

УДК 159.923.2:[355.48(477-651.2:470-651.1)''2022/...](045)

Надія Анатоліївна Харченко,
кандидатка психологічних наук,
доцентка кафедри психології,
Уманський державний педагогічний
університет імені Павла Тичини,
м. Умань, Україна
ORCID: 0000-0001-6571-0976
kharchenkona.a@ukr.net

Світлана Олексіївна Лукомська,
кандидатка психологічних наук,
старша наукова співробітниця
лабораторії методології і теорії психології,
Інститут психології
імені Г.С. Костюка НАПН України,
м. Київ, Україна
ORCID: 0000-0002-0360-6484
svitluk@ukr.net

Анастасія Григорівна Довбиш,
викладачка кафедри загальновійськової
та гуманітарної підготовки,
Харківський національний університет
Повітряних Сил імені Івана Кожедуба,
м. Харків, Україна
ORCID: 0009-0001-3791-1364
doan1728@gmail.com

ЖИТТЄВІ НАРАТИВИ У КОНТЕКСТІ ТРАВМ ВІЙНИ

Стаття присвячена аналізу життєвих наративів у контексті травм війни. Мета дослідження – вивчення особливостей життєвих наративів, зокрема зумовлених мораллю, позитивним чи негативним ставленням до себе у контексті травм війни. Завданнями дослідження є визначення поняття моральної травми, її зв'язку із позитивним чи негативним ставленням до себе, ПТСР, автобіографічними спогадами про події, що передували травмі, у тому числі й війні в цілому. Результати дослідження: Позитивне ставлення до моралі сприяє появі таких явищ, як взаємний альтруїзм, заохочення співраці заради загального блага. Негативне ставлення до аморальності сприяє таким явищам, як покарання, перешкодження деструктивній поведінці, такій як обман, крадіжка та фрідрайдинг. Тому критично важливо визначити, чи вплив моральних рис на симпатію та позитивне ставлення до себе та до інших є домінуючим та як він пов'язаний із позитивними автобіографічними спогадами та життєвими наративами, зокрема й в умовах війни, коли аморальні та моральні вчинки часто дуже пов'язані, а моральна травма стала звичним явищем не лише для військових, а й для цивільних осіб в Україні.

Ключові слова: стрес, війна, психологічна адаптація, ПТСР, моральна травма, життєві наративи.

Nadiya Kharchenko
PhD of Psychological,
Associate Professor of Psychology chair,
Pavlo Tychyna Uman State
Pedagogical University,
Uman, Ukraine
ORCID: 0000-0001-6571-0976

kharchenkon.a@ukr.net

Svitlana Lukomska,
PhD of Psychological,
senior research associate laboratories
of psychology methodology and theory,
Institute of Psychology named after H.S. Kostyuk
of the National Academy of Sciences of Ukraine,
Kyiv, Ukraine
ORCID: 0000-0002-0360-6484
svitluk@ukr.net

Anastasia Dovbysh,
teacher of the combined military department
and humanitarian training,
Kharkiv National University
Ivan Kozhedub Air Force,
Kharkiv, Ukraine
ORCID: 0009-0001-3791-1364
doan1728@gmail.com

LIFE NARRATIVES IN THE CONTEXT OF WAR TRAUMA

The article is devoted to the analysis of life narratives in the context of war trauma. One of the most important tasks of social cognition is to predict the intentions of others towards us and people we care about, this information is best conveyed by a person's moral character, not sociability, and it is also important to predict the probability that a person will do what he is going to do, especially as it relates to the trauma of war and suicidal intentions common in our time. However, we assume that sociability and memories of the self before the war or before the traumatic event determine how effectively a person uses his skills to support his moral or immoral intentions, in fact this information is important from the point of view of adaptation. The purpose of the research is to study the peculiarities of life narratives, in particular those determined by morality, positive or negative attitude towards oneself in the context of war trauma. The objectives of the study are to define the concept of moral trauma, its connection with positive or negative self-attitude, PTSD, autobiographical memories of the events preceding the trauma, including the war in general. Research results: A positive attitude towards morality promotes the emergence of such phenomena as mutual altruism, encouraging cooperation for the common good. A negative attitude toward immorality promotes phenomena such as punishment, discouraging destructive behavior such as cheating, stealing, and free-riding. Therefore, it is critical to determine whether the influence of moral traits on liking and positive attitudes toward self and others is dominant and how it is related to positive autobiographical memories and life narratives, particularly in wartime, when immoral and moral actions are often closely related. and moral trauma has become a common phenomenon not only for the military, but also for civilians in Ukraine.

Key words: stress, war, psychological adaptation, PTSD, moral trauma, life narratives.

Одне з найважливіших завдань соціального пізнання полягає в тому, щоб передбачити наміри інших щодо нас і людей, які нам не байдужі, ця інформація найкраще передається моральним характером людини, а не комунікабельністю, крім того важливо передбачити ймовірність того, що людина здійснить те, що вона збирається зробити, особливо це стосується травм війни та суїцидальних намірів, поширених у наш час. Проте ми припускаємо, що комунікабельність та спогади про себе до війни чи до травмивної події визначають наскільки ефективно людина застосовувати свої вміння для підтримки своїх моральних чи аморальних намірів, по суті ця інформація є важливою з точки зору адаптації. Комуś комуś комунікабельному, доброзичливому та харизматичному буде легше залучити союзників для підтримки їхніх намірів, ніж комуś замкнутому,

холодному та неприязному, незалежно від того, добрі чи погані їхні наміри. Дійсно, основним елементом екстравертності особистісних рис є не просто перевага соціальної взаємодії, а радше тенденція привернути увагу суспільства та отримати соціальну підтримку, крім того, було емпірично продемонстровано, що екстраверти мають більше соціальних мереж, ніж інтроверти [9]. У свою чергу, люди з більшою мережею підтримки вважаються особливо бажаними як союзники та партнери по обміну [2]. Таким чином, комунікабельність може служити надійною ознакою того, що індивід або група має соціальну підтримку або здатність залучати соціальну підтримку, необхідну для здійснення своїх намірів, незалежно від того, чи є ці наміри корисними чи шкідливими. Комунікабельність лежить і в основі спогадів про себе, оскільки вони значною мірою зумовлені ефективністю соціальної взаємодії з іншими людьми, особливо в умовах кризових, екстремальних ситуацій.

Метою цієї статті є вивчення особливостей життєвих наративів, зокрема зумовлених мораллю, позитивним чи негативним ставленням до себе у контексті травм війни.

Слово «травма» походить від грецького «розірвати». У випадку психологічної травми це розуміння відображається в проникненні небажаних думок, емоцій і переживань у психіку людини, звідси слід розглядати травму як особливу форму пам'яті, а травматичний досвід має лише вплив, а не значення. Це викликає такі емоції, як жах, страх, шок, провину, сором і, перш за все, порушення нормального відчуття комфорту. Сектор факторів відчуттів у мозку активний під час травми, але здатність до формування сенсу, раціональне мислення та когнітивна обробка, а саме кора головного мозку, залишається закритою, оскільки афект занадто сильний, щоб когнітивно зареєструвати його в мозку. Оскільки досвід не отримав значення, людину, яка пережила травму, він постійно переслідує уві сні, спогадах. Коли травматична пам'ять не опрацьовується, вона стає виснажливою та ставить надмірні вимоги до існуючих стратегій поведінки людей. Крім того, це створює серйозні порушення в багатьох аспектах психологічного функціонування та благополуччя людини. Загалом, масштаб шкоди, яку завдає людині масова травма (а сама така характерна для умов війни), часто недооцінюється. Ми підраховуємо кількість загиблих або поранених людей, кількість втрачених будинків і гроші, витрачені на екстрену допомогу, але ми рідко вимірюємо більш тонкі витрати, такі як зростання депресії та тривоги, зловживання психоактивними речовинами та наркоманії, ризиковані сексуальні стосунки, жорстоке поводження з дітьми та насильство в парі.

Метою дослідження D. Horesh, Z. Solomon, G. Zerach, T. Ein-Dor [4] було з'ясувати, (а) чи пов'язана кількість життєвих подій (подій перед війною, на війні та у післявоєнному житті) із затримкою настання ПТСР? та (б) який відносний внесок різних видів життєвих подій (перед-, на війні та після війни) до затримки настання ПТСР? Учасників дослідження запитали, чи переживали вони якусь із подій після війни та чи сприймають вони пережиті події як позитивні чи негативні. Для аналізу була використана сума негативних життєвих подій після війни.

Отже, результати цього дослідження показують, що чим більше стресових подій, тим менший ресурс і, відповідно, вища ймовірність відкладеного ПТСР. На відкладений (затриманий) ПТСР найбільше впливають нещодавні негативні життєві події, а найменше – події дитинства. Тобто, появу відкладеного ПТСР провокують сильні стреси, кризові ситуації, які сталися через значний час після травматичної події.

При відкладеному ПТСР та моральній травмі, які приділяється мало уваги, зазвичай досліджуються учасники бойових дій віком до 60 років. Крім методик на ПТСР проводиться опитування з приводу соматичних хвороб: онкології, діабету, проблем з ходінням, серцево-судинні, ендокринологічні, неврологічні хвороби, особливу увагу приділяють інсультам та інфарктам в повоєнному анамнезі. Крім того, вивчається, хто

допомагає ветеранам справитися з соматичними хворобами: дружина, діти, брати/сестри, друзі, соціальні служби. В якості ресурсів визначаються основні хоббі ветеранів: рибалка, полювання, гольф, подорожі, читання тощо.

Хоча терміни провина та сором часто використовуються як синоніми, вони представляють собою різні психологічні конструкції. Однією з головних відмінностей між цими двома поняттями є об'єкт негативної оцінки після морального проступку; з почуттям провини об'єктом оцінки є конкретна трансгресійна поведінка, тоді як сором тягне за собою екстраполяцію цієї поведінки на глобальну оцінку та перевизначення себе. Відповідно, сором зумовлює процес самозвинувачення за глобальну особисту невідповідність або вади, які сприймаються як стабільні з часом і не виправні. Супутній досвід нікчемності, безсилля та неповноцінності перетворюється на поведінку уникнення та відсторонення. Навпаки, провина передбачає визнання згубного впливу поведінки на інших, відповідне почуття відповідальності та розуміння того, що, незважаючи на моральний проступок, людина все ще є добросовісною, майбутні цілі є досяжними, а відшкодування можливе. Тут досвід напруги, жалю та докорів сумління перетворюється на поведінку «підійди та виправи». У той час як психологічний дистрес від сорому включає внутрішній фокус дистресу, що веде до остаточного знищення себе, дистрес через почуття провини спрямовується назовні до міжособистісного відшкодування. Дійсно, у той час як люди, які відчувають провину, демонструють підвищену міжособистісну чутливість через підвищену емпатію і теорію розумової діяльності, сором пов'язаний зі зниженням емпатії та теорії розуму і зниженням взаємодії з іншими. Важливо, що результати суттєво відрізняються між провиною та соромом; сором породжує самоосуд, тоді як провина створює можливість для самопрощення. Щоб відчувати провину чи сором, людина повинна сприймати свою поведінку як таку, що розходиться з моральними цінностями та стандартами, з якими вона ідентифікується. У знаковому огляді В. Litz психологічних травм серед ветеранів війни моральна шкода була визначена як «будь-яка особиста дія/бездіяльність, яка порушує цей суб'єктивний моральний стандарт» [5].

Моральна шкода може бути заподіяна не тільки в тому випадку, якщо ви є винуватцем неправомірної поведінки, але й коли: один є свідком цього; два, не зумівши запобігти цьому; або по-третє, відчувати певні емоції після того, як дізнався про трансгресивну поведінку, причому ці емоції, після роздумів, вважаються суб'єктивно аморальними. Класично помічено, що травматична пам'ять може сприяти виникненню ПТСР, заснованого на страху. Моральна шкода також може діяти як травматичний спогад або замість нього, створюючи подібний профіль симптомів. Зокрема, переживання сорому віддзеркалюють кластери симптомів посттравматичного стресового розладу. Постійне повторне переживання моральних порушень вважається відразою, оскільки воно послаблює самооцінку, підсилює почуття нікчемності та, у свою чергу, призводить до посилення самоосуду та відсторонення. Враховуючи велике збігання між почуттям провини, сорому та посттравматичним стресовим розладом у військових, переживання провини та сорому може бути фундаментальним патологічним ядром більшості випадків посттравматичного стресового розладу, пов'язаного з бойовими діями. Вважається, що моральні травми набагато більш поширені в сучасній армії, насамперед через збільшення нетрадиційності кількох областей сучасних військових операцій, які суперечать схематичним уявленням про війну. Зокрема, посилення бойових дій у містах і ворожі комбатанти без розпізнавальних знаків становлять більший ризик не лише для військового персоналу, але також підвищують ризик заподіяння шкоди цивільним особам. Незважаючи на військову підготовку, спрямовану на підготовку солдатів до багатьох ситуацій, очікуваних під час бойових дій, дослідження американських солдатів, які

служать в Іраку/Афганістані, показало, що до 30 % стикалися з морально неоднозначними ситуаціями, коли вони не були впевнені, як правильно реагувати [7].

Ми концептуалізуємо моральне мислення, основане на життєвих наративах, де цінність морального рішення покладається виключно на розрахований результат. У військовому контексті передбачається, що амплітуда утилітаризму є високою, причому добросовісність результату, як правило, визначається владою і має бути прийнята за авторитарну номінальну цінність. Як згадувалося раніше, взаємозамінне використання термінів провини та сорому в більшості досліджень обмежує нашу здатність досліджувати незалежні ролі різних переживань провини та сорому. Крім моральної шкоди, спричиненої спостережуваними або сприйнятими моральними порушеннями на тлі бойових дій, кілька інших факторів можуть впливати на моральні емоції, моральне судження та психопатологію, пов'язану з військовою службою. Зокрема, перенесені в минулому дитячі травми були пов'язані з посттравматичним стресовим розладом, пов'язаним з бойовими діями, у солдатів, думками, що викликають сором, і схильністю до сорому. Примітно, що військовий персонал часто відокремлений від традиційних джерел соціальної підтримки, що потенційно може змінити динаміку та стабільність цих відносин; відсутність передбачуваної соціальної підтримки є надійним предиктором хронічного ПТСР. Важливо, що сприйняття прощення з боку інших з часом опосередковує самопрощення, що ще більше вказує на життєво важливе значення підтримки соціальної підтримки в групах ризику ПТСР і моральної шкоди [2].

Важливою функцією пригадування особистого минулого є формування самовідчуття: пригадування подій з минулого інформує про те, ким ми є і ким хочемо бути (N. Merrill). Але людина, якою ми вважаємо себе в сьогоденні, впливає на те, які події ми легко згадуємо, як ми згадуємо ці події та як ми починаємо інтерпретувати значення цих подій. Принаймні в західних культурах більшість людей мотивовані підтримувати позитивний погляд на себе в сьогоденні (M. D. Alicke, C. Sedikides) [1]. Систематичні упередження та викривлення у спогадах конкретних минулих подій і в побудові життєвого наративу допомагають підтримувати, посилювати та захищати цей позитивний погляд на себе. У певних контекстах люди будують позитивне уявлення про себе в сьогоденні, легко та вибірково згадуючи минулу поведінку, яка демонструє їхні позитивні риси та якості (R. Fivush) [3]. Дослідження показали, що люди схильні переважно забувати негативний відгук про себе, особливо коли він стосується чогось особистого значущого. Важливо, що ті, хто має найсильнішу мотивацію сприймати себе позитивно, швидше за все, інтерпретуватимуть свій позитивний досвід як характеристику стабільного самопочуття, яке зберігається з часом (M. London, V. Sessa, L. A. Shelley) [6]. Наприклад, людина, сильно мотивована вірити, що вона розумна, може вибірково шукати, охоче приймати та успішно зберігати інформацію, що підтверджує це позитивне бачення себе як розумної. Потім вона могла б легко і часто згадувати події зі свого особистого минулого, які підтверджують таке уявлення про себе, і ці спогади зміцнили б віру в те, що зараз вона є і завжди була розумною людиною. Таким чином, автобіографічні спогади сприяють створенню враження подібності (або узгодженості) протягом тривалого часу виховання сприятливого погляду на себе.

Готовність, з якою ми пригадуємо події, що демонструють наші позитивні риси, не означає, що ми, швидше за все, забудемо досвід, який зображує нас негативно. Коли ми стикаємося з власними минулими недоліками та невдачами, все ще можливо досягти позитивного погляду на себе в сьогоденні, побудувавши життєвий наратив, у якому негативний досвід представляє поворотні моменти або ознаки самовдосконалення з часом. Люди порівнюють своє теперішнє «Я» зі своїм минулим, щоб відчуті позитивні зміни та покращення з часом, що, у свою чергу, допомагає зберегти або навіть посилити сприятливе

уявлення про поточне «Я». Сприймаючи минуле досягнення як психологічно близьке, люди можуть продовжувати насолоджуватися своїм успіхом і формувати позитивний образ себе; сприймаючи минулу невдачу як психологічно віддалену, вони схильні відкинути цю невдачу як приналежність зовсім іншому минулому «Я». Таким чином, позитивний погляд на себе можна культивувати в сьогоденні шляхом стратегічної інтерпретації негативного минулого досвіду в рамках життєвого наративу. При створенні позитивного відчуття себе на основі автобіографічних спогадів спогади, що демонструють певні риси та якості, імовірно, є важливішими за інші. Останні дані свідчать про те, що сприйняття змін у моральних рисах іншої людини призводить до приписування більших особистих змін цій людині, ніж сприйняття змін в інших психічних рисах, таких як сприйняття, бажання чи емоції. Критично важливо, що люди також ставляться до моральних рис як до визначальних рис себе – так само, як вони це роблять, коли роблять судження про особистість інших людей. Більш ніж будь-яка інша риса нашого психічного життя, позитивні моральні риси, здається, є найбільш глибоко вкоріненими та причинно центральними компонентами особистості [10].

Незважаючи на те, що зараз є чимало доказів, які вказують на те, що позитивні моральні риси є найважливішими для особистої ідентичності, існує мало досліджень, які вивчають, як пам'ять про моральні та аморальні вчинки з особистого минулого створює морально позитивний образ себе. Більшість досліджень моралі та особистості використовували гіпотетичні мисленнєві експерименти, а не реальні спогади про особистий минулий досвід [8]. Тим не менш, багато хто стверджує, що автобіографічні спогади про власну особисту історію відіграють вирішальну роль у конструюванні особистості. Деякі дані свідчать про те, що автобіографічні спогади про аморальні вчинки особливо сприйнятливі до упереджень і спотворень у спосіб, який прихильно сприймається тим, хто пам'ятає. Цей висновок узгоджується з уявленням про те, що люди часто порівнюють своє нинішнє «Я» зі своїм минулим, щоб відчуті особистісне покращення з часом, незалежно від того, чи є це сприйняте покращення точним [9]. Відчуваючи більшу зміну та несхожість у собі після вчинення морального проступку, люди можуть скласти враження про особисте моральне вдосконалення з часом. Це, у свою чергу, може сприяти позитивному, морально доброму погляду на себе в сьогоденні. Крім того, це сприйняття подібності або зміни в собі після роздумів про минулу аморальну відносно моральної поведінки може проявлятися загальним і конкретним чином. У більш загальному плані люди можуть повідомити про те, що відчули більшу глобальну зміну в собі після того, як згадали свої минулі моральні проступки відносно своїх минулих морально похвальних вчинків. Якщо говорити точніше, люди можуть повідомити про те, що відчули більшу позитивну зміну в тому, якою мірою вони демонструють певні моральні риси (наприклад, чесність, лояльність) з часом після того, як згадали свою минулу аморальну поведінку відносно моральної поведінки [11]. Ми припускаємо, що особистість стратегічно починає сприймати значущі зміни в собі після роздумів про власну аморальну поведінку з минулого, таким чином, вона використовує свої автобіографічні спогади про моральні та аморальні вчинки взаємодоповнюючими способами, щоб сформувані морально добре самопочуття в сьогоденні.

Наша перевага моральним, а не аморальним рисам характеру в інших є каталізатором продуктивного людського суспільства. Позитивне ставлення до моралі сприяє появі таких явищ, як взаємний альтруїзм, заохочення співпраці заради загального блага. Негативне ставлення до аморальності сприяє таким явищам, як покарання, перешкоджання деструктивній поведінці, такій як обман, крадіжка та фрірайдинг. Таким чином, винагороджуючи моральність і караючи аморальність, ми віддаємо перевагу моральним чи аморальним рисам в інших забезпечує виконання нашого суспільного договору,

оскільки, для того, щоб суспільний договір був зобов'язуючим і стабільним, наша перевага моралі проти аморальності в інших має бути домінуючим фактором у сприйнятті людини. Моральність, комунікабельність і компетентність є різними вимірами сприйняття людини. Ми стверджуємо, що мораль людини інформує нас про її ймовірні наміри, тоді як її компетентність і комунікабельність інформують нас про ймовірність того, що вона здійснить ці наміри. Відповідно, ми припустили, що в той час як моральність буде вважатися безумовно позитивною, комунікабельність і компетентність будуть дуже позитивними лише для моральних інших і будуть менш позитивними для аморальних інших. Тому критично важливо визначити, чи вплив моральних рис на симпатію та позитивне ставлення до себе та до інших є домінуючим та як він пов'язаний із позитивними автобіографічними спогадами та життєвими наративами, зокрема й в умовах війни, коли аморальні та моральні вчинки часто дуже пов'язані, а моральна травма стала звичним явищем не лише для військових, а й для цивільних осіб в Україні.

Перспективами подальших досліджень є вивчення гендерних аспектів моральної травми у її зв'язку із життєвими наративами та травмами російсько-української війни.

СПИСОК ВИКОРИСТАНИХ ДЖЕРЕЛ

1. Alicke M. D., Sedikides C. Self-enhancement and self-protection: What they are and what they do. *European review of social psychology*. 2009. Vol. 20 (1). P. 1–48.
2. Curry O., Dunbar R. I. M. Altruism in networks: the effect of connections. *Biology letters*. 2011. Vol. 7 (5). P. 651–653.
3. Fivush R. Remembering and reminiscing: How individual lives are constructed in family narratives. *Memory studies*. 2008. Vol. 1 (1). P. 49–58.
4. Horesh D., Solomon Z., Zerach G., Ein-Dor T. Delayed-onset PTSD among war veterans: the role of life events throughout the life cycle. *Social psychiatry and psychiatric epidemiology*. 2011. Vol. 46. P. 863–870.
5. Litz B. T., Stein N., Delaney E., Lebowitz L., Nash W. P., Silva C., Maguen S. Moral injury and moral repair in war veterans: A preliminary model and intervention strategy. *Clinical psychology review*. 2009. Vol. 29 (8). P. 695–706.
6. London M., Sessa V. I., Shelley L. A. Developing self-awareness: Learning processes for self- and interpersonal growth. *Annual Review of Organizational Psychology and Organizational Behavior*. 2023. Vol. 10. P. 261–288.
7. Manda C. Re-authoring life narratives of trauma survivors: Spiritual perspective. *HTS: Theological Studies*. 2015. Vol. 71 (2). P. 1–8.
8. Merrill N. Relations to Identity Development in Emerging Adults. *Narrative Works*. 2022. Vol. 11. P. 43–60.
9. Pollet T. V., Roberts S. G., Dunbar R. I. Use of social network sites and instant messaging does not lead to increased offline social network size, or to emotionally closer relationships with offline network members. *Cyberpsychology, Behavior, and Social Networking*. 2011. Vol. 14 (4). P. 253–258.
10. Ryan R. M., Duineveld J. J., Di Domenico S. I., Ryan W. S., Steward B. A., Bradshaw E. L. We know this much is (meta-analytically) true: A meta-review of meta-analytic findings evaluating self-determination theory. *Psychological Bulletin*. 2022. Vol. 148. P. 11–12.
11. Sheppes G., Suri G., Gross J. J. Emotion regulation and psychopathology. *Annual review of clinical psychology*. 2015. Vol. 11. P. 379–405.
12. Simpson L. E., Raudales A. M., Reyes M. E., Sullivan T. P., Weiss N. H. Intimate partner violence and posttraumatic stress symptoms: Indirect effects through negative and positive emotion dysregulation. *Journal of interpersonal violence*. 2022. Vol. 37. P. 15–16.

REFERENCES

1. Alicke, M. D., & Sedikides, C. (2009). Self-enhancement and self-protection: What they are and what they do. *European review of social psychology, 20* (1), 1–48.
2. Curry, O., & Dunbar, R. I. M. (2011). Altruism in networks: the effect of connections. *Biology letters, 7* (5), 651–653.
3. Fivush, R. (2008). Remembering and reminiscing: How individual lives are constructed in family narratives. *Memory studies, 1* (1), 49–58.
4. Horesh, D., Solomon, Z., Zerach, G., & Ein-Dor, T. (2011). Delayed-onset PTSD among war veterans: the role of life events throughout the life cycle. *Social psychiatry and psychiatric epidemiology, 46*, 863–870.
5. Litz, B. T., Stein, N., Delaney, E., Lebowitz, L., Nash, W. P., Silva, C., & Maguen, S. (2009). Moral injury and moral repair in war veterans: A preliminary model and intervention strategy. *Clinical psychology review, 29* (8), 695–706.
6. London, M., Sessa, V. I., & Shelley, L. A. (2023). Developing self-awareness: Learning processes for self-and interpersonal growth. *Annual Review of Organizational Psychology and Organizational Behavior, 10*, 261–288.
7. Manda, C. (2015). Re-authoring life narratives of trauma survivors: Spiritual perspective. *HTS: Theological Studies, 71* (2), 1–8.
8. Merrill, N. (2022). Relations to Identity Development in Emerging Adults. *Narrative Works, 11*, 43–60.
9. Pollet, T. V., Roberts, S. G., & Dunbar, R. I. (2011). Use of social network sites and instant messaging does not lead to increased offline social network size, or to emotionally closer relationships with offline network members. *Cyberpsychology, Behavior, and Social Networking, 14* (4), 253–258.
10. Ryan, R. M., Duineveld, J. J., Di Domenico, S. I., Ryan, W. S., Steward, B. A., & Bradshaw, E. L. (2022). We know this much is (meta-analytically) true: A meta-review of meta-analytic findings evaluating self-determination theory. *Psychological Bulletin, 148* (11–12).
11. Sheppes, G., Suri, G., & Gross, J. J. (2015). Emotion regulation and psychopathology. *Annual review of clinical psychology, 11*, 379–405.
12. Simpson, L. E., Raudales, A. M., Reyes, M. E., Sullivan, T. P., & Weiss, N. H. (2022). Intimate partner violence and posttraumatic stress symptoms: Indirect effects through negative and positive emotion dysregulation. *Journal of interpersonal violence, 37* (15–16).

Подано до друку: 06.04.2024.