

Яценко Т.С.,

доктор психологічних наук, професор, академік НАПН України,
професор кафедри психології діяльності в особливих умовах
Національного університету цивільного захисту України, м. Черкаси

ORCID ID: 0000-0002-1996-661X

Фільчук І.Ю.,

викладач кафедри психології діяльності в особливих умовах
Національного університету цивільного захисту України, м. Черкаси

ORCID ID: 0009-0008-2228-0425

ВІДНОВЛЕННЯ ЦІЛІСНОСТІ ПСИХІКИ ОСОБИСТОСТІ ЯК МЕХАНІЗМ ПОСТКРИЗОВОГО ЗРОСТАННЯ

THE RESTORATION OF THE INDIVIDUAL'S PSYCHIC INTEGRITY AS A MECHANISM FOR POST-TRAUMATIC GROWTH

В статті здійснено аналіз специфіки життєвих криз та процесу відновлення внутрішньої цілісності (інтеграції) психіки як фундаментального й провідного механізму, що сприяє досягненню посткризового зростання. В теоретико-емпіричних дослідженнях сучасних українських та зарубіжних науковців кризу розглянуто як трансформаційний чинник життєвого шляху, що впливає на світоглядні позиції, ціннісні орієнтири, образ «Я», фундаментальні переконання щодо світу в цілому. Виділено та проаналізовано основні кризи: кризи розвитку (вікові кризи); деприваційні кризи (кризи втрати і розлуки); травматичні кризи; морально-етичні кризи тощо.

В руслі глибинної психодинаміки кризу охарактеризовано як стан внутрішнього «зламу», що перетворює психіку на сукупність окремих

фрагментів із порушеним зв'язком між свідомою та несвідомою сферами. Основним наслідком кризи є блокування конструктивної переробки травматичного досвіду. Підкреслено, що відновлення цілісності психіки стає центральним завданням посткризового періоду, оскільки передбачає активацію глибинних механізмів опрацювання травматичного досвіду: емоційну переробку витісненого пережитого досвіду; когнітивну реструктуризацію деструктивних переконань; інтеграцію травматичного досвіду за рахунок включення фрагментованих частин пам'яті в цілісну картину життя; формування більш усвідомленого, розширеного, цілісного образу "Я". Особливу увагу звернено, що концепція посткризового зростання фокусується на внутрішньому психодинамічному механізмі відновлення цілісності психіки, що забезпечує фундаментальну перебудову особистості на більш високому рівні функціонування завдяки трансформаційному процесу інтеграції. Зазначено, що відновлення цілісності психіки особистості є результатом глибинного самопізнання та цілеспрямованої роботи над несвідомим матеріалом із застосуванням методу активного соціально-психологічного пізнання.

Ключові слова: криза, відновлення цілісності, психіка, посткризове зростання, метод активного соціально-психологічного пізнання.

The article analyzes the specifics of life crises and the process of restoring internal psychic integrity (integration) as a fundamental and leading mechanism that facilitates the achievement of post-crisis growth. In the theoretical and empirical studies of contemporary Ukrainian and foreign scholars, the crisis is viewed as a transformational factor in the life path that influences worldview positions, value orientations, the 'Self' image, and fundamental beliefs about the world in general. The main types of crises highlighted and analyzed are: developmental crises (age crises); deprivation crises (crises of loss and separation); traumatic crises; moral and ethical crises, and others.

In the framework of depth psychodynamics, a crisis is characterized as a state of internal "breakdown" that transforms the psyche into a set of separate fragments with a disrupted connection between the conscious and unconscious spheres. The main consequence of a crisis is the blocking of constructive processing of traumatic experience. It is emphasized that restoring psychic integrity becomes the central task of the post-crisis period, as it involves the activation of deep mechanisms for processing traumatic experience: emotional processing of repressed experienced material; cognitive restructuring of destructive beliefs; integration of the traumatic experience by incorporating fragmented memory parts into a holistic life picture; the formation of a more conscious, expanded, and integral 'Self' image. Particular attention is drawn to the fact that the concept of post-crisis growth focuses on the internal psychodynamic mechanism of restoring psychic integrity, which ensures a fundamental restructuring of the personality to a higher level of functioning through the transformational process of integration. It is noted that the restoration of an individual's psychic integrity is the result of deep self-knowledge and a purposeful work on the unconscious material using the method of active socio-psychological cognition.

Key words: *crisis, restoration of integrity, psyche (psychic), post-crisis growth, method of active socio-psychological cognition.*

Вступ. Сучасне суспільство характеризується підвищеною частотою та інтенсивністю життєвих криз, які можуть бути спричинені: глобальними конфліктами та війнами; пандеміями та пов'язаними з ними соціально-економічними потрясіннями; природними катастрофами та екологічними кризами; особистісними травмами (втрата близьких та майна, насилля, важкі хвороби тощо). Ці надзвичайні події впливають на порушення психічної цілісності особистості. Відновлення та реабілітація вимагають сучасних, ефективних та науково обґрунтованих підходів. Саме концепція посткризового зростання фокусується на внутрішньому психодинамічному механізмі

відновлення цілісності психіки на відміну від більшості досліджень, які спрямовані на зовнішні фактори стабілізації. Акцент зміщується із зовнішніх копінг-стратегій (соціальна підтримка, матеріальні ресурси, фізична активність тощо) на внутрішній процес трансформації психіки. Внутрішній психодинамічний механізм відновлення цілісності забезпечує фундаментальну перебудову особистості на більш високому рівні функціонування завдяки трансформаційному процесу інтеграції. Основою посткризового зростання виступає інтеграція витісненого травматичного досвіду, що виступає успішним чинником стійкої адаптації до несприятливих обставин та відновлення психологічного благополуччя.

Аналіз літературних даних та постановка проблеми. Вивченню питання життєвих криз присвячено ряд вітчизняних та зарубіжних наукових досліджень: О.О. Байєра, В. М. Донія, Г. Н. Гесена, Н. В. Соханя, І. Г. Єрмакова, Т. М. Титаренка та інших. Особливості перебігу вікових криз розкрито в роботах науковців: О.І. Бедлінського, А. В. Бодальова, В. О. Вертеля, Л.О. Гончарука, Г.С. Костюка, Л. С. Руденка; особливості кризи ідентичності - А. Г. Амбрумової, Н. А. Антонової, Л. Ф. Бурлачука, П. І. Гнатенка, Е. А. Донченка, М. В. Заковоротної, В. І. Павленка, Е. Еріксона; специфіку травматичних криз – О. В. Бабелюка, Н.Є. Гоцуляка, О. Л. Туриніної. Дослідженням психологічних особливостей посткризового, посттравматичного зростання займалися: Т.О. Гальцева, В.Г. Панок, В.В. Предко. Науковці Т. М. Титаренко, М. С. Дворник, В. О. Климчук та інші вивчали соціально-психологічні технології відновлення особистості після травматичних подій.

Мета статті полягає в комплексному аналізі специфіки життєвих криз та процесу відновлення внутрішньої цілісності (інтеграції) психіки як фундаментального й провідного механізму, що сприяє досягненню посткризового зростання.

Виклад основного матеріалу. В науковій літературі термін «криза» (від грец. krisis) розглядається як переломний момент або критичний стан, що

викликає відчуття напруги та потребує подальших змін і дій. Науковці пропонують характеризувати «кризу» як «критичний період» (Тимотсу Шибутані), «перелом», «перехід» (Гейл Шихі), «поворотний етап життєвого шляху», «розрив», «критичну ситуацію» (О.Байєр). І.В.Гаркуша, С.В. Дубінський аналізують кризу як трансформаційний чинник життєвого шляху. В своїх роботах виділяють два роди кризових ситуацій: кризи першого роду, що ускладнюють реалізацію життєвого сенсу; кризи другого роду, що роблять реалізацію життєвого сенсу неможливою. Результат переживань цієї кризи – зміна та переродження особистості, пошук та прийняття нового сенсу життя, нових цінностей, нової життєвої стратегії. Тобто «криза» з одного боку, це стан загрози, небезпеки, втрати контролю, а з іншого — вона розкриває можливість для особистісного розвитку та прогресу [4].

Згідно з теорією Льва Виготського, онтогенез людини супроводжується як стабільними, так і критичними періодами, що обумовлюють нерівномірний, фрагментований характер розвитку [11]. Протягом життя кожна людина стикається з переживаннями кризи. Існують два основні типи кризових ситуацій: ті, що виникають внаслідок природних змін життєвого циклу, та ті, що зумовлені травматичними подіями. Це можуть бути вікові кризи, труднощі у міжособистісних стосунках, смерть близької людини, тяжке захворювання, розлука з родиною чи друзями, зміна соціального оточення, втрата соціального статусу тощо. Кризи суб'єктивно переживаються особистістю, впливаючи на трансформацію її способу життя, мислення, ставлення до себе і навколишнього світу. Таким чином, переживання криз є неминучим етапом життя. Психологи виділяють основні кризи, з якими стикається кожна людина, такі як: кризи розвитку (вікові кризи); деприваційні кризи (кризи втрати і розлуки); травматичні кризи; кризи в стосунках; кризи сенсу життя; морально-етичні кризи [2]. Розглянемо деякі з них більш детально.

Кризи втрати і розлуки (деприваційні кризи; депривація (від лат. *deprivatio* - втрата, позбавлення) переживаються під час розлучення,

нещасних випадків або втрати близької людини тощо. Переживання криз у формі гострого горя було описано Е. Ліндемманом, який виділяє п'ять складових нормальної реакції на горе: 1. Відчуття поглинання образом померлого; 2. Ідентифікація з померлим; 3. Почуття провини та недоброзичливість до оточуючих; 4. Порушення повсякденного функціонування; 5. Погіршення самопочуття (соматичні скарги) [3]. Психологиня Е. Кюблер-Росс пропонує п'ять стадій переживання горя: заперечення, гнів, торг, депресія, прийняття. У 2004 році психологиня опублікувала оновлену версію своєї моделі, визнаючи, що горе не є лінійним процесом, а порядок стадій може варіюватися залежно від індивідуальних особливостей та соціального середовища, в якому знаходиться людина [9]. В. Ворден виокремлює чотири основні завдання горювання: 1. Прийняття реальності втрати; 2. Робота з душевним болем; 3. Корекція свого оточення без померлого; 4. Емоційне віддалення від померлого та продовження життя [5].

Екзистенційні кризи (кризи сенсу життя) характеризуються відчуттям тривоги та глибокого психологічного дискомфорту, пов'язаного з питаннями про сенс існування. Подібні кризи часто виникають внаслідок значущих подій або критичних змін у житті людини. Приклади подій, які можуть вплинути на виникнення кризи: смерть близької людини, реальна загроза власному життю, вживання наркотичних препаратів, тривале перебування особистості на самоті без взаємодії з іншими людьми. Норвезький філософ П. Цапффе в своїй книзі «Останній Мессія» окреслив чотири шляхи подолання екзистенційної кризи: 1. Фіксація — зосередження на певних усталених ідеалах, таких як Бог, церква, держава, моральність, доля або майбутнє; 2. Ізоляція — повне звільнення свідомості від тривожних думок і почуттів; 3. Відволікання — зосередження на інших питаннях, не пов'язаних із сенсом життя; 4. Сублімація — переорієнтація негативних думок на позитивні, аналіз власного життя [13].

Морально-етичні кризи (кризи духовних цінностей) виникають внаслідок руйнування системи цінностей особистості, особливо в періоди

соціальних і культурних змін. У такі періоди старі цінності втрачають свою значущість, а нові цінності часто виявляються для людини неприйнятними. Це призводить до відчуття дезорієнтації та психологічного дискомфорту, оскільки людина втрачає опору у своїх моральних і етичних орієнтирах. Науковець Р.А. Ахмеров ввів поняття біографічних криз особистості, які відображають переживання людиною непродуктивності власного життєвого шляху. Біографічні кризи можуть проявлятися в таких формах, як А) нереалізованість (недостатня продуктивність у минулому), В) спустошеність (недостатня продуктивність у теперішньому), С) безперспективність (недостатня продуктивність щодо майбутнього), а також у різних комбінаціях цих станів [4]. *Криза нереалізованості* пов'язана із суб'єктивною оцінкою власного життєвого шляху, а також із страхом негативної оцінки з боку суспільства. Відчуття гармонійних стосунків із соціумом формується тоді, коли соціальні ролі та обов'язки відповідають особистим життєвим цілям і підкріплені суспільною потребою. *Криза спустошеності* може виникати в результаті різкої зміни життєвої ситуації, що викликає у людини відчуття невизначеності та непередбачуваності майбутнього. Це стан, коли особа не знає, що її чекає в найближчому майбутньому. Подолання кризи можливе через розвиток автентичності та спонтанності як механізмів, які дозволяють людині реалізувати свій особистісний потенціал. В. Л. Зливков, О. С. Лукомська, О.В.Федан підкреслюють, що *криза автентичності* як психологічний феномен пов'язана із трансформацією всіх сфер життєдіяльності людини, зокрема її уявлень про себе та оточуючих людей, а також ставлення до них. Серед критеріїв кризи автентичності можна виділити: 1. Самовідчуження — усвідомлення особистістю власної несвободи та залежності від соціальних обмежень, відсутність можливостей для самореалізації; 2. Депривованість — переживання фрагментарності власного життя; 3. Низький самоконтроль — часті зміни настрою, залежність поведінки людини від ситуативних потреб та небажання брати відповідальність за свої вчинки; 4. Залежність від соціального

оточення — схильність до сугестивності, конформізму та відчуття підпорядкованості іншим; 5. Непродуктивні копінг-стратегії —агресивність, соціальна ізоляція, прояви негативізму до оточуючих тощо [6;7]. *Криза безперспективності* характеризується невизначеністю життєвих і професійних планів, а також шляхів самовизначення і самореалізації. Під час переживання такої кризи особа не може знайти шляхи самореалізації в нових соціальних та професійних ролях, попри наявність минулих досягнень і важливих особистісних та професійних якостей. Цей стан супроводжується відсутністю задумів на майбутнє та нерозумінням можливих зв'язків між подіями минулого, теперішнього і майбутнього [4].

Травматичні кризи виникають при переживанні надзвичайної події, що супроводжується загрозою життю або здоров'ю особистості. Подібні події порушують нормальну організацію психіки та можуть призводити до втрати працездатності, порушення когнітивних процесів, психологічних травм та психічних розладів. Поняття «психологічна травма» стало поширеним у рамках теорії посттравматичного стресового розладу та кризової психології, що виникла в кінці 1980-х років XX століття. Психологи О. Паул, М. Фоззі, Х. Хагхес та інші виділяють наступні причини виникнення психотравми: фізичні травми, які призводять до інвалідизації; хронічні невиліковні хвороби; раптову смерть близької людини; дорожньо-транспортні пригоди; розрив значущих стосунків; глибоке розчарування в людях тощо. Фізичні симптоми психотравми можуть проявлятися у вигляді: безсоння або нічних жахів, сильного серцебиття, втоми, знервованості, м'язового напруження. Психологічними симптомами є: шок, заперечення, гнів, дратівливість, перепади настрою, почуття провини, сором та самозвинувачення, відчуття безнадії, страх, соціальна ізоляція [1].

Основним наслідком кризи є порушення цілісності психіки, що призводить до блокування конструктивної переробки травматичного досвіду. Під час переживання травматичної події психіка використовує захисний механізм — витіснення. Витіснення працює таким чином, що травматичні емоції, спогади та

сенсорні враження щодо події зберігаються у вигляді ізольованих, неінтегрованих фрагментах пам'яті у несвідомій частині психіки. Однак цей подавлений травматичний матеріал продовжує впливати на поведінку та емоції людини. В результаті виникає конфлікт ідентичності: минуле, теперішнє і майбутнє стають роз'єднаними. Часто це призводить до відчуття втрати себе або до відчуття нереальності того, що відбулося. Криза активує непропрацьовані психологічні комплекси, які раніше могли бути подавленими в несвідомій частині психіки. Тіньові аспекти (наприклад, почуття безпорадності, лють) раптово виходять на поверхню або, навпаки, посилюють витіснення. Це призводить до внутрішнього конфлікту і значного зниження енергії та адаптивності. Таким чином, криза – це не просто зовнішня подія, а внутрішній «перелом», що характеризується порушенням зв'язком між свідомою та несвідомою сферою психіки. Цей стан внутрішнього «перелому» перетворює психіку на сукупність окремих фрагментів, що входять в суперечність один з одним. Посткризове зростання стає можливим лише тоді, коли ці фрагменти інтегруються у новий, розширений і більш стійкий цілісний образ "Я" [14; 16].

Саме тому, відновлення цілісності психіки стає центральним завданням посткризового періоду, оскільки передбачає активацію глибинних механізмів опрацювання травматичного досвіду. Ці механізми включають:

- емоційну переробку травматичного досвіду, спрямовану на повне і безпечне переживання та усвідомлення витіснених чи дисоційованих почуттів;
- когнітивну реструктуризацію, яка дозволяє переглянути деструктивні переконання та знайти новий сенс у травматичних подіях;
- інтеграцію травматичного досвіду, що означає включення фрагментованих частин пам'яті в цілісну картину життя та відновлення психологічного благополуччя. Інтегрований досвід перестає бути джерелом внутрішнього конфлікту та тривоги. Як наслідок психічна енергія, яка раніше витрачалася на витіснення травматичного досвіду та його уникнення,

вивільняється і спрямовується на конструктивні цілі (наприклад, нові життєві цілі), що і є проявом посткризового зростання;

- формування нового, більш усвідомленого образу "Я", що дозволяє людині бачити себе сильною, здатною долати труднощі, і розуміти своє місце у світі після перенесеної кризи. Інтеграція психіки передбачає трансформацію старої ідентичності ("Я, яка (ий) не знала (в) болю") на формування нової глибокої ідентичності ("Я, яка (ий) пережила (в) біль і стала (в) сильнішою (им)"). Це зростання проявляється у філософському розумінні життя, розвитку усвідомленості та індивідуальної стійкості. Подібна перебудова особистості вимагає створення абсолютно нового, посткризового наративу. Це процес сенсотворення, де пережита травма не заперечується, а включається в життєву історію як ключовий, хоч і болючий, момент трансформації. Людина знаходить новий сенс або життєву мету, яка перевершує втрати, спричинені кризою. В результаті особистість набуває глибшої філософії життя, посилює відчуття особистісної сили ("Якщо я пережила (в) це, я можу пережити що завгодно") і часто відкриває нові можливості у стосунках (емпатія, довіра), що є прямими ознаками посткризового зростання. Отже, відновлення цілісності психіки є активним внутрішнім процесом, який трансформує вразливість психіки у кризі у стійкий фундамент для посткризового зростання [8; 10; 12].

Процес відновлення цілісності психіки є центральним етапом подолання кризи згідно з підходом глибинної психодинаміки. Він полягає у поступовій, енергетично обумовленій трансформації несвідомих деструкцій та відновленні функціональної цілісності психіки через свідоме пізнання (об'єктивацію) травматичного матеріалу. Відновлення цілісності не відбувається автоматично, а є результатом глибинного самопізнання та цілеспрямованої роботи над несвідомим матеріалом, наприклад, із застосуванням методу активного соціально-психологічного пізнання. Кінцева мета — нівелювання (подолання) базальних захистів та інфантильних детермінант:

- об'єктивація несвідомого. Травматичний, витіснений матеріал, який раніше був недоступний і керував поведінкою, об'єктивується (виводиться на рівень свідомості) через символічні, візуалізовані засоби (малюнки, метафори). Відбувається розширення самосвідомості, що є першим кроком до інтеграції. Клієнт набуває знання про свої латентні (приховані) мотиви та детермінанти;
- інтеграція розщеплення. На цьому етапі долається основний механізм порушення цілісності психіки, спричинений кризою. Травматичний досвід перестає сприйматися як абсолютна, катастрофічна сутність і стає інтегрованою частиною життєвої історії. Досягається суб'єктивна зінтегрованість психіки. "Я-концепція" стає більш лабільною, гнучкою та стійкою;
- зниження інфантилізму. Знижується рівень інфантилізму, особистість переходить до керування життям, що базується на принципі реальності та власній відповідальності;
- відновлення цілісності. Відновлена цілісність призводить до психологічної стійкості (резилієнтності). Особистість стає адаптивною, здатною усвідомлено реагувати на нові стресори, а не регресувати до старих, деструктивних базальних захистів. Це створює внутрішню основу для посткризового зростання [15].

Відновлення цілісності є внутрішнім механізмом, який робить посткризове зростання можливим. Посткризове зростання проявляється у: підвищенні вдячності до життя, зміні пріоритетів, зміцненні стосунків та відчутті особистісної сили. Ці показники безпосередньо залежать від якості відновлення цілісності психіки. Якщо цілісність відновлена частково, травма залишається фрагментованою, це призводить до ригідності та вразливості (рецидиву кризи). Відновлена цілісність означає, що особистість усвідомлено приймає травматичний досвід як інтегровану частину своєї ідентичності. Це розширює її репертуар реакцій та підвищує адаптивну лабільність, що і є суттю посткризового зростання.

Отже, ступінь відновлення цілісності психіки є внутрішньою мірою успішності подолання кризи. Відновлення цілісності досягається через глибинне самопізнання та нівелювання деструктивної дії базальних захистів. Чим вищий ступінь відновлення цілісності, тим вищими та стійкішими є показники посткризового зростання особистості (зміцнення "Я", розширення самосвідомості, нові сенси). Підкреслимо необхідність використання глибинно-орієнтованих методів у психокорекції кризових станів. Ефективна допомога в умовах кризи повинна бути спрямована не лише на зняття симптомів (поведінковий рівень), а й на об'єктивацію (усвідомлення) несвідомих фіксацій. Метод активного соціально-психологічного пізнання (АСПП), що фокусується на роботі з несвідомим через візуалізовані засоби, визнається ключовим інструментом для відновлення цілісності психіки та стимулювання зрілого, стійкого посткризового зростання [14].

Висновки. У психологічній науці криза розглядається як особливий стан внутрішнього світу особистості, коли подальший розвиток тимчасово блокується через неефективність звичних когнітивних та поведінкових стратегій, тоді як нові механізми ще не сформовані. Переживання кризи постає не лише як гострий емоційний стан, що обмежує цілеспрямовану життєдіяльність, але й як потенційна можливість переходу на вищий рівень особистісного розвитку. У цьому сенсі криза може виступати джерелом внутрішніх ресурсів, каталізатором змін та своєрідною відповіддю на потребу реалізації особистісного потенціалу.

Посткризове зростання не є випадковим явищем, а виступає закономірним наслідком успішного подолання глибинних внутрішніх деструкцій. Ключовим механізмом цього зростання є відновлення функціональної цілісності психіки — гармонійної єдності свідомої та несвідомої сфер. Життєва криза призводить до порушення цілісності через активацію базальних психологічних захистів (витіснення, заперечення), які фіксують травматичний досвід та блокують його інтеграцію. Ці захисти підтримують несвідому детермінованість поведінки,

витрачаючи значний обсяг психічної енергії і унеможливаючи зрілу адаптацію. Посткризове зростання є не випадковою компенсацією, а закономірним наслідком трансформації психіки, що сталася завдяки свідомому подоланню її глибинних внутрішніх суперечностей та відновленню цілісності.

ЛІТЕРАТУРА

1. Бабелюк О.В., Гоцуляк Н.Є. Психологія травмуючих ситуацій. Кам'янець-Подільський: ТОВ "Друкарня "Рута". 2021. 110 с.
2. Байєр О. О. Життєві кризи особистості. Д.: Вид-во Дніпропетр. нац. ун-ту. 2010. 244 с.
3. Войтович М. В. Психологічні особливості горювання. *Актуальні проблеми психології: збірник наукових праць Інституту психології імені Г.С. Костюка НАПН України. Том. V: Психофізіологія. Психологія праці. Експериментальна психологія.* 2019. Випуск 19. С. 10-22.
4. Гаркуша І.В., Дубінський С.В. Щодо проблеми життєвої кризи особистості. *Вісник університету імені Альфреда Нобеля. Серія «Педагогіка і психологія».* 2022. № 1 (23). С.49-58
5. Гурковський Д. Процедури і техніки психологічного консультування. *Вісник Львівського університету. Серія психологічні науки.* 2023. Випуск 18. С. 21–28.
6. Зливков В. Л., Лукомська С. О., Федан О. В. Психодіагностика особистості у кризових життєвих ситуаціях. К.: Педагогічна думка. 2016. 219 с.
7. Зливков В.Л. Криза автентичності особистості: визначення та різновиди. *Особистість у кризових умовах та критичних ситуаціях життя: матеріали IV Міжнародної науково-практичної конференції (22-23 лютого 2018 року, м. Суми).* Суми : Вид-во СумДПУ імені А.С. Макаренка. 2018. С. 45-48.

8. Климчук В. О. Психологія посттравматичного зростання. Київ: Вид. «КНТ». 2023. 124 с.
9. Кюблер-Росс Е. Про смерть та вмирання. Філософія-Neoclassic. 2020. 480 с.
10. Панок В. Г., Предко В. В. Психологічні особливості посткризового розвитку українців в період війни. *Науковий вісник Ужгородського національного університету*. 2024. С.137-142.
11. Психологія людини: Л. С. Виготський та сучасна наука : збірник статей за редакцією М. В. Папучі. Випуск 2–3. Ніжин : НДУ ім. М. Гоголя. 2020. 419 с.
12. Соціально-психологічні технології відновлення особистості після травматичних подій / Т. М. Титаренко, М. С. Дворник, В. О. Климчук та ін. Кропивницький: Імекс-ЛТД. 2019. 220 с.
13. Цапффе П.В. Останній Месія. Київ : Видавець Анна Клокун. 2019. 92 с.
14. Наукова школа академіка НАПН України Тамари Яценко: колективна монографія. Дніпро: Інновація. 2019. 350 с.
15. Яценко Т. С. Взаємозв'язки свідомого і несвідомого в контексті проблеми психологічних захистів. *Психолінгвістика*. 2012. Вип. 10. С. 150-159. URL: http://nbuv.gov.ua/UJRN/psling_2012_10_21 (дата звернення: 05.11.2025 р.).
16. Яценко Т. С. Проблема принципу додатковості в глибинному пізнанні психіки. *Наука і освіта*. 2016. №9. С. 9-16. URL: <https://scienceandeducation.pdpu.edu.ua/articles/2016-9-doc/2016-9-st4>.