed, as well as to identify continuities and discontinuities across the experiences of these women. In particular, we adopted the notion of quality of life as formulated by Nussbaum through her list of ten human capabilities (33; 34). These capabilities, as stressed by Nussbaum herself (37), should not be considered in an absolutistic way, but rather adapted to the particular cultural context under study, possibly through collaborative processes involving the participants themselves. This is what we did in the context of our research, where the women had been involved from the very first phases.

Despite individual variability, the analysis showed a significant impact of the group on women's quality of life. Namely, most women reported the development, or strengthening, of various capabilities through their participation in the group. According to previous contributions (17; 19; 22), "affiliation" emerged as the central capability fostered by the group, through which other capabilities could also be promoted. "Practical reason" and "emotions" proved to be two important capabilities, whose development seemed to be possible thanks to the interdependence and mutual support taking place among women within the context of the group. Furthermore, and consistent with previous literature (20), "political control over one's environment" also emerged as a crucial capability. In particular, this capability was materialized in the desire to help other survivors by sharing one's own story and by engaging in advocacy activities. Notably, engagement in advocacy was previously pointed out as a key mechanism in the process of recovering from IPV and regaining a self-determined life project free from violence (18; 26).

Starting from these considerations, it is worth noting that Nussbaum (33) defines her list of capabilities as "combined capabilities", resulting from the interaction between "internal capabilities" and external conditions, suitable for the exercise of these functions. According to this, in our study, the self-help group acted as a catalyst for the development of women's capabilities, while external conditions (e.g., continued exposure to violence) were also crucial factors in this process. In particular, the total eradication of violence from one's

жување, групата за самопомош делуваше како катализатор во развојот на способностите на жените, додека надворешните услови (континуираната изложеност на насилство) исто така беа клучни фактори во овој процес. Особено, целосното отстранување на насилството од животот на едно лице е неопходен услов за да учеството во групата има влијание во подобрувањето на квалитетот на живот на жената. Ако жената не е целосно сигурна од насилство и злоставување, тогаш ефектите од самопомошта ќе бидат поништени. Во согласност со нашите резултати, ние сметаме дека групата на самопомош е значаен контекст кој треба да се промовира како дел од програмите за жените кои преживеале НИП. Особено, нивната ефективност се зголемува ако е комбинирана со индивидуални стратегии за интервенција, на кој начин се овозможува спроведување на симултани активности на неколку нивоа. Особено, ние се сложуваме со Абел (Abel) (43) во однос на важноста од избегнување на стандардизирани практики и развој на групи за интервенција кои ќе ги земат во предвид специфичните потреби на секоја жртва како и нивото на напредок во процесот на опоравување. Попрецизна дефиниција за потребите на учесниците може да ја обнови можноста за разликување на тоа кои интервенции се подобри и за кого. Во оваа насока, може да биде релевантно да се понудат различни групни програми со различни наставни планови, овозможувајќи им на жените да учествуваат во една или друга во зависност од нивните практични потреби и ситуации.

Иако малиот примерок и недостигот на контролна група ја ограничуваат генерализацијата на нашето истражување, ние веруваме дека ова е оригинален придонес, широк е еден од ретките истражувања кои го анализираат влијанието на самопомошта врз квалитетот на животот на жртвите од НИП. Во ова сценарио, секако, студијата на случај е корисен истражувачки метод со кој се идентификуваат добрите практики за психолошка интервенција (44). Увидот обезбеди, дури и ако е специфично за одделен контекст, дека може да биде корисен во развивањето на идни истражувања во оваа област и на тој начин да се придонесе во подобрување на квалитетот на крајниот резултат во однос на феминистичките услуги насочени против насилството и општо на сервисите и политиките насочени кон жените кои преживеале НИП.

life was a necessary condition for the participation in the group to have an impact on women's quality of life. If the woman was not completely safe from abuse and violence, the beneficial effects of the self-help experience were likely to be nullified. In conclusions, based on our findings, we argue that self-help groups are significant contexts that ought to be promoted as part of programs/services for women survivors of IPV. In particular, their effectiveness increases if combined with individual intervention strategies, thus allowing simultaneous action at several levels. In particular, we agree with Abel (43) regarding the importance to avoid standardization of practices, and to develop intervention programs that take into account the specific needs of each survivor, as well as their level of progress in the recovery process. A more precise definition of the needs of participants can refine the ability to distinguish which interventions are better and for whom. In this sense, it may also be relevant to offer different group programs with different curricula, allowing the women the choice to participate in one or another based on their particular needs and situations.

Although the small sample and the lack of a control group limit the generalizability of our study, we believe that it is an original contribution, being one of the very few studies to analyse the impact of self-help on the quality of life of women survivors of IPV. In this scenario, indeed, a case study becomes a useful research method to identify good practices for psychological intervention (44). The insights provided, even if specific to a particular context, can be useful hints for developing future research in this area, thus contributing to improving the quality of responses provided in the context of (feminist) anti-violence services and, in general, of services and policies directed at women survivors of IPV.

Lumpamupa / References

1. World Health Organization. Global and regional estimates of violence against women: prevalence and health effects of intimate partner violence and non-partner sexual violence. WHO, 2013.
2. ISTAT. La violenza contro le donne dentro e fuori la famiglia. Anno 2014. Roma: Istituto Nazionale di Statistica, 2015. Available from: URL: <https://www.istat.it/it/archivio/161716>.
3. Smith SG, Chen J, Basile KC, Gilbert LK, Merrick MT, Patel N, Walling M, Jain A. The National Intimate Partner and Sexual Violence Survey (NISVS): 2010-2012 State Report. Atlanta: GA: National Center for Injury Prevention and Control, Centers for Disease Control and Prevention, 2017.
4. Jina R, Thomas LS. Health consequences of sexual violence against women. *Best Practice & Research: Clinical Obstetrics & Gynaecology* 2013; 27(1): 15-26.
5. Rivara FP, Anderson ML, Fishman P, Bonomi AE, Reid RJ, Carrell D, Thompson RS. Healthcare utilization and costs for women with a history of intimate partner violence. *American Journal of Preventive Medicine* 2007; 32(2): 89-96.
6. D'Aguzzo M, Langher V, Velotti P. Emotion dysregulation in alcohol related intimate partner violence: a systematic review. *Mediterranean journal of clinical psychology* 2017; 5(1): 1-13.
7. Lokhmatkina N, Feder G, Blake S, Morris R, Powers V, Lightman S. Longitudinal measurement of cortisol in association with mental health and experience of domestic violence and abuse: study protocol. *BMC psychiatry* 2013; 13: 188.
8. Chamberlin J. User/consumer involvement in mental health service delivery. *Epidemiology and Psychiatric Sciences* 2005; 14(1): 10-14.
9. Ornelas J, Vargas-Moniz M, Sacchetto B, Esposito F. Contributi della psicologia di comunità per lo sviluppo dei servizi su base comunitaria per le persone con malattie mentali (Contributions of community psychology for the development of communitybased services for people with mental illness). *Psicologia di Comunità* 2010; 1: 101-109.
10. Farnese A, Langher V. The de-institutionalization of psychiatric patients through psychosocial rehabilitation. *Journal of Special Education and Rehabilitation* 2010; 11(1-2): 87-102.
11. Kelly JG. *Ecological: An Expedition into Community Psychology*. New York, US: Oxford University Press, 2006.
12. Campbell JC. Health consequences of intimate partner violence. *Lancet* 2002; 359(9314): 1331-1336.
13. Leitão da Cruz MN. Women survivors of intimate partner violence: the difficult transition to independence. *Revista da Escola de Enfermagem da USP* (online). 2014; 48, 07-15. Available from: URL: http://www.scielo.br/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0080-62342014000700007&lng=en&tlng=en.
14. Walker LE. *Abused women and survivor therapy: A practical guide for the psychotherapist*. Washington, DC: American Psychological Association, 1994.
15. Tutty LM, Babins-Wagner R, Rothery MA. You're not alone: Mental health outcomes in therapy groups for abused women. *Journal of Family Violence* 2016; 31: 489-497.
16. McWhirter PT. Differential therapeutic outcomes of community-based group interventions for women and children exposed to intimate partner violence. *Journal of Interpersonal Violence* 2011; 26(12): 2457-2482.
17. Fearday FL, Cape A. A voice for traumatized women: Inclusion and mutual support. *Psychiatric Rehabilitation Journal* 2004; 27: 258-265.
18. Flasch P, Murray CE, Crowe A. Overcoming abuse: A phenomenological investigation of the journey to recovery from past intimate partner violence. *Journal of Interpersonal Violence* 2017; 32(22): 3373-3401.
19. Hartman S. Therapeutic self-help group: a process of empowerment for women in abusive relationships. In: Brody CM Ed. *Women's Therapy Groups: Paradigms of Feminist Treatment*. New York: Springer, 1987: 67-81.
20. Esposito F. Gruppi di auto-aiuto con donne vittime di un'esperienza di violenza nell'ambito delle relazioni intime (Self-help groups with women victims of intimate partner violence). *Funzione Gamma* (Online). 2012; 29. Available from: URL: <http://www.funzionegamma.it/wp-content/uploads/self-help-women29e.pdf>.
21. Wilson M, Baglioni A, Downing D. Analyzing factors influencing readmission to a battered women's shelter. *Journal of Family Violence* 1989; 4(3): 275-284.
22. Francescato D, Tomai M, Foddis A. I fattori di efficacia nei gruppi di auto-aiuto. *Psicologia della Salute* 2002; 2: 145-156.
23. Brown LD. How people can benefit from mental health consumer-run organizations. *American Journal of Community Psychology* 2009; 43: 177-188.
24. Constantino V, Nelson G. Changing relationships between self-help groups and mental health professionals: Shifting ideology and power. *Canadian Journal of Community Mental Health* 1995; 14(2): 55-70.
25. Chaudhary S, Avis M, Munn-Giddings C. The lifespan and life-cycle of self-help groups: a retrospective study of groups in Nottingham, UK. *Health & Social Care in the Community* 2010; 18: 346-354.
26. Murray CE, King K, Crowe A, Flasch P. Survivors of intimate partner violence as advocates for social change. *Journal for Social Action in Counseling & Psychology* 2015; 7(1): 84-100.
27. Brown LD, Tang X, Hollman R. The Structure of Social Exchange in Self-Help Support Groups: Development of a Measure. *American Journal of Community Psychology* 2014; 53: 83-95.

28. Jones S, Deville M, Mayes D, Lobban F. Self-management in bipolar disorder: The story so far. *Journal of Mental Health* 2011; 20: 583–592.
29. Pistrang N, Barker C, Humphreys K. Mutual help groups for mental health problems: A review of effectiveness studies. *American Journal of Community Psychology* 2008; 42(1–2): 110–121.
30. Sen A. The welfare basis of real income comparisons: A reply. *Journal of Economic Literature* 1980; 18(4): 1547–1552.
31. Nussbaum M, Sen A, eds. *The quality of life*. Oxford, UK: Oxford University Press, 1993.
32. Shinn MB. The capabilities approach to transformative change in mental health. In Nelson G, Kloos B, Ornelas J, Eds. *Community psychology and community mental health*. New York, NY: Oxford University Press, 2014: 75–86.
33. Nussbaum M. Women's Capabilities and Social Justice. *Journal of Human Development* 2000; 1(2): 219–247.
34. Nussbaum M. Women and Cultural Universals. Nussbaum M, ed. In: *Sex and Social Justice*. New York: Oxford University Press, 1999: 29–54.
35. Sen A. *Development as freedom*. Oxford, UK: Oxford University Press, 1999.
36. Nussbaum M. Human capabilities, female human beings. Nussbaum M, Jonathan G, eds. In: *Women, Culture, and Development*. Oxford: Clarendon Press, 1995: 61–104.
37. Nussbaum M. Capabilities, entitlements, rights: Supplementation and critique. *Journal of Human Development and Capabilities* 2011; 12: 23–37.
38. Carrick R, Mitchell A, Lloyd K. User involvement in research: Power and compromise. *Journal of Community & Applied Social Psychology* 2001; 11: 217–225.
39. Sacchetto B, Aguiar R, Vargas-Moniz MJ, Jorge-Monteiro MF, Neves MJ, Cruz MA, Coimbra JA, Ornelas J. The Capabilities Questionnaire for the Community Mental Health Context (CQ-CMH): A Measure Inspired by the Capabilities Approach and Constructed Through Consumer – Researcher Collaboration. *Psychiatric Rehabilitation Journal* 2016; 39(1): 55–61.
40. Braun V, Clark V. Using thematic analysis in psychology. *Qualitative Research in Psychology* 2006; 3(2): 77–101.
41. Thananowan N, Vongsirimas N. Factors mediating the relationship between intimate partner violence and cervical cancer among Thai women. *Journal of Interpersonal Violence* 2016; 31(4): 715–731.
42. Walker LE. *The battered women's syndrome*. New York: Springer, 1984.
43. Abel E. Psychosocial treatment for battered women: A review of empirical research. *Research on Social Work Practice* 2000; 10(1): 55–77.
44. Langher V, Caputo A, Martino G. What happened to the clinical approach to case study in psychological research? A clinical psychological analysis of scientific articles in high impact-factor journals. *Mediterranean Journal of Clinical Psychology* 2017; 5(3): 1–16.