

УДК 159.923:159.944.4-026.564](045)

Юрій Орестович Назар,
аспірант кафедри теоретичної
та практичної психології,
Національний університет
«Львівська політехніка»
м. Львів, Україна
ORCID: 0009-0005-9060-8582
yurii.o.nazar@lpnu.ua

АКСІОПСИХОЛОГІЧНА МОДЕЛЬ ПОСТТРАВМАТИЧНОГО ЗРОСТАННЯ ОСОБИСТОСТІ

У статті проаналізовано існуючі моделі посттравматичного зростання (ПТЗ) та запропоновано новий, аксіологічний підхід до розуміння даного феномену. Особливу увагу приділено принципу інтегральної суб'єктності, де акцент зроблено на ціннісних аспектах особистісного зростання внаслідок травми. Метою статті є розробка концептуальної моделі, яка враховує важливість змін ціннісно-сміслової сфери особистості та котра інтегрує такі поняття як резильєнтність, копінг, самоефективність та благополуччя, що сприяє глибшому розумінню механізмів посттравматичного зростання та його соціально-психологічних детермінантів.

Ключові слова: посттравматичне зростання (ПТЗ), аксіологічний підхід, принцип інтегральної суб'єктності, ціннісні трансформації, резильєнтність, копінг-стратегії, самоефективність, благополуччя.

Yuriy Nazar,
PhD candidate,
Department of Theoretical and
Applied Psychology,
Lviv Polytechnic National University
Lviv, Ukraine
ORCID: 0009-0005-9060-8582
yurii.o.nazar@lpnu.ua

AXIOPSYCHOLOGICAL MODEL OF POSTTRAUMATIC GROWTH OF PERSONALITY

The article provides analysis of existing models of post-traumatic growth (PTG) and offers a new axiological approach to understanding this phenomenon. PTG, as explored through the lens of the principle of integral subjectivity, emphasizes the role of value-based aspects in the process of personal growth following traumatic experiences. The article identifies and critically assesses the key limitations of traditional models, which often overlook the importance of the value and meaning-making sphere in personal development post-trauma.

To address these limitations the article's aim is to create a conceptual model of PTG that integrates key psychological constructs, such as resilience, coping strategies, self-efficacy, and well-being. Axiological approach to understanding PTG underscores the importance of value-driven personal growth, positing that the reconstruction of one's value system and the reassessment of life priorities are crucial to the process of recovery and personal development following traumatic events. The model further highlights the dynamic interplay between individual psychological resources, such as resilience and self-efficacy, and broader socio-cultural factors that shape the trajectory of post-traumatic growth.

Axiopsychological model expands the scope of PTG research by incorporating value and meaning-making dimensions, providing a more comprehensive understanding of how individuals experience positive transformation in the aftermath of trauma. By integrating the notions of coping mechanisms and well-being into the axiological framework, the model has a potential to offer practical implications for psychological interventions and therapeutic practices aimed at fostering personal growth and resilience in trauma survivors. The conceptual model presented in the article is intended to serve as a foundation for future research and the development of more effective support systems that take into account both psychological and value-driven factors in promoting post-traumatic growth among individuals who have experienced significant adversity.

Key words: post-traumatic growth (PTG), axiological approach, principle of integral subjectivity, value transformations, resilience, coping strategies, self-efficacy, well-being.

Розробка теоретичних моделей дослідження посттравматичного зростання (ПТЗ) є важливим аспектом наукового розуміння даного феномену, а також концептуальним фундаментом, який допомагає визначити орієнтири емпіричних досліджень. Разом з цим, такі моделі можуть бути важливою основою психодіагностичного інструментарію, психокорекційної роботи, психотерапевтичних інтервенцій та засобів психологічної профілактики, зокрема психоедукаційних програм, які сприяють зменшенню стигматизації через усвідомлення, що травмовані люди можуть бути не лише потерпілими, а й тими, хто успішно долає життєві труднощі. Таким чином, висвітлюючи мультиаспектність психологічних особливостей переживання травматичного досвіду, теоретичні моделі посттравматичного зростання можуть й слугувати внутрішніми опорами особистості, джерелами самопізнання та психоедукації. Незважаючи на значний обсяг досліджень та існування в науковому просторі різноманітних теорій і моделей, механізми та процеси, які детермінують посттравматичне зростання, залишаються не повністю зрозумілими і потребують додаткових досліджень.

С. Джозеф та П. Лінлі розділяють моделі посттравматичного зростання на такі основні теоретичні перспективи: функціонально-описова, особистісно-орієнтована та біопсихосоціально-еволюційна. Передбачається, що ці три підходи до теоретичного моделювання феномену посттравматичного зростання пропонують різні, але взаємодоповнюючі аналітичні рівні, і що концептуальна інтеграція між ними можлива й доцільна [1].

Функціонально-описовою моделлю посттравматичного зростання називають первинну комплексну модель, яку розробили Р. Тедескі та Л. Калхун. Дана модель більшою мірою базується на теоретичному підґрунті соціально-когнітивного підходу, зокрема концепції зруйнованих базових переконань американської дослідниці Р. Яноф-Бульман. Відтак, ключовою ідеєю функціонально-дескриптивної моделі є розуміння потенціалу когнітивного переосмислення первинних дотравматичних уявлень про світ та подальше реконструювання нового світогляду, що формує життєву мудрість та трансформує первинні наративи про біль та страждання в наратив посттравматичного зростання. Варто також додати, що в структурі цієї моделі вчені виділяють головні компоненти ПТЗ, які по суті є основними психодіагностичними вимірами таких шкал посттравматичного зростання як: цінність життя; стосунки з іншими; особистісна сила; нові можливості; духовні/екзистенційні зміни [2; 3].

Особистісно-орієнтована модель посттравматичного зростання С. Джозефа більшою мірою відштовхується від ідей клієнт-центрованого підходу К. Роджерса. Конгруентність «Я» та досвіду забезпечує більш ефективне та повноцінне функціонування особистості, яке, однак, порушується в результаті травми, тому конгруентна реінтеграція «Я» та травматичного досвіду як запорука посттравматичного росту, полягає не в поверненні людини на дотравматичний рівень функціонування, а у виході на зовсім новий рівень життєдіяльності [4]. Д. Зубовський також додає, що таким чином забезпечується профілактика ретравматизації, можливість людини стати більш стійкою в майбутньому [5, с. 68].

Ключові постулати біопсихосоціально-еволюційного підходу до розуміння травматичної реакції на стрес описав М. Крістофер, ідеї якого полягають у тому, що травматичний досвід завжди змінює індивіда як на біологічному, так і на психологічному рівні, але нормальним результатом травматичного стресу є зростання, а не патологія, відтак більшість психопатологій є результатом дезадаптивної реакції на стрес.

Рациональність при цьому є еволюційно найновішим і найскладнішим поведінковим механізмом людства для мінімізації дії стресу, а також найважливішим аспектом відновлення психологічного здоров'я після травми [6].

Аналізуючи релевантні дослідження моделі посттравматичного зростання можна виділити наступні проблемні та невирішені питання:

- функціонально-описова модель, незважаючи на широке визнання концепції, найбільшу увагу акцентує на соціально-когнітивному підході до розуміння посттравматичного зростання, не повною мірою враховуючи взаємозв'язок індивідуальних механізмів, що лежать в його основі;
- особистісно-центрована модель посттравматичного зростання актуалізує потребу в інтеграції з іншими концепціями розвитку особистості та створює необхідність ґрунтовнішого аналізу індивідуально-психологічних факторів посттравматичного зростання особистості, зокрема взаємозв'язку з такими феноменами як резильєнтність, копінг, самоефективність, ціннісно-сміслова сфера особистості;
- біопсихосоціально-еволюційна модель, будучи найбільш комплексною парадигмою, зумовлює ряд невирішених питань вивчення детермінантів посттравматичного зростання, зокрема вивчення впливу таких біологічних факторів як вік та стать, визначення наслідків психологічного благополуччя, до яких призводить ПТЗ.

Аналіз моделей посттравматичного зростання дозволяє виокремити один з ключових лейтмотивів, що пронизує різноманітні підходи до розуміння цього феномену, таким чином інтегруючи їх та створюючи холістичне науково-емпіричне бачення проблеми. Таким лейтмотивом можна вважати ціннісно-сміслову сферу особистості, адже травматична подія по суті «атакує» не лише базові переконання когнітивної сфери людини, а й дотравматичні ціннісні орієнтації, таким чином сприяючи ціннісним трансформаціям особистості. Розвиток аксіології як вчення про природу та взаємозв'язок духовних, моральних, естетичних та інших цінностей з соціокультурними та особистісними аспектами, наштовхує на ідею доцільності виокремлення аксіологічного підходу як інноваційної парадигми розуміння феномену посттравматичного зростання.

Метою статті є аналіз ціннісно-сміслових аспектів переживання людиною травми та розробка аксіопсихологічної моделі посттравматичного зростання особистості.

Автори концепції посттравматичного зростання Р. Тедескі та Л. Калхун опосередковано апелюють до ідей ціннісних трансформацій, що можна відмітити аналізуючи головні виміри (компоненти) ПТЗ:

- цінність життя – визначальний фактор посттравматичного зростання вже в самій назві містить апелювання до базової системи цінностей особистості;
- духовні/екзистенційні зміни – передбачають розвиток та трансформацію духовних цінностей особистості, коли для людини стають більш цінними екзистенційні аспекти її буття, єдність з природою та світом;
- стосунки з іншими, поглиблення яких веде до підвищення цінності соціальної взаємодії та соціальної підтримки як на особистому, так і на колективному, суспільному рівнях;
- особистісна сила – розвиток сильних сторін особистості та усвідомлення цінності власного Я;
- нові можливості – створення нових життєвих перспектив через преосмислення цінності пережитого досвіду.

Відтак, можна припустити, що існують загальні особливості процесу трансформаційних змін в системі цінностей особистості, які власне визначають аксіологічний аспект феномену посттравматичного зростання, який має певні вектори формування та розвитку:

від базових ціннісних орієнтацій в дотравматичному періоді до активізації механізмів особистісного росту в посттравматичному періоді.

Аксіогенез особистості – процес розвитку ціннісно-сислової сфери, що демонструє розгортання її суб'єктних здатностей у цілісній ситуації буття на різних рівнях функціонування. Розвиток ціннісно-сислової сфери особистості З. Карпенко пояснює принципом інтегральної суб'єктності, згідно з яким здатність людини до самоактуалізації проявляється у висхідній перспективі континууму розвитку різних рівнів суб'єкта:

- відносний суб'єкт – біологічний індивід, наділений здатністю рефлексивно передчувати, налаштовувачись на сприятливі для організму умови життя й орієнтуватись на ключову цінність власного здоров'я (вітальність);
- моносуб'єкт – власне суб'єкт, що здійснює певну предметно-змістовну діяльність (наприклад, навчальна, професійна діяльність, комунікація) і підпорядковується певним соціально-культурним нормам і стандартам, де домінують прагматичні цінності із усвідомленням обов'язку, морально-психологічною саморегуляцією і сформованою здатністю «треба»;
- полісуб'єкт – особистість як суб'єкт суспільно розподіленої діяльності, що керується імперативом моральної свідомості (сумлінням, совістю), де провідною є цінністю є творення добра для інших;
- метасуб'єкт – індивідуальність, що проявляє себе в творчій, інноваційній діяльності та унікальному суспільно-культурному внеску, де цінними є естетичні ідеали прекрасного;
- абсолютний суб'єкт – людина як носій духовності та екзистенційних установок прийняття дійсності та світового порядку [7, с. 585].

Таблиця 1.

**Компоненти посттравматичного зростання особистості
згідно з принципом інтегральної суб'єктності**

	ПРИНЦИП ІНТЕГРАЛЬНОЇ СУБ'ЄКТНОСТІ				
<i>Рівні суб'єкта</i>	Відносний суб'єкт	Моносуб'єкт	Полісуб'єкт	Метасуб'єкт	Абсолютний суб'єкт
<i>Персонологічні проєкції</i>	Індивід	Власне суб'єкт	Особистість	Індивідуальність	Універсальність
<i>Провідні цінності</i>	Вітальні	Прагматичні	Моральні	Естетичні	Духовні
<i>Перформативна експозиція</i>	Передчуваю Відчуваю	Потребую Хочу	Мушу Маю	Буду (варто) Можу	Приймаю Вірю
<i>Наслідки травма-експозиції - установка</i>	Інстинкт само-збереження - вижити	Кар'єрні амбіції, самореалізація - досягти	Волонтерство, благодійність, громадська діяльність – об'єднатись	Усвідомлення краси і сили людської природи – бути здатним	Бути в моменті, релігійність, духовність - пізнати
<i>Компоненти ПТЗ</i>	Цінність життя	Нові можливості	Стосунки з іншими	Особистісна сила	Духовні/ екзистенційні зміни

Розгляд феномену посттравматичного зростання крізь призму принципу інтегральної суб'єктності дає більш повне розуміння специфіки його аксіогенезу в контексті переживання людиною травматичного досвіду, а також дає можливість простежити, що кожен з вимірів ПТЗ може відповідати своєму рівню суб'єктності, який характеризується

унікальним для кожного компонента ПТЗ домінуванням провідних цінностей, перформативних експозицій та установок (табл. 1).

У парадигмі аксіологічного підходу компоненти посттравматичного зростання особистості можна описати наступним чином:

1. Цінність життя – більшою мірою стосується рівня відносного суб'єкта – біологічного індивіда, для якого провідними є вітальні цінності, котрі найактивніше актуалізуються в ситуаціях, коли людина відчуває або передчуває на соматичному, біологічному рівні, що потрібно рятувати своє життя від небезпеки, коли спрацьовують генетично закладені механізми активації інстинкту самозбереження, які еволюційно сприяють виживанню людського виду;

2. Нові можливості – створюються і виникають внаслідок імпульсів суб'єкта спрямувати свої прагматичні цінності на задоволення потреб і бажань отримати користь чи вигоду із ситуації, що склалась, навіть якщо вона травматична. Такі тенденції можуть сприяти прагненню покращувати своє матеріальне та фінансове благополуччя, підвищенню кар'єрних амбіцій, бажанню мати більші професійні досягнення, підвищенню потреби в самореалізації;

3. Стосунки з іншими – апелюючи до моральних цінностей особистості, суспільних чеснот, людиною може керувати почуття громадянського обов'язку, що проявляється в бажанні допомагати іншим, об'єднуватись заради соціальної підтримки, волонтерської або благодійної діяльності. Соціальна залученість сприяє усвідомленню колективної єдності, відчуттю, що «я не один» і «разом – ми сила», обумовлюючи таким чином й колективне посттравматичне зростання;

4. Особистісна сила – компонент посттравматичного зростання, що підкреслює унікальність кожної особистості – її індивідуальності, коли людина демонструє свою здатність і спроможність долати складні життєві ситуації, усвідомлюючи таким чином власний потенціал та силу. Апелюючи до естетичних цінностей, що є провідними на цьому рівні суб'єкта, наголошується на гуманістичному розумінні краси людської природи;

5. Духовні/екзистенційні зміни – процес формування якісно нового світогляду людини, де духовні цінності відіграють важливу роль у прийнятті реальності такою як вона є, у всіх її труднощах та протиріччях. Бажання пізнати більше про себе і оточуючий світ може проявлятися у використанні людиною медитативних або духовних практик, зацікавленістю філософськими або релігійними питаннями, що сприяє знаходженню нових сенсів.

Отже, аксіологічний підхід до розуміння феномену посттравматичного зростання особистості наштовхує на доцільність ідеї створення аксіопсихологічної моделі ПТЗ – моделі, що поєднує в собі врахування ролі особистісних змін у ціннісно-смысловій сфері в результаті травматичного досвіду разом з впливом психологічних факторів, які супроводжують динамічний процес посттравматичного зростання. Логіка цього процесу полягає в тому, що травматична подія запускає трансформаційні зміни в ціннісно-смысловій сфері особистості, насамперед стосуючись таких елементів ПТЗ як переосмислення цінності людського життя, підвищення цінності стосунків та світоглядних змін; резильєнтність та копінг виступають своєрідним фільтром цих трансформацій або «щитом» для мінімізації деструктивного впливу травми і сприяють розвитку самоефективності, а відтак й цінності «Я» – власної особистісної сили, що в кінцевому результаті покращує якість життя людини, її благополуччя, створюючи нові можливості для самореалізації (рис. 1).



Рис. 1. Аксіопсихологічна модель посттравматичного зростання особистості

Травма. На відміну від соціально-когнітивного підходу, який констатує, що в першу чергу руйнуються базові переконання про світ, аксіопсихологічна модель може запропонувати інший нюанс бачення проблеми – травматична подія вагомо вражає ціннісно-смыслову сферу особистості, адже дотравматичні переконання людини про безпечний і справедливий світ не завжди можуть бути реалістичними або взагалі бути не сформованими в силу, наприклад, дитячого травматичного досвіду або соціокультурного контексту, а іноді взагалі нести ілюзорний характер. Тому, аксіопсихологічний підхід підкреслює важливість зосередження на тих аспектах травматичного досвіду, які відображають ціннісні та смыслові трансформації, адже часто в результаті травми людина втрачає те, що раніше було цінним, переосмислює своє ставлення до речей, які раніше цінувала, змінює життєві пріоритети та вектори особистісного розвитку.

Ціннісні трансформації. Переживання травматичного досвіду може призвести до значних ціннісних трансформацій у житті людини, сприяючи переоцінці життєвих пріоритетів, визначенню що дійсно є важливим в її житті. Наприклад, після переживання втрати близької людини особливо можуть актуалізуватись цінності родинних взаємин та любові, а загалом розвиток більшої емпатії, співчуття до інших може допомагати краще зрозуміти біль та страждання інших людей. Людина, яка пережила травматичний досвід, може почати більше цінувати кожен момент життя, проживати кожен день наче останній, намагаючись насолоджуватись кожною миттю, помічаючи естетичні деталі, на які раніше не звертала увагу, поринаючи в осмислення власних духовних та екзистенційних цінностей.

Незважаючи на обмежений обсяг емпіричних досліджень ціннісних трансформацій особистості в контексті психотравми, слід відмітити дослідження, метою якого було виявлення прогностичних взаємозв'язків між посттравматичним зростанням, цінностями та рівнем соціальної підтримки сирійських біженців, які пережили досвід війни. Згідно з результатами дослідження, однією з найважливіших змінних, яка передбачала рівень посттравматичного зростання біженців, які пережили досвід війни, були цінності, якими вони оперували. Враховуючи, що цінності, якими володіють люди, безпосередньо впливають на їхню емоційну сферу, ідеологію та поведінку, можна сказати, що переживання травматичної події відбувається шляхом осмислення інциденту, з яким

людина зіткнулася та з посиленням на цінності, яким людина найбільше надає значення. Таким чином, люди інтерпретуватимуть пережиту травму з точки зору цінностей, до яких вони апелюють, і відтак це впливатиме на позитивні зміни, які можуть виникнути у посттравматичному періоді. За результатами дослідження було помічено, що ще однією важливою змінною, яка прогнозувала рівень посттравматичного зростання біженців, які пережили війну, була соціальна підтримка. Автори зазначають, що поняття соціальної підтримки прийнято вважати однією зі складових особистісних цінностей, що підтверджує ідею про аксіологічну природу одного з компонентів посттравматичного зростання – «стосунки з іншими» [8].

Резильєнтність. Англійське слово “resilience” тлумачиться як стійкість (до зовнішніх впливів); гнучкість, пружність, еластичність, а також як здатність швидко відновлювати попередній фізичний чи душевний стан, бути знову щасливим чи успішним після переживання складних життєвих ситуацій [9]. Резильєнтність розглядається в теорії посттравматичного зростання як споріднений концепт і зазвичай розуміється як здатність людини продовжувати життєдіяльність після переживання труднощів та негараздів [3]. З точки зору аксіологічного підходу, можна вбачати ціннісно-смыслотворчу роль резильєнтності в процесах відновлення після травми [10]. Цей концепт також описують як спроможність успішно адаптуватись до порушень, що загрожують функціонуванню, життєздатності і майбутньому розвитку людини, і тому, резильєнтність не стосується відсутності страждань, а можливості пристосуватись задля виживання у важких та непередбачуваних обставинах [11].

На перший погляд може видатись, що резильєнтність напряду визначає розвиток процесів посттравматичного зростання, однак, незважаючи на те, що резильєнтність і посттравматичне зростання є спорідненими салютогенними конструктами, є й свідчення того, що вони навпаки можуть перебувати у зворотній залежності. Про це, наприклад, свідчать дані досліджень ізраїльських юнаків, що зазнали терору, а також військовослужбовців ліванської війни, за результатами яких високий рівень резильєнтності був пов'язаний з найнижчими показниками посттравматичного зростання [12]; дані досліджень пожежників, що переживали травматичні події, пов'язані з роботою, згідно з результатами якого резильєнтність погано корелювала із показниками посттравматичного зростання [13]; дані дослідження конголезьких біженців, результати якого продемонстрували те, що не було статистично значущих відмінностей у показниках резильєнтності та посттравматичного зростання в групах біженців з посттравматичним стресовим розладом та без нього [14]. Деяку ясність у цій полеміці вносить інтегративний огляд досліджень щодо взаємозв'язку резильєнтності та ПТЗ, де вчені приходять до висновку, що домінуючі копінг-стратегії можуть пригнічувати або опосередковувати цей зв'язок [15].

Копінг-стратегії. Копінг-поведінка (англ. «coping» – подолання), є певним різновидом соціальної поведінки, що включає в себе ситуативні, особистісні, ресурсні компоненти та реалізується за допомогою копінг-стратегій, вибір яких залежить від впливу різних чинників: вікових, статевих, професійних, індивідуально-психологічних, контекстуальних тощо. Копінг-поведінка визначається і як індивідуальний спосіб взаємодії особистості із складною, кризовою, стресовою ситуацією, що спрямована на зниження впливу стресу. Встановлено, що психічне і фізичне самопочуття людини залежить від вибору нею поведінкових стратегій у момент зіткнення з психотравмуючою ситуацією, при чому використання активних чи пасивних поведінкових стратегій подолання залежить від гендерних, вікових, соціокультурних характеристик, сфери професійної діяльності та значущості життєвої події для людини [16]. Феномен копіngu відноситься до усвідомлюваних поведінкових стратегій, які використовуються людиною для мінімізації

дії різноманітних видів негативних впливів. Всесвітня організація охорони здоров'я визначає копінг як стратегії або механізми подолання, відновлювальні дії, вжиті людьми, чиє виживання та засоби до існування знаходяться під загрозою [17].

Досліджуючи зростання, пов'язане зі стресом, С. Армелі, К. Гунтгерт та Л. Коген констатують, що його показники були найвищими у осіб, які повідомляли про переживання високостресових подій, для яких вони мали достатні ресурси для подолання та підтримки, і для яких вони використовували адаптивні копінг-стратегії [18]. Результати одного з досліджень копінгу та румінацій як предикторів посттравматичного зростання свідчать, що копінг-стратегія орієнтована на самодостатність особистості та копінг-стратегія орієнтована на соціальну підтримку сприяють виникненню посттравматичного зростання, а хронічне застрягання на нав'язливих думках і копінг-стратегія орієнтована на уникнення є предикторами посттравматичного обезцінювання пережитого досвіду [19].

Самоефективність. Концепт самоефективності є результатом багаторічних досліджень та розробки соціально-когнітивної теорії Альберта Бандури [20]. Поняття самоефективності в психологічній науці розуміється як віра у власну здатність особистості діяти ефективно для досягнення цілей, переконання у власній спроможності впоратись зі складними ситуаціями та очікування результатів досягнення успіху в подоланні труднощів. Самоефективність відіграє важливу роль у зміні патернів поведінки та моделей мислення, впливаючи на життєвий вибір людей, оскільки віра у власні здібності та можливості сприяє досягненню обраної мети, незважаючи на перешкоди та дає змогу шукати ефективний спосіб подолання труднощів, що виникають [21].

Таким чином, в аксіопсихологічній моделі ПТЗ, самоефективність можна визначити як високу самооцінку власної резильєнтності та ефективного використання копінг-стратегій для забезпечення психологічного благополуччя індивіда та сприяння посттравматичному зростанню особистості. Відтак, провідною цінністю самоефективної людини є естетичні мотиви – цінування краси і сили людського духу, віра у власні здатності долати труднощі, що відповідає одному з головних компонентів ПТЗ – «особистісна сила».

Існують нечисленні, але важливі емпіричні дослідження в цій області, одне з яких констатує, що самоефективність може сприяти підвищенню резильєнтності з опосередковуваним впливом ПТЗ, де навмисні, осмислені румінації (напротивагу мимовільним та нав'язливим) відіграють позитивну модеруючу роль у взаємозв'язку між самоефективністю і ПТЗ, та негативну модеруючу роль у взаємозв'язку між ПТЗ та резильєнтністю [22].

Благополуччя. Посттравматичне зростання часто розглядається як предиктор благополуччя особистості [23]. Якість життя, яка постраждала внаслідок травми, шляхом відновлення її до оптимального рівня є по суті кінцевою метою, до якої має призвести посттравматичне зростання. Ключову роль при цьому відіграють особистісні ресурси (впевненість у собі, готовність до дій тощо), соціальні ресурси (підтримка сім'ї, друзів, колег, фахівців тощо) – усі ефективні засоби, що використовуються для трансформації сприйняття травматичної ситуації та її подолання і є чинниками підтримки психологічного благополуччя в умовах екзистенційних загроз [24]. Відтак, навіть в результаті переживання травматичного досвіду, в людини можуть з'являтися нові можливості в житті – можливості для подальшого особистісного або кар'єрного зростання, які людина сама активно створює, покращуючи таким чином якість свого життя.

Запропонована аксіопсихологічна модель посттравматичного зростання особистості демонструє важливість врахування індивідуально-психологічних особливостей переживання травми з позицій ціннісно-сміслового підходу, що в подальшому може слугувати концептуальним фундаментом для розробки прикладних моделей посттравматичного зростання, розробки психодіагностичного інструментарію,

проведення емпіричних досліджень окремих груп людей з врахуванням конкретних контекстуальних аспектів переживання травматичного досвіду, професійних факторів та характерологічних особливостей особистості.

СПИСОК ВИКОРИСТАНИХ ДЖЕРЕЛ

1. Joseph S., Linley P. A. Growth following adversity: theoretical perspectives and implications for clinical practice. *Clin Psychol Rev.* 2006. Vol. 26, no. 8. P. 1041–1053. <https://doi.org/10.1016/j.cpr.2005.12.006>
2. Tedeschi R. G., Calhoun L. G. The posttraumatic growth inventory: Measuring the positive legacy of trauma. *Journal of Traumatic Stress.* 1996. Vol. 9. P. 455–471. <https://doi.org/10.1007/BF02103658>
3. Tedeschi R. G., Calhoun L. G. Posttraumatic Growth: Conceptual foundations and empirical evidence. *Psychological Inquiry.* 2004. Vol. 15, no. 1. P. 1–18. https://doi.org/10.1207/s15327965pli1501_01
4. Joseph S. Client-centred therapy, post-traumatic stress disorder and post-traumatic growth: Theoretical perspectives and practical implications. *Psychology and Psychotherapy.* 2004. Vol. 77. P. 101–119. <https://doi.org/10.1348/147608304322874281>
5. Зубовський Д. С. Феномен посттравматичного зростання як перспективний напрямок досліджень у вітчизняній психології. *Проблеми екстремальної та кризової психології.* 2016. Вип. 20. С. 63–74. URL: <https://nuczu.edu.ua/sciencearchive/ProblemsOfExtremeAndCrisisPsychology/vol20/Zubovskui.PDF>(дата звернення: 02.10.2024)
6. Christopher M. A broader view of trauma: a biopsychosocial-evolutionary view of the role of the traumatic stress response in the emergence of pathology and/or growth. *Clinical Psychology Review.* 2004. Vol. 24. P. 75–98. <https://doi.org/10.1016/j.cpr.2003.12.003>
7. Карпенко З. Аксіологічна психологія особистості. Івано-Франківськ: Прикарпатський національний університет імені Василя Стефаника, 2018. 405 с.
8. Simsir Z., Dilmac B. Predictive Relationship Between War Posttraumatic Growth, Values, and Perceived Social Support. *Illness, Crisis & Loss.* 2021. Vol. 29, no. 2. P. 95–111. <https://doi.org/10.1177/1054137318788655>
9. Cambridge Dictionary (website). URL: <https://dictionary.cambridge.org/dictionary/english/resilience> (дата звернення: 02.10.2024)
10. Park C. L., Blake E. C. Resilience and Recovery Following Disasters: The Meaning Making Model. In: Schulenberg S. (ed.) *Positive Psychological Approaches to Disaster.* Springer, Cham, 2020. https://doi.org/10.1007/978-3-030-32007-2_2
11. O'Shea Brown G. Turning Wounds into Wisdom: Resilience and Posttraumatic Growth. In: *Healing Complex Posttraumatic Stress Disorder. Essential Clinical Social Work Series.* Springer, Cham, 2021. https://doi.org/10.1007/978-3-030-61416-4_10
12. Levine S. Z., Laufer A., Stein E., Hamama-Fraz Y., Solomon Z. Examining the relationship between resilience and posttraumatic growth. *Journal of Traumatic Stress.* 2009. Vol. 22, № 4. P. 282–286. <https://doi.org/10.1002/jts.20409>
13. Ogińska-Bulik N., Kobylarczyk M. Association between resiliency and posttraumatic growth in firefighters: the role of stress appraisal. *International Journal of Occupational Safety and Ergonomics.* 2016. Vol. 22, № 1. P. 40–48. <https://doi.org/10.1080/10803548.2015.1109372>
14. Ssenyonga J., Owens V., Olema D. K. Posttraumatic Growth, Resilience, and Posttraumatic Stress Disorder (PTSD) among Refugees. *Procedia - Social and Behavioral Sciences.* 2013. Vol. 82. P. 144–148. <https://doi.org/10.1016/j.sbspro.2013.06.238>

15. Coyte B., Betihavas V., Devenish S., Foster K. Resilience, posttraumatic growth and psychological wellbeing of paramedicine clinicians: An integrative review. *Paramedicine*. 2024. Vol. 21, no. 1. P. 16–35. <https://doi.org/10.1177/27536386231206501>
16. Вдовиченко А. В. Особливості копінг-поведінки особистості у життєвих та професійних ситуаціях. *Вісник Чернігівського національного педагогічного університету*. 2013. Вип. 114. С. 17–20. URL: http://nbuv.gov.ua/UJRN/VchdpuPH_2013_114_6 (дата звернення: 03.10.2024)
17. Лісеєнко О. В., Курганська В. В. Психологічні особливості подолання особистістю кризових ситуацій у воєнний час. *Актуальні проблеми життєвого та професійного самоздійснення особистості: Матеріали Всеукраїнської науково-практичної конференції «Психологія самоздійснення особистості: теорія, досвід, практика»*, м. Одеса, 19-20 травня 2023 р. Одеса, 2023. С. 65–75. URL: <http://dspace.pdpu.edu.ua/bitstream/123456789/17706/1/Liseienko%2C%20Kurhanska.pdf> (дата звернення: 02.10.2024)
18. Armeli S., Gunthert K. C., Cohen L. H. Stressor appraisals, coping, and post-event outcomes: the dimensionality and antecedents of stress-related growth. *Journal of Social and Clinical Psychology*. 2001. Vol. 20. P. 366–395. <https://doi.org/10.1521/jscp.20.3.366.22304>
19. Platte S., Wiesmann U., Tedeschi R. G., Kehl D. Coping and rumination as predictors of posttraumatic growth and depreciation. *Chinese Journal of Traumatology*. 2022. Vol. 25, no. 5. P. 264–271. <https://doi.org/10.1016/j.cjtee.2022.02.001>
20. Bandura A. Self-efficacy: The exercise of control. W H Freeman/Times Books/Henry Holt & Co., 1997. 604 p.
21. Гупало С. Р. Самоефективність: основні теорії та підходи до розуміння поняття. *Габітус: науковий журнал*. 2022. Вип. 42. С. 132–136. URL: <http://habitus.od.ua/journals/2022/42-2022/22.pdf> (дата звернення: 02.10.2024)
22. Zeng W., Wu X., Xu Y., Wu J., Zeng Y., Shao J., Huang D., Zhu Z. The Impact of General Self-Efficacy on Psychological Resilience During the COVID-19 Pandemic: The Mediating Role of Posttraumatic Growth and the Moderating Role of Deliberate Rumination. *Front. Psychol.* 2021. Vol. 12. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2021.684354>
23. Cann A., Calhoun L. G., Tedeschi R. G., Solomon D. T. Posttraumatic Growth and Depreciation as Independent Experiences and Predictors of Well-Being. *Journal of Loss and Trauma*. 2010. Vol. 15, no. 3. P. 151–166. <https://doi.org/10.1080/15325020903375826>
24. Кобець О., Кузьменко Ю. Особисті ресурси як чинники підтримання психологічного благополуччя в умовах екзистенційних загроз. *Вісник Національного університету оборони України*. 2022. Вип. 66, № 2. С. 43–49. <https://doi.org/10.33099/2617-6858-2022-66-2-43-49>

REFERENCES

1. Joseph, S., & Linley, P. A. (2006). Growth following adversity: Theoretical perspectives and implications for clinical practice. *Clinical Psychology Review*, 26 (8), 1041–1053. <https://doi.org/10.1016/j.cpr.2005.12.006>
2. Tedeschi, R. G., & Calhoun, L. G. (1996). The posttraumatic growth inventory: Measuring the positive legacy of trauma. *Journal of Traumatic Stress*, 9, 455–471. <https://doi.org/10.1007/BF02103658>
3. Tedeschi, R. G., & Calhoun, L. G. (2004). Posttraumatic growth: Conceptual foundations and empirical evidence. *Psychological Inquiry*, 15 (1), 1–18. https://doi.org/10.1207/s15327965pli1501_01
4. Joseph, S. (2004). Client-centred therapy, post-traumatic stress disorder and post-traumatic growth: Theoretical perspectives and practical implications. *Psychology and Psychotherapy*, 77, 101–119. <https://doi.org/10.1348/147608304322874281>

5. Zubovskiy, D. S. (2016). Fenomen posttravmatychnoho zrostannia yak perspektyvnyi napriamok doslidzhen u vitchyzniani psykholohii. *Problemy ekstremalnoi ta kryzovoi psykholohii*, 20, 63–74. <https://nuczu.edu.ua/sciencearchive/ProblemsOfExtremeAndCrisisPsychology/vol20/Zubovskui.PDF> [in Ukrainian].
6. Christopher, M. (2004). A broader view of trauma: A biopsychosocial-evolutionary view of the role of the traumatic stress response in the emergence of pathology and/or growth. *Clinical Psychology Review*, 24, 75–98. <https://doi.org/10.1016/j.cpr.2003.12.003>
7. Karpenko, Z. (2018). Aksiolohichna psykholohiia osobystosti. Ivano-Frankivsk: Prykarpatskyi natsionalnyi universytet imeni Vasylia Stefanyka [in Ukrainian].
8. Simsir, Z., & Dilmac, B. (2021). Predictive relationship between war posttraumatic growth, values, and perceived social support. *Illness, Crisis & Loss*, 29 (2), 95–111. <https://doi.org/10.1177/1054137318788655>
9. Cambridge Dictionary. (n.d.). Resilience. In *Cambridge Dictionary*. <https://dictionary.cambridge.org/dictionary/english/resilience>
10. Park, C. L., & Blake, E. C. (2020). Resilience and recovery following disasters: The meaning making model. In S. Schulenberg (Ed.), *Positive psychological approaches to disaster*, 25–39. Springer. https://doi.org/10.1007/978-3-030-32007-2_2
11. O'Shea Brown, G. (2021). Turning wounds into wisdom: Resilience and posttraumatic growth. In *Healing complex posttraumatic stress disorder*. Springer. https://doi.org/10.1007/978-3-030-61416-4_10
12. Levine, S. Z., Laufer, A., Stein, E., Hamama-Fraz, Y., & Solomon, Z. (2009). Examining the relationship between resilience and posttraumatic growth. *Journal of Traumatic Stress*, 22 (4), 282–286. <https://doi.org/10.1002/jts.20409>
13. Ogińska-Bulik, N., & Kobylarczyk, M. (2016). Association between resiliency and posttraumatic growth in firefighters: The role of stress appraisal. *International Journal of Occupational Safety and Ergonomics*, 22 (1), 40–48. <https://doi.org/10.1080/10803548.2015.1109372>
14. Ssenyonga, J., Owens, V., & Olema, D. K. (2013). Posttraumatic growth, resilience, and posttraumatic stress disorder (PTSD) among refugees. *Procedia-Social and Behavioral Sciences*, 82, 144–148. <https://doi.org/10.1016/j.sbspro.2013.06.238>
15. Coyte, B., Betihavas, V., Devenish, S., & Foster, K. (2024). Resilience, posttraumatic growth and psychological wellbeing of paramedicine clinicians: An integrative review. *Paramedicine*, 21 (1), 16–35. <https://doi.org/10.1177/27536386231206501>
16. Vdovychenko, A. V. (2013). Osoblyvosti kopinh-povedinky osobystosti u zhyttievkykh ta profesiinykh sytuatsiiakh. *Visnyk Chernihivskoho natsionalnoho pedahohichnoho universytetu*, 114, 17–20. http://nbuv.gov.ua/UJRN/VchdpuPH_2013_114_6 [in Ukrainian].
17. Liseienko, O. V., & Kurhanska, V. V. (2023). Psykholohichni osoblyvosti podolannia osobystistiu kryzovykh sytuatsii u voiennyi chas. *Aktualni problemy zhyttievoho ta profesiinoho samozdiisnennia osobystosti: Materialy Vseukrainskoi naukovo-praktychnoi konferentsii «Psykhologhiia samozdiisnennia osobystosti: teoriia, dosvid, praktyka»*, m. Odesa, 19-20 travnia 2023 r., 65–75. URL: <http://dspace.pdpu.edu.ua/bitstream/123456789/17706/1/Liseienko%2C%20Kurhanska.pdf> [in Ukrainian].
18. Armeli, S., Gunthert, K. C., & Cohen, L. H. (2001). Stressor appraisals, coping, and post-event outcomes: The dimensionality and antecedents of stress-related growth. *Journal of Social and Clinical Psychology*, 20, 366–395. <https://doi.org/10.1521/jscp.20.3.366.22304>

19. Platte, S., Wiesmann, U., Tedeschi, R. G., & Kehl, D. (2022). Coping and rumination as predictors of posttraumatic growth and depreciation. *Chinese Journal of Traumatology*, 25 (5), 264–271. <https://doi.org/10.1016/j.cjtee.2022.02.001>
20. Bandura, A. (1997). *Self-efficacy: The exercise of control*. W. H. Freeman/Times Books/Henry Holt & Co.
21. Hupalo, S. R. (2022). Samoefektyvnist: osnovni teorii ta pidkhody do rozuminnia poniattia. *Habitus: naukovyi zhurnal*, 42, 132–136. <http://habitus.od.ua/journals/2022/42-2022/22.pdf> [in Ukrainian].
22. Zeng, W., Wu, X., Xu, Y., Wu, J., Zeng, Y., Shao, J., Huang, D., & Zhu, Z. (2021). The impact of general self-efficacy on psychological resilience during the COVID-19 pandemic: The mediating role of posttraumatic growth and the moderating role of deliberate rumination. *Frontiers in Psychology*, 12. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2021.684354>
23. Cann, A., Calhoun, L. G., Tedeschi, R. G., & Solomon, D. T. (2010). Posttraumatic growth and depreciation as independent experiences and predictors of well-being. *Journal of Loss and Trauma*, 15 (3), 151–166. <https://doi.org/10.1080/15325020903375826>
24. Kobets, O., & Kuzmenko, Yu. (2022). Osobysti resursy yak chynnyky pidtrymannia psykholohichnoho blahopoluchchia v umovakh ekzystentsiinykh zahroz. *Visnyk Natsionalnoho universytetu oborony Ukrainy*, 66 (2), 43–49. <https://doi.org/10.33099/2617-6858-2022-66-2-43-49> [in Ukrainian].

Подано до редакції: 20.10.2024.