

УДК 159.923

*Т. Чередниченко, ст. викладач каф. (ORCID 0000-0001-5496-1083)  
Національний університет цивільного захисту України*

## ПОСТТРАВМАТИЧНЕ ЗРОСТАННЯ ОСОБИСТОСТІ ЯК ПСИХОЛОГІЧНИЙ ФЕНОМЕН

Стаття присвячена феномену посттравматичного зростання особистості як одного із варіантів позитивного виходу людини із життєвої кризи. Підкреслено, що в сучасних умовах повномасштабних військових дій в Україні можливість посттравматичного зростання особистості стає все більш актуальним для ефективного надання психологічної допомоги людям, які пережили травмівний досвід. Зауважено, що у сучасній психології не існує єдиної загальноприйнятої теоретичної концепції, яка б чітко пояснювала природу виникнення психологічної травми і механізму посттравматичного зростання. Визначено, що для позначення позитивних змін як результату боротьби зі значною життєвою кризою найчастіше використовується термін «посттравматичне зростання» (posttraumatic growth, PTG). Визначено основні ознаки явища посттравматичного зростання, під яким розуміють позитивні зміни та особистісні трансформації, які можуть виникнути у людини після переживання травматичних подій чи стресового досвіду. З'ясовано основні етапи протікання процесу посттравматичного зростання та виміри, в яких воно відбувається. Проведено теоретичний аналіз існуючих психологічних моделей феномену посттравматичного зростання, розуміння його змісту і основних вимірів (предикатів). Проаналізовано провідні сучасні психологічні моделі посттравматичного зростання, які доповнюють одна одну, хоча й розглядають особистісне зростання після психотравми під різними кутами зору. З'ясовано, що усі наявні моделі об'єднує спільна думка про те, що пережитий травмівний досвід може виступати каталізатором позитивних змін у таких основних сферах: зростання цінування життя в цілому, наповнення стосунків смислами, зростання почуття особистої сили, зміна пріоритетів, збагачення духовного життя.

**Ключові слова:** посттравматичне зростання, травма, психотравма, травмівний досвід, посттравматичний стресовий розлад, моделі посттравматичного зростання.

**Вступ.** Допоки в Україні не розпочалося військові дії, про такі явища, як «травма», «травмівна подія», «психотравма» та викликані ними «посттравматичний стресовий розлад», «гострий стресовий розлад» знали лише окремі фахівці, що спеціалізувалися у психотерапії психічної травми. Сьогодні ці слова все активніше використовуються не лише психологами, психотерапевтами, а й військовими та цивільним населенням. Вплив війни на особистість і на державу в цілому є «стресовим, багаторівневим, трагічним та надскладним» [3, с. 158]. Війна спричинює потужний травму-

ючий ефект на психіку людини, зокрема руйнуючи звичні механізми функціонування психіки та призводячи до виникнення таких негативних наслідків, як посттравматичний стресовий розлад, гострий стресовий розлад тощо. Варто зауважити, що наслідки війни відчутні не лише для безпосередніх учасників подій, але і для наступних поколінь, які успадковують воєнну травму. Попри це існує ціла низка психологічних досліджень, згідно з якими більшість осіб після психотравмівних подій здатні відновлюватись і не мати симптомів посттравматичного стресового розладу, а навіть демонструють

досвід позитивних та адаптивних змін у вигляді особистісного росту [4]. Тому, цілком закономірно постає питання здійснення досліджень в розрізі іншої сторони переживання травми, а саме посттравматичного зростання особистості.

**Аналіз останніх досліджень і публікацій.** При вивченні впливу травмівних подій на особистість науковці роблять переважний акцент на усуненні негативних наслідків травми, значно рідше – на можливостях позитивного виходу із травмівної ситуації. Проте, погляд на травму як на явище, що може мати й позитивні наслідки існує досить давно. Багато релігійних вчень, зокрема християнство, буддизм, індуїзм та інші та відомих філософів вбачають у стражданнях те, що робить людину витривалішою, духовно сильнішою. Разом з тим, систематичних досліджень у галузі психологічної науки щодо феномену посттравматичного зростання не здійснювалось аж до появи робіт S. Joseph, R. Tedeschi, L. Calhoun. Так, S. Joseph наприкінці 80-х років досліджував осіб, які постраждали внаслідок корабельної аварії. При проведенні повторного дослідження постраждалих було з'ясовано, що у 46% осіб погляди на життя погіршилися, але у 43% – покращилися, тобто відбулись позитивні зміни. У 1993 році вченими було опубліковано перший інструмент для вимірювання негативних і позитивних змін після травми, який використовується й досі (The Changes in Outlook questionnaire) [7]. 1996 році була опублікована робота R. Tedeschi, L. Calhoun, у якій був вжитий термін «посттравматичне зростання» (post-traumatic growth, PTG) [10].

В подальшому феномен посттравматичного зростання вивчався з різних його характеристик, взаємовпливів різних якостей та властивостей людини на можливість ефективного виходу з травмівної події. У сучасній вітчизняній психології окремі аспекти зазначеного феномену аналізувались в працях М. Білова, Д. Зубовського, В. Корольчука, В. Осьодло та ін. [1]. Однак, на сьогодні не існує єдиної теоретичної концепції, яка б чітко пояснювала явище посттравматичного зростання. Саме тому, **метою** нашої статті є теоретичне дослідження феномену посттравматичного зростання у науковій літературі.

**Методи та методика дослідження** включають теоретичний аналіз наукової літератури з проблеми посттравматичного зростання, зокрема визначення та характеристика поняття «посттравматичне зростання» та аналіз наявних моделей даного феномену.

**Результати.** У психологічній науці донедавна існувала ціла низка синонімічних термінів, які описували позитивні зміни особистості після пережитих травмівних подій, зокрема «зростання внаслідок суперечливого досвіду», «сприйняття вигоди», «інтерпретована вигода», «позитивні аспекти», «трансформація травми», «позитивні психологічні зміни», «зростання, пов'язане зі стресом», «розцвітання», «позитивний побічний продукт», «відкриття смислів» тощо. Однак, найширшого вжитку набув саме термін «посттравматичне зростання» (posttraumatic growth, PTG), введений R. Tedeschi та L. Calhoun у 1996 році, під яким розуміють досвід позитивних змін як результат боротьби зі значною

життєвою кризою [10]. Зауважимо, що позитивні зміни передбачають акцентуацію на ресурсах, на здатності психіки адаптуватися та перетворювати негативні явища на потенціал для змін. І тут закономірно постає питання розмежування змістового наповнення схожих до посттравматичного зростання психологічних явищ, таких, як: резильєнтність, стресостійкість, психологічна стійкість, життєстійкість, життєздатність тощо. До початку повномасштабної війни в Україні, поняття посттравматичного зростання ще не було настільки широко вживаним, проте певні аспекти цього явища вже досліджувались у працях Д. Зубовського, В. Корольчука, Г. Лазос, С. Лукомської, В. Осьодло, Т. Титаренко та ін. Так, найбільш поширеним є поняття стресостійкості або психологічної стійкості (psychological resilience), яке визначається як складна інтегральна властивість особистості, що забезпечує людині можливість переносити значні розумові, фізичні, вольові й емоційні навантаження, зберігаючи при цьому ефективність функціонування [1]. Синонімом до життєстійкості є резильєнтність, під якою розуміють процес набуття особистістю нових рис і якостей, що свідчить про її розвиток після стресового/травматичного впливу, відновлення після стресу. Усі дослідники так чи інакше констатують наявність у деяких людей певних тенденцій до зростання та розвитку після пережитих надзвичайних подій. Таке зростання, спрямоване на адаптацію людини до складних обставин, стає каталізатором позитивних зрушень, зміцнення і поглиблення стосунків, зміни життєвої позиції, виявлення сильних сторін власної особистості тощо.

Посттравматичне зростання – це позитивні зміни та особистісні трансформації, які можуть виникнути у людини після переживання травматичних подій чи стресового досвіду. Це поняття визначається як психологічний розвиток та зміцнення особистості, яке виникає на фоні важких життєвих обставин. Автори терміну «посттравматичне зростання» (posttraumatic growth, PTG) R. Tedeschi та L. Calhoun описують його як ситуацію, за якої розвиток особистості, принаймні в окремих сферах, перевищив свій попередній рівень, той, який був до того, як в житті з'явилася криза. Людина не просто вижила, але й значуще змінилася відносно свого попереднього стану. Тобто це не просто повернення до певної базової лінії, але й вдосконалення у певних дуже важливих для людини сферах. На думку дослідників, ці зміни проявляються у п'яти основних напрямках: зростання цінування життя в цілому, наповнення стосунків смислами, зростання почуття особистої сили, зміна пріоритетів, збагачення духовного життя. Ці виміри були покладені в основу опитувальника посттравматичного зростання (The Post-traumatic Growth Inventory, PTGI), який і сьогодні залишається одним із основних психодіагностичних інструментів для визначення наявності особистісного зростання після пережитого травматичного досвіду і містить відповідні шкали, а саме: ставлення до інших; нові можливості; особистісна сила; духовні зміни; цінування життя [10].

Процес посттравматичного зростання R. Tedeschi та L. Calhoun характеризують у декілька етапів. На першому етапі травматична подія руйнує картину світу, що супроводжується

негативними афективними станами та спробами опанувати наслідки травми. Наступним етапом є поява захисних механізмів (копінг-стратегій) та розуміння, що вони є недієвими та неефективними. На третьому етапі відбувається пошук необхідних для подолання травми ресурсів, й індивід звертається до зовнішньої підтримки через саморозкриття переживань травматичного досвіду. За наявності відповідної соціально-психологічної підтримки подолання травми далі набуває орієнтованого на розвиток особистості характеру. Передостанній, п'ятий етап, характеризується редукцією посттравматичних афектів та створенням конструктивних смислів травматичної ситуації, перетворенням травматичного досвіду у цілісну особистісну історію. На останньому етапі відбуваються зміни уявлень особистості про себе та навколишній світ. Необхідним психологічним механізмом посттравматичного зростання, на думку вчених, є прийняття реальності, погодження з нею, прийняття людиною травмівної події як такої, яку не можна змінити. Серед провідних функцій прийняття дослідники виокремлюють зменшення негативних емоцій через саморозкриття травматичних переживань, освоєння поведінкових прикладів подолання травми, орієнтуючись на приклади людей, що пережили травматичний досвід [10].

Обговорення результатів. Зауважимо, що явище посттравматичного зростання є досить складним і багатограним, саме тому більшість дослідників говорять про певні виміри даного феномену, на основі яких вибудовують психологічні моделі посттравматичного зростання. Виходячи з цього, дослідження R. Tedeschi

та L. Calhoun, які зосереджують увагу на процесі глибокого самовдосконалення людини внаслідок травми, переоцінці початкових переконань і реконструкції власних уявлень можна віднести до функціонально-описової моделі посттравматичного зростання.

До цієї ж моделі можна віднести дослідження авторки когнітивної теорії виникнення травми R. Janoff-Bulman, згідно з якою природа посттравматичного зростання базується на розумінні травмівної події як такої, що вносить больовий розлад між базисними переконаннями людини та посттравматичними реаліями життя [6]. Дослідниця стверджувала, що негативні наслідки психічного травмування можуть виступати каталізатором позитивних змін у формі посттравматичного зростання. Зокрема, авторка виокремлює три типи зростання: стійкість через страждання (відкриття себе і нове сприйняття себе, який виникає в результаті подолання та адаптації); екзистенційна переоцінка (відображення та створення нових цінностей, породжених сприйняттям власного недосконалення); психологічна готовність (модель зростання, яка фокусується на змінах у навколишньому світі та середовищі вцілілого, що, в свою чергу, передбачає більший конструктивне зростання особистості). Посттравматичне зростання, згідно з даною теорією, відбувається на двох етапах. На першому – актуалізуються захисні механізми уникнення, заперечення та дисоціації. На другому відбувається редукція емоційного стресу та конструктивна когнітивна переробка травматичного досвіду. Тобто подолання наслідків травми пов'язане із зміною картини світу, що містить трансформований травмівний

досвід. Таким чином, на думку автора, варто говорити не про пост-травматичне зростання, а про посттравматичне подолання і особистісне зростання як результат успішного подолання [6].

Модель посттравматичного зростання, яка зосереджується на перебудові травмівного досвіду та Я-концепції особистості в процесі переживання психотравми, була виокремлена S. Joseph і дістала назву особистісно-орієнтованої. Особистісно-орієнтована модель посттравматичного зростання стверджує, що останнє є одним з варіантів норми переживання психотравми. Тобто, коли травмівний досвід не може бути інтегрований в наявну структуру базових переконань, це призводить до негативних або позитивних змін у картині світу вцілілого. Так, S. Joseph виділяє три виміри такого зростання: стосунки (зміни на краще у стосунках, більше цінування друзів і родини, зростання співчуття до інших та рівня альтруїзму); погляд на себе (покращення у сприйманні самих себе, більше розуміння, визнання та прийняття сили, мужності, здатності мати глибокі почуття болю, смутку, щастя, радості); життєва філософія (почуття вдячності за кожен новий прожитий день, переоцінка цінностей) [7]. Для психологічних інтервенцій дослідник пропонує так звану THRIVE-модель (thrive з англ. – процвітання, добробут). Ця модель передбачає наступні елементи:

- Taking stock (інвентаризація) – навчання способам подолання посттравматичного стресу, зокрема, за допомогою технік експозиції;

- Harvesting hope (збір врожаю надії) – навчання тому, щоб мати надію на майбутнє, зокрема, через

прикладі історій людей, що впорались із травмівним досвідом;

- Re-authoring (ре-авторизація) – переписування власного переписати шляхом технік експресивного письма, щоб знайти нові перспективи;

- Identifying change (ідентифікація змін) – навчання помічати показники посттравматичного зростання, зокрема, через діагностику;

- Valuing change (ціннісні зміни) – розвиток впевненості у нових пріоритетах;

- Expressing change in action (дієві прояви змін) – активний пошук способів перенесення посттравматичного зростання у зовнішній світ, зокрема, через складання тижневих планів конкретних дій [7].

Варто охарактеризувати таку модель когнітивного спрямування, авторкою якої є Т. Zolner. Ця двокомпонентна модель отримала назву «Янусове обличчя», відповідно до двох вимірів посттравматичного зростання: конструктивного (адаптивного) та ілюзорного (дисфункціонального) [2]. Перший характеризується подоланням себе, переоцінкою та переосмисленням, що призводять до позитивної адаптації. А другий, навпаки, означає стратегію когнітивного уникнення, що вводить особистість в оману. Водночас обидві грані посттравматичного зростання все ж сприяють адаптації у свій час. Дослідниця зазначає, що адекватно оцінити адаптивну значущість посттравматичного досвіду можна лише з плином часу, а короткотривалій перспективі посттравматичне зростання може бути певною копінг-стратегією, що допомагає психіці впоратись із травмівною подією.

Ефективною на практиці показала себе психолого-філософська модель посттравматичного зростання.

Її автор Р. Papadopoulos аналізував посттравматичне зростання як один з можливих позитивних наслідків подолання травмівного досвіду, поряд з іншими рівнями впливу психотравми – негативними наслідками (розвиток психічних розладів, посттравматичного стресового розладу) або нейтральними (актуалізація психічної стійкості, прояв резильєнтності). Провідну роль, на думку вченого, відіграє низка предикатів, які визначають ключовий спосіб реагування особистості на травмівні події, усвідомлення пережитого досвіду тощо. Зупинимось на їхній короткій характеристиці. Вчений виділяє те, що стосується власне особистості, а саме: історія життя, анамнез, психологічні особливості, копінг-стратегії, захисні механізми, сильні/слабкі сторони, освіта, соціальний статус тощо. Також так званий «соціальний капітал» особистості – стосунки, наявність підтримки та можливість її приймати, родинні зв'язки, сім'я, спільноти. В цьому аспекті важливим може бути тип сім'ї (проста, що складається з батьків та їхніх неповнолітніх дітей чи складна, що представлена декількома поколіннями). До предикатів також віднесений схожий досвід в анамнезі, фактичні обставини травми, сенс і зміст травмівної події для особистості, наявність/відсутність надії тощо [9]. Саме ці предикати розглядаються як ресурсний потенціал для особистості в практиці надання психологічної допомоги постраждалим щодо подальшого подолання травмівного стресу та/або відновлення після психотравми.

Ще одна модель посттравматичного зростання, яка демонструє багатовимірний підхід до зазначеного явища, є біопсихо-соціальна модель

М. Christopher. Автор розглядає реакцію на травмівну подію як еволюційно успадкований механізм метанаучіння, що руйнує та відновлює метасхеми у трьох площинах: Я, суспільство і природа. Подібна реакція може бути як у вигляді посттравматичного розладу (PTSD), так і у вигляді посттравматичного зростання (PTG), яке відбувається в результаті реконструювання особистісних когнітивних схем. Вчений підкреслює, що на посттравматичне зростання перш за все впливає середовище [5].

Окрім описаних вище моделей сучасна психологічна наука багато уваги приділяє аналізу посттравматичного зростання як певної копінг-стратегії або різновиду резилієнтності особистості, що призводить до позитивної адаптації в ситуації психотравми. Однак, наукові розвідки останніх десятиліть, доводять існування посттравматичного зростання як окремого феномену.

Проаналізувавши найвідоміші теоретичні моделі, можна стверджувати, що на сьогодні відсутній комплексний теоретичний підхід до явища посттравматичного зростання, зокрема до пояснень механізмів його виникнення, особливостей протікання та наслідків. Більшість дослідників посттравматичного зростання однастайні в тому, що воно відбувається спільно з процесом адаптації, трансформуванням травмівної події у конструктивні наслідки.

**Висновки.** Феномен посттравматичного зростання в сучасних реаліях повномасштабної війни в Україні посідає одне із найважливіших місць у психологічних дослідженнях. Теоретичний аналіз проблеми засвідчує, що травматичний досвід може провокувати як негативні, так і позитивні

наслідки для особистості. Останні передбачають посттравматичне зростання. На сьогодні не існує єдиного концепту поняття «посттравматичне зростання», проте відомо, що воно є багатогранним явищем, що вміщує і процес, і результат, який передбачає позитивні психологічні зміни в п'яти основних сферах життя людини – зростання цінування життя в цілому, наповнення стосунків смислами, зростання почуття особистої сили, зміна пріоритетів, збагачення духовного життя. Сутність феномену посттравматичного зростання демонструють різні проаналізовані нами психологічні моделі. Вважаємо, що процес посттравматичного зростання передбачає позитивні особистісні зміни, які відбуваються в результаті конструктивної трансформації травматичного досвіду. Це актуалізує нагальну потребу у дослідженні даного феномену для напрацювань практичної допомоги особистості, яка переживає трансформування свого травматичного досвіду в бік посттравматичного зростання.

### Література

1. Климчук В.О. Психологія посттравматичного зростання: монографія. Кропивницький : Імекс-ЛТД, 2020. 125 с.
2. Лазос Г.П. Посттравматичне зростання: теоретичні моделі, нові перспективи для практики. Актуальні проблеми психології: зб. наук. праць Ін-ту психології ім. Г. С. Костюка НАПН України. 2016. Т. I, Вип. 45. С. 120-127.
3. Осуховська О.С., Хаустова О.О., Синіцька Т.В., Салдень В.І., Здорик І.Ф. Актуальні питання психічного здоров'я населення України в умовах воєнних дій. Modern scientific strategies of development. 2022, GS Publishing Services. С. 157 - 169.
4. Шелюг О.А. Багатомірність феномену посттравматичного росту: біологічний, психологічний та соціокультурний складники особистісних трансформацій. Психологія і особистість. 2014. №1(5). С. 112-129.
5. Christopher M. A broader view of trauma: a biopsychosocial-evolutionary view of the traumatic stress response in the emergence of pathology and/or growth. Clinical Psychology Review. 2004. Vol. 24, p. 75-98.
6. Janoff-Bulman R. Post-traumatic Growth: Three Explanatory Models. Psychological Inquiry. 2004. Vol. 15, p. 30-34.
7. Joseph S. Growth Following Adversity: Positive Psychological Perspectives on Post-traumatic Stress. Psychological Topics. 2009. Vol. 18 (2). P. 335-344.
8. Joseph S. What Doesn't Kill Us: A guide to overcoming adversity and moving forward. Piatkus, 2013. 336 p.
9. Papadopoulos, R.K. Refugees, home and trauma. In Therapeutic Care for Refugees. No Place Like Home. London: Karnac, 2002. 356 p.
10. Tedeschi R. G., Calhoun L. G. The Posttraumatic Growth Inventory: Measuring the Positive Legacy of Trauma. J. of Traumatic Stress. 1996. Vol. 9. P. 455-471.
11. Tedeschi R. G. Post-traumatic Growth: conceptual foundations and empirical evidence. Psychological Inquiry. 2004. Vol. 15 (1). P. 1-18.

*T. Cherednychenko, Senior Lecturer at the Department  
of Psychology of Activity in Special Conditions*

**POSTTRAUMATIC GROWTH AS A PSYCHOLOGICAL PHENOMENON**

The article is devoted to the phenomenon of posttraumatic growth (PTG) as one of the potential positive outcomes of navigating a life crisis. It emphasizes that, under the current circumstances of full-scale military conflict in Ukraine, the potential for posttraumatic growth has become increasingly relevant for the effective provision of psychological assistance to individuals who have undergone traumatic experiences. The author notes the absence of a unified, universally accepted theoretical framework in contemporary psychology that fully explains the nature of psychological trauma and the mechanisms underlying posttraumatic growth. The term «posttraumatic growth» (PTG) is most commonly used to denote the positive changes that may emerge as a result of grappling with significant psychological adversity. The article outlines the key characteristics of posttraumatic growth, understood as positive psychological change and personality transformation that can occur following exposure to trauma or extreme stress. It identifies the core stages of posttraumatic growth and the domains in which growth manifests. A theoretical analysis of existing psychological models of posttraumatic growth is conducted, including their interpretations of its content and dimensions (predictors). Leading contemporary models of posttraumatic growth are examined, revealing that despite their varied perspectives, they complement one another in viewing personality development after trauma. The analysis reveals a consensus across models that traumatic experience may serve as a catalyst for positive transformation in several fundamental domains: increased appreciation of life, enhanced meaning in interpersonal relationships, heightened sense of personal strength, shifts in life priorities, and deepened spiritual awareness.

**Keywords:** posttraumatic growth, trauma, psychological trauma, traumatic experience, posttraumatic stress disorder, models of posttraumatic growth.

**References**

1. Klymchuk V.O. (2020). *Psykhologhiia posttravmatychnoho zrostan-nia: monohrafiia*. [Psychology of Posttraumatic Growth: Monograph] Kropyvnytskyi : Imeks-LTD. 125 p. [in Ukrainian]
2. Lazos H.P. (2016). *Posttravmatyчне zrostan-nia: teoretychni modeli, novi perspektyvy dlia praktyky*. Aktualni problemy psykhologhii: zb. nauk. prats In-tu psykhologhii im. H. S. Kostiuka NAPN Ukrainy. [Posttraumatic Growth: Theoretical Models, New Perspectives for Practice. Current Problems of Psychology: Coll. of Sci. Works of G. S. Kostiuk Institute of Psychology of the NAES of Ukraine]. T. I, Vyp. 45. P. 120-127. [in Ukrainian]
3. Osukhovska O.S., Khaustova O.O., Synitska T.V., Salden V.I., Zdoryk I.F. (2022). Aktualni pytannia psykhichnoho zdorovia naselennia Ukrainy v umovakh voiennykh dii. [Current Issues of Mental Health of the Population of Ukraine in Conditions of Military Actions. Modern Scientific Strategies of Development]. Modern scientific strategies of development. GS Publishing Services. P. 157-169. [in Ukrainian]
4. Sheliuh O.A. (2014). *Bahatovymirnist fenomenу posttravmatychnoho rostu: biolohichni, psykhologichni ta sotsiokulturnyi skladnyky osobystisnykh transformatsii*. [Multidimensionality of the Phenomenon of Posttraumatic Growth: Biological, Psychological and Sociocultural Components of Personal Transformations. Psychology and Personality]. *Psykhologhiia i osobystist*. №1(5). P. 112-129. [in Ukrainian]
5. Christopher M. (2004). A broader view of trauma: a biopsychosocial-evolutionary view of the traumatic stress response in the emergence of pathology

and/or growth. *Clinical Psychology Review*. Vol. 24, p. 75-98. [in English]

6. Janoff-Bulman R. (2004). Posttraumatic Growth: Three Explanatory Models. *Psychological Inquiry*. Vol. 15, r. 30-34. [in English]

7. Joseph S. (2009). Growth Following Adversity: Positive Psychological Perspectives on Posttraumatic Stress. *Psychological Topics*. Vol. 18 (2). R. 335-344. [in English]

8. Joseph S. (2013). What Doesn't Kill Us: A guide to overcoming adversity and moving forward. Piatkus. 336 p. [in English]

9. Papadopoulos, R.K. (2002). Refugees, home and trauma. In *Therapeutic Care for Refugees. No Place Like Home*. London: Karnac. 356 p. [in English]

10. Tedeschi R. G., Calhoun L. G. (1996). The Posttraumatic Growth Inventory: Measuring the Positive Legacy of Trauma. *J. of Traumatic Stress*. Vol. 9. P. 455-471. [in English]

11. Tedeschi R. G. (2004). Posttraumatic Growth: conceptual foundations and empirical evidence. *Psychological Inquiry*. Vol. 15 (1). R. 1-18. [in English]

Надійшла до редколегії: 01.05.2025

Прийнята до друку: 26.05.2025