

Тетяна Брус

СУЧАСНА РОЗРОБКА КОНЦЕПТУ ПОСТТРАВМАТИЧНОГО ЗРОСТАННЯ ПРИ ПОСТТРАВМАТИЧНОМУ СТРЕСОВОМУ РОЗЛАДІ ТА КОМПЛЕКСНОМУ ПОСТТРАВМАТИЧНОМУ СТРЕСОВОМУ РОЗЛАДІ

Анотація

У статті теоретично проаналізовані сучасні наукові погляди на феномен посттравматичного зростання як загально, так і при посттравматичному стресовому розладі та його ускладненій формі. Розглянуто та систематизовано чинники та функції посттравматичного зростання. Виокремлено новий систематизувачий погляд на конструкт посттравматичного зростання та фактори його об'єктивізації на протиположності «суб'єктивному/сприйнятому» та «ілюзорному» посттравматичному зростанню. Продемонстровано ключову різницю розвитку посттравматичного зростання при посттравматичному стресовому розладі та комплексному посттравматичному стресовому розладі. Узагальнено проблематику розвитку посттравматичного зростання при комплексному посттравматичному стресовому розладі та встановлено подальші перспективи емпіричних досліджень.

Ключові слова: посттравматичне зростання, посттравматичний стресовий розлад, комплексний посттравматичний стресовий розлад, резильєнтність, реабілітація, адаптація.

Tetiana Brus

CONTEMPORARY DEVELOPMENT OF THE CONCEPT OF POST-TRAUMATIC GROWTH IN POST-TRAUMATIC STRESS DISORDER AND COMPLEX POST-TRAUMATIC STRESS DISORDER

Abstract

The article provides a theoretical analysis of contemporary scientific views on the phenomenon of post-traumatic growth, both in general and

in relation to post-traumatic stress disorder and its complicated form. The factors and functions of post-traumatic growth are considered and systematized. A new systematic view of the construct of post-traumatic growth and the factors of its objectification is highlighted in contrast to “subjective/perceived” and “illusory” post-traumatic growth. The key difference in the development of post-traumatic growth in post-traumatic stress disorder and complex post-traumatic stress disorder is demonstrated. The issues of post-traumatic growth development in complex post-traumatic stress disorder are summarized, and further prospects for empirical research are established.

Key words: post-traumatic growth, post-traumatic stress disorder, complex post-traumatic stress disorder, resilience, rehabilitation, adaptation.

Вступ
Останні роки важкого життєвого досвіду нашого населення супроводжуються об'єктивно обумовленим зростанням наукового інтересу до широкого кола питань, пов'язаних з травмуючими подіями та їх наслідками для психіки людини. Одним з актуальних конструктів постає концепт посттравматичного зростання, формування якого розпочалось з 90-х років ХХ-го століття. Фокус уваги науковців до умовно позитивних змін і надбань особистості є не лише даністю науки, але й необхідністю у формуванні чіткого наукового фрейму концепції посттравматичного зростання з її розмежуванням на дві автономно існуючі категорії: посттравматичне зростання при посттравматичному стресовому розладі та посттравматичне зростання при комплексному стресовому розладі. Таке твердження та антиципований результат є цілком справедливим у зв'язку з наявністю діагностичної та фактичної різниці між вказаними розладами, що обумовлює й специфіку розвитку посттравматичного зростання в обох окремих випадках. При цьому варто прийняти до уваги той факт, що не кожен випадок травми має потенціал до формування посттравматичного зростання, потребуючи ресурсів адаптації або лише реабілітації. Тож, нормою та критерієм посттравматичного функціонування ніяк не є посттравматичне зростання, але потенціал до його надбання має бути вчасно поміченим та ресурсованим фахівцем психотерапевтичної модальності. При цьому проблемою постає недостатня наукова узгодженість концептуального конструкту посттравматичного зростання особистості з його варіативними особливостями при посттравматичному стресовому розладі та комплексному посттравматичному стресовому розладі, що утруднює подальші розробки ефективних психотерапевтичних інтервенцій сприяння розвитку засад посттравматичного зростання як в цілому, так і для окремих цільових верств населення.

Мета дослідження

Метою дослідження є визначення специфіки посттравматичного зростання особистості на сучасному етапі розвитку психологічної науки з додатковим розмежуванням особливостей посттравматичного зростання при посттравматичному стресовому розладі та при його ускладненій формі

- комплексному посттравматичному стресовому розладі для визначення спрямованості подальших емпіричних досліджень стосовно розробки ефективних психотерапевтичних інтервенцій сприяння розвитку засад посттравматичного зростання.

Методи дослідження: теоретичний аналіз літературних джерел.

Результати та їх обговорення

Останні роки особливого наукового інтересу набули питання, пов'язані із психотерапевтичною допомогою населенню у складних життєвих обставинах, що у своїх подальших пошуках привело до ширшого та ґрунтовнішого розкриття феномену посттравматичного зростання (ПТЗ, РТГ) особистості, яка знаходиться у періоді кризи психоемоційного подолання наслідків травматичного досвіду (Тетеря, & Кротенко, 2023, Назар, 2024, Таценко, 2022, Чемодурова, 2024, Чередниченко, 2025, Милославська, Гуляєва, & Богдановський, 2025a). Набувало обертів й дослідження дотичних концептів до ПТЗ (Котовська, 2023, Кошова, 2021), таких як: зростання, пов'язане зі стресом (постстресове зростання), особистісне зростання (феномен T-S конверсії), особистісний ріст, пов'язаний з кризою (посткризове зростання), постдосвідне зростання (Олійник, 2024), позитивні психологічні зміни, передбачувані переваги, процвітання, позитивна реінтерпретація, черпання сил з труднощів (Shakespeare-Finch, Martinek, Tedeschi, & Calhoun, 2013), самооновлення, позитивний сенс, зростання екзистенційної усвідомленості, квантум зміни, трансформаційний копінг, знаходження користі, відкриття сенсу, позитивні побічні результати, позитивне переосмислення, змагальницьке зростання. На сьогоднішній день науковцями розмежовано поняття ПТЗ з такими дефініціями як: резильєнтність, резильєнтна реінтеграція, позитивна адаптація, психологічний імунітет, психологічне процвітання (Котовська, 2023, Вернік, 2024a).

На сьогоднішній день усталеним є поняття «посттравматичне зростання», впроваджене у класичній однойменній концепції Р. Тедескі та Л. Калхуна (Tedeschi & Calhoun, 1996). Автори розглядають ПТЗ як позитивні особистісні зміни, що виникають у результаті травматичного досвіду та подолання глибоких життєвих криз. Але такий підхід не є єдиним існуючим кутом зору і не є єдиним можливим до осмислення (Гальцева, 2024). Crystal L. Park (2022) пропонує розглядати ПТЗ як процес знаходження або створення нового сенсу після травми, що відбувається через руйнування старих схем («Модель смислового відновлення»). Biram, Noresh, Tuval-Mashiach and Hasson-Ohayon (2024) також додатково пояснюють ПТЗ через погляд на травму як на обставини, в яких руйнуються ілюзії (теорія «зруйнованих припущень») стосовно доброзичливості та передбачуваності світу, власної цінності, невразливості та сенсу життя, що призводить до руйнації базових когнітивних схем (довіри, безпеки, справедливості), але з ймовірною подальшою реконструкцією до можливого ПТЗ.

Johnson та Hobfoll з іншими колегами запропонували дещо інший кут зору на ПТЗ (Johnson et. al., 2007), обґрунтовуючи важливість змін у поведінці людини як індикатора наявності чи відсутності ПТЗ. Вони пропонують розглядати

чинником ПТЗ цілеспрямовані дії у бік такого зростання. Це є важливим компонентом діяльнісного підходу до розвитку особистості, але не може бути ключовим чинником ПТЗ, слугуючи посередником між особистістю та ресурсами посттравматичного зростання.

Таким чином можна побачити, що концепт посттравматичного зростання серед науковців розглядається з різних сторін, що надає з першого погляду наче ширшого розуміння феномену, але у той же час при тривалості суперечливих або паралельно проходять міркувань різних авторів криза невизначеності суті феномену ризикує призвести до наукової неузгодженості стосовно питання чіткого фрейму того, що потребує глибших спостережень та емпіричних досліджень для просування у якісно змістовнішому напрямі. Тож, у нинішніх поглядах на ПТЗ варто виділити спільний наратив про те, що постратравматичне зростання з'являється там, де з'являються суттєві зміни у тріаді «Я-світ-життя» з можливістю покращеного функціонування людини у цій системі.

Але покращене функціонування людини може бути наслідком не лише посттравматичного зростання, а також і адаптації та реабілітації, які також мають за мету більш ресурсне проживання життя людиною, яка зазнала впливу травматичного досвіду. Тож переходимо до розмежування конструктів, які є найбільш дискусійними на сьогоднішній день у своєму співставленні задля вичерпного розуміння вектору руху у розвитку стратегії дослідження ПТЗ як повністю автономного феномену і конструкту об'єкту психотерапевтичного сприяння.

Поняття позитивної адаптації є широкоживаним як у науковій, так і практичній діяльності психологів та психотерапевтів. Воно межує (Бацилева, 2024) і навіть періодично не диференціюється з поняттями посттравматичного зростання та резильєнтності (Вернік, 2024b). Для чіткого розмежування цих понять варто зробити акцент на ключових аспектах, які відрізняють їх одне від одного. Так, під адаптацією можливе розуміння потенціалу людини щодо пристосування до змін у внутрішній або/та навколишній ситуації. При цьому адаптація може бути наслідком того, що було задіяно або ж не задіяно ресурс резильєнтності особистості, не виключаючи ймовірності існування обох процесів одночасно у часовому та психічному континуумі. При цьому, постратравматичне зростання може бути «конкретним надбанням» особистості до процесів адаптації та резильєнтності, коли процеси переходять до особистісних трансформацій і виходять за межі згаданих конструктів. Хоча резильєнтність численна кількість авторів розглядає як чинник, підґрунття та навіть умову ПТЗ, опонуючи тезу про те, що високий рівень резильєнтності зворотно корелює з рівнем ПТЗ, сучасне дослідження цього питання в умовах війни не показало встановленого факту впливу резильєнтності на ПТЗ (Музичко, 2024). Адаптація ж у контексті цілеспрямованого фахового сприяння цільовим фокусом уваги має допомогу людині пристосуватись до змін - фокус уваги на «зможти поратись тут і зараз». При цьому реабілітація слугує оптимізації функціонування людини, тобто відновлення або відтворення конкретних функцій і ролей (Negrini et. al., 2022) -

фокус уваги на минуле, на передуючі травми можливості. Замало мати ефективні інтервенції сприяння адаптації та реабілітації у ситуаціях наявності ресурсної готовності людини до більш пролонгованих і орієнтованих на позитивний модус антиципованого майбуття змін. Сприяння ПТЗ полягає у створенні достатніх умов для актуалізації власного ресурсного потенціалу подолання життєвих криз з переходом до якісно нової життєвої ситуації завдяки особистісним трансформаціям - фокус уваги на нове майбутнє з новими можливостями для людини.

Посттравматичне зростання як «феномен процесу розвитку особистості» не є даністю, як і особистісний ріст, бо не є необхідною умовою і запорукою виживання людини. Тому не всі можуть досягти цього результату надбань з виходом із «поля травми». Дослідженнями встановлено, що в середньому поширеність помірного або високого рівня посттравматичного зростання (ПТЗ) серед людей, які пережили травматичні події, становить орієнтовно 52,58% (Wu et. al., 2019) - як без додаткових втручань, так і з ними. Отже, ПТЗ хоч і не є критично важливим надбанням у життєвій історії людини, саме воно все ж таки є можливістю, дарованою природою людської психіки, до задіяння якої можна крокувати науково обґрунтованими кроками.

Важливим компонентом у розгляді конструкту ПТЗ є його опосередкованість низкою чинників: характеристика травми, наявність чи відсутність соціальної підтримки у досвіді та під час травматизації, особистісні характеристики тощо (Немець, 2025, Chen, Wang, Liu, Wu, Wang, 2024)

Так, суб'єктивне сприйняття події та її значення, інтенсивність та тип травмуючої події впливають на міру усвідомленої загрози життю та проживання відчуття безпорадності, що в подальшому має вплив не лише на ймовірність «застрягання у травматичному досвіді» (Кучеренко, Широкова, & Півень, 2024), але й сприятиме чи навпаки унеможливлуватиме розвиток ПТЗ. Помірна тяжкість травми частіше сприяє зростанню, ніж крайня деструкція, а соціальна підтримка на пряму корелює з показниками ПТЗ (Осьодло, & Зубовський, 2021a, Simsir, & Dilmac, 2021a).

Климчук В. О. (2021a) серед предикторів та чинників ПТЗ називає наступні: характеристики травми, характеристики особи, характеристики середовища, виділяючи спроможність особи здійснити когнітивне опрацювання травматичних подій як найбільш впливаючий чинник ПТЗ (Clout, Kannis-Dymand, & McDonald, 2024). Дещо перетинаються у своїх висновках результати дослідження L. Prekazi (2021) та V. Hajrullahu, де «relating to others, new possibilities and personal strength» (покладання на інших, нові можливості та особистісна сила) показали найбільший вплив на ПТЗ через ефективну когнітивну переробку та копінг-стратегії.

У сучасних дослідженнях (Готич, 2023, Clout et.al., 2024) акцент також зроблено на когнітивній переробці травматичного досвіду, окрім зв'язку з особистісною значущістю події та її травмуючою силою і мірою сприйнятого стресу, як умови розвитку ПТЗ. Але пошуки науковців прояснюють й інші детермінуючі

ПТЗ аспекти, серед яких: соціальна підтримка (Belov, Markova, & Markov, 2025), успішна ресоціалізація, суспільне визнання, рівень осмислення особистістю свого минулого - «інтеграція травматичного досвіду у життєву історію» та важливість особистого життєвого нарративу і ментативу досвіду (Tytarenko, 2020, Климчук, 2021b), особистісні цінності (Simsir, & Dilmac, 2021b), опора на єдність процесів ПТСП та ПТЗ як єдиного циклу посттравматичного розвитку (Lushyn, & Sukhenko, 2021), соціально-економічний статус, освіта, вік (Joseph, 2021), резильєнтність (Кетлер-Митницька, 2023), розвиток стресостійкості та здатність до швидкої адаптації (Чудакова, 2024a), риси емоційного інтелекту (Милославська, et al., 2025), майндфулнес (Chen et al., 2024), гендерна різниця (Братців & Гупаловська, 2023a). Ці чинники взаємодіють з індивідуально-психологічними характеристиками особистості (Демченко, 2024), які відіграють також значну роль у набутті ПТЗ: з екстраверсією, диспозиційним оптимізмом, відкритістю до нового досвіду (Кокун, 2025, Осьодло, & Зубовський, 2021b), релігійністю та копінг-стратегіями (Ганаба, 2023a, Belov et al., 2025), хоробрістю, силою духу та завзяттям.

Додатково науковцями виділяються ресурси, які за їх спостереженнями також сприяють трансформації травматичного досвіду у посттравматичне зростання: надія (Дарвішов, 2024), кохання, релігійність та молитва зокрема (Ганаба, 2023b, Li, Luo, Yan, & Liang, 2023, Yang, 2023).

Тож, основними загальними детермінантами ПТЗ на сьогоднішній день вважаються: позитивна переінтерпретація та прийняття як стратегії копіngu, соціальна підтримка, в чому прослідковується трирівнева диференціація з можливим розмежуванням чинників ПТЗ на: внутрішньоособистісні, зовнішньосоціальні, цільові терапевтичні. Також важливо наголосити на виявлених чинниках, що перешкоджають посттравматичному зростанню: відсутність соціальної підтримки, тривалий вплив стресу, відсутність сенсу життя, негативні когнітивні патерни, фізичні ускладнення (Чудакова, 2024b).

До ресурсних функцій ПТЗ (Ткаченко, 2023, Шахов, 2025) можна віднести те, що останніми роками знаходиться у фокусі уваги науковців у погляді на ПТЗ як на: прийняття тяжкої хвороби, запорука забезпечення психологічного здоров'я особистості, компонент психологічної стійкості, відновлення функціонування з приростом, компонент стресостійкості, чинник адаптації до кризи, адаптаційний ресурс, баланс втрат і здобутків, усвідомлення глибшого сенсу та переоцінки життя, процес розвитку під впливом стресорів, відношення до травматичної події, чинник самоактуалізації, компонент психологічної безпеки, чинник профілактики залежної поведінки, пошук сенсу життя, чинник зменшення проявів девіантної поведінки. Широта цих бачень говорить про значну та варіабельну участь ресурсу посттравматичного зростання у житті людини.

Отже, ПТЗ - це посткризове структурне надбання особистості, яке полягає у функціональній зміні особистісної готовності до задіяння власного потенціалу, не розкритого до настання травмуючих життєвих обставин. Таке надбання формується за природнім механізмом розвитку, принципи якого

описав в своєму підході Лев Семенович Виготський (Папуча, 2018). Таким чином, ПТЗ як «надбання розвитку особистості» - це результат появи «новоутворення» («новоутворення - якісний стрибок у розвитку, що характеризує новий етап», концепція Виготського Л. С.), яке здатна зпродукувати психіка в кризових умовах, долаючи виклики життя та трансформуючись у відповідності до власного потенціалу та антиципованого майбуття. Погляд на «новоутворення» у його співвідношенні із посттравматичним надбанням у процесі зростання ґрунтується на розумінні, що новоутворення можуть слугувати для накопичення ресурсу особистості у травматичному періоді, що в свою чергу є передумовою переходу до посттравматичного зростання.

Поява новоутворення відбувається за участі власного потенціалу до змін та певних сприятливих чинників навколишнього середовища - достатніх умов для ресурсування цього процесу. Таке новоутворення у структурі особистості є новою гранню ідентичності, яка є надбанням у ситуації розвитку ПТЗ, і також носієм ресурсу позитивного модусу антиципування, який є частиною життєтворчості особистості, а отже - виходу з поля травми у простір власної спроможності, особистісної компетентності. У такому контексті ПТЗР буде асоціюватись із застряганням у кризі, де процес формування новоутворення став ускладненим тими чи іншими обставинами, певними несприятливими умовами, що опосередкували опрацювання досвіду тяжких життєвих обставин.

Тож, ПТЗ - це прогресивний результат психоемоційного опрацювання досвіду травмуючих життєвих обставин, якому сприяє поява нової грані ідентичності особистості як новоутворення у процесі її розвитку при подоланні внутрішньоособистісних суперечностей, викликаних психотравмою. Проміжною ланкою, опосередковуючою цю динаміку, є вмотивованість особистості до виходу з «поля травми» та позитивних змін, що, на жаль, не завжди спостерігається у постраждалих.

Важливими до виокремлення є параметри, які суттєво характеризують посттравматичне зростання особистості по мірі виникнення змін після зіткнення з травмуючими життєвими обставинами. До них відноситься: агентність, ідентичність особистості та позитивний модус життєвої антиципації. До вказаних параметрів входять і проміжні, які витікають з них або тісно пов'язані з ними, такі як: самооцінка, локус каузальності, Я-концепція, діяльнісна позиція тощо. Також важливо по-новому подивитись на підхід до розгляду конструкту ПТЗ, який пов'язують з певними позитивними змінами у різних життєвих сферах.

Прив'язка до життєвих сфер є недоцільною у зв'язку з тим, що безпосередні «позитивні» (суб'єктивні за оцінкою людини, чи «позитивні» в контексті кращого розкриття потенціалу людини) зміни мають відбутись саме у внутрішньому світі, психоемоційному просторі людини. А отже - на які сфери життя та як саме це вплине, має бути індивідуалізованим параметром в гнучкій саморефлексивній оцінці людини (суб'єктивна частина спостережень феномену ПТЗ) та фахівця, коли мова йде про безпосереднє психотерапевтичне сприяння розвитку ПТЗ (об'єктивна частина спостережень).

Посттравматичне зростання також розглядається як «виявлення та присвоєння собі змін після травматичного досвіду». Але таке сприйняття переспрямовує увагу на результат у відриві від каузальності процесу розвитку ПТЗ. Пасивна роль спостерігача применшує його роль у набутті власного посттравматичного зростання, що є помилкою, когнітивним викривленням. Важливо визнавати суб'єктну ресурсність, що стає рушійною силою, спрямовуючою до саморозвитку та покращення власного життя. Такими суб'єктними ресурсами, в першу чергу, є потенціал задоволення системи власних потреб, з яким народжується людина. Саме цей потенціал і має бути вивільненим з-під «уламків травм». І саме цей потенціал і може служити чинником ПТЗ через повернення до власної суб'єктності, контакту з власною автентичністю, виходу з дисоціації та невротизації як наслідку психотравматичного досвіду. Також, якщо наявність ПТЗ прив'язувати до «виявлення та приписування собі», тобто до усвідомлення його наявності - буде втрачено бачення ПТЗ як такого, яке дійсно стосується змін, бо когнітивна констатація зможе замінювати його фактичний розвиток у тих випадках, коли власних ресурсів забракло, але була не задіяною можливість цілеспрямованої психотерапевтичної допомоги через сприяння розвитку ПТЗ. Тобто, необхідне фахове зосередження саме на «об'єктивному ПТЗ» (Objective PTG), коли увага до «суб'єктивного/сприйнятого ПТЗ» (Perceived PTG) має бути об'єктом фахової уваги задля того, щоб диференціювати фактичні зміни та конструкти, зпродуковані когнітивним викривленням, магічним мисленням, психологічними захистами тощо. Тож, констатація у самозвітуванні ПТЗ не завжди відображає реальне психологічне відновлення та приріст.

Науковці виокремлюють ще «ілюзорне» (Illusory PTG) або компенсаторне зростання (Boals, 2023), коли людина формально демонструє духовно-філософські висновки як надбання після досвіду травми, але без реальної інтеграції травматичного досвіду в особистісний наратив та тим паче без новоутворень у структурі ідентичності, які мали б ознаки розширення. Саме ця «форма ПТЗ» є проявом психологічних захистів та когнітивних викривлень. Це додатково свідчить про те, що ПТЗ не є автоматичним наслідком навіть за наявності глибоких травм.

Саме у кризові періоди життя у конфронтації з тим, що поки що є «більшим за тебе», людина має можливість розкрити власний потенціал, спроможність, особистісну «потужність та ємність», стаючи більшою за це, переростаючи власні страхи та розширюючи само- та світосприйняття.

У наукових працях вітчизняних науковців за останні роки феномен ПТЗ розглядається для різних категорій населення: жертви травмуючих подій, воєнні та їх сім'ї, соматично хворі, біженці та внутрішньопереміщені особи. При цій широті тематик, феномен ПТЗ вивчається в останні роки здебільшого у межах загальної травматизації внаслідок різних тяжких життєвих обставин та проблематики посттравматичного стресового розладу, тож до сих пір бракує наукового осмислення питання ПТЗ при комплексному посттравматичному стресовому розладі (кПТСР, 6B41, блок L1-6D4, МКХ-11), що є суттєвою

науковою прогалиною нашого часу в умовах, де травматичний досвід дитинства та повторюваних травматичних подій у досвіді став проваллям, яке унеможливило відчуття опору у актуальних загрозливих життєвих подіях з численними травмами та втратами війни.

Також недостатньо вивченим є вектор ПТЗ у жінок при тому, що ПТЗ у жінок та чоловіків мають дещо різну динаміку, що пов'язується з різницею у переживанні травмуючих ситуацій (Братців, 2023). При цьому науковці виділяють, що ПТЗ у жінок утруднене, як і те, що вони рідше відчують антиципацію подій, що є суттєвим фактором утрудненості надбання ПТЗ через нестачу мотивуючого та ресурсного впливу позитивного модусу антиципування. Це створює актуальну значущість розробки змісту та емпіричного дослідження методологічної розробки психотерапевтичних інтервенцій сприяння розвитку ПТЗ у жінок з кПТСР. Локус уваги спрямовується при цьому у ще більш глибоку специфіку питання - у сприяння ПТЗ при кПТСР у жінок з дитячим досвідом насильства у сім'ї.

КПТСР як окрема категорія діагностики була введена до МКХ-11 для виокремлення від ПТСР порушень, спричинених досвідом тривалих або повторюваних подій, яких важко або неможливо уникнути (Brewin et al., 2017). Значущими наслідками такого досвіду прийнято вважати: проблеми в регулюванні афекту; стійке уявлення про себе як про принижено, розчавлену або нікчемну людину, що супроводжується відчуттями сорому, провини або поразки; труднощі в підтримці стосунків та у переживанні відчуття близькості до інших людей. Суттєву роль у розвитку КПТСР часто відіграють саме ранні травми дитинства. Також досвід насильства в дитинстві як потужний предиктор розвитку КПТСР розглядають дослідники сучасності, виокремлюючи «мішенями травмування» самооцінку, емоційну регуляцію та відчуття базової безпеки (Melegkovits et.al., 2022, Deitz, 2024, Zhang, Wu, Liu, & Liu, 2025,). Але на даний час ще недостатньо систематизовано дані про психотерапевтичні умови сприяння позитивній трансформації досвіду КПТСР до форми розвитку ПТЗ.

Сучасні дослідження показали, що хоча травмофокусована терапія у нинішніх алгоритмах є ефективною як при ПТСР так і при КПТСР (Philipps, Silbermann, Morawa, Stemmler, & Erim, 2019), при КПТСР спостерігається вищий рівень функціональних порушень, що потребує більш тривалої психотерапевтичної допомоги, але при цьому навіть при достатньо успішних зафіксованих результатах терапії випадки КПТСР можуть мати ускладнення у прояві соматоформних симптомів, а високий рівень провини і сорому, властивим даному розладу, стрімко знижує рівень ПТЗ (Jarašiūnaitė-Fedosejeva et.al., 2024).

Таким чином, незважаючи на наявність окремих напрацювань щодо ПТЗ, КПТСР та психологічних наслідків дитячого насильства, у сучасній психологічній науці відсутні комплексні емпіричні дослідження, що вивчають процес психотерапевтичного сприяння розвитку посттравматичного зростання у жінок з КПТСР, зумовленим досвідом сімейного насильства у дитинстві. Необхідною є також розробка, апробація та впровадження психотерапевтичних інтервенцій,

чутливих до особливостей саме цієї цільової групи.

ВИСНОВКИ

Ключовим аспектом сучасної концептуалізації поняття посттравматичного зростання є його розгляд як конструкту з якісно новим та функціонально значущим надбанням у структурі особистості, обумовленим динамічністю природи людської психіки та її потенціалу до трансформації у нормативних та ненормативних життєвих кризах, зокрема у наслідках травматичних життєвих обставин, в яких певна частина людей здатна набувати саморозкриття, формування нових граней особистості та особистісної трансформації.

Розмежовано конструкти посттравматичного зростання, адаптації та реабілітації задля окреслення чітких меж наповнення та диференціації цих процесів у зв'язку із загальнорозповсюдженим використанням термінів «адаптація» та «реабілітація у контексті розкриття змісту позитивних наслідків феномену посттравматичного зростання, що створює певну нерозрізнену єдність цих процесів і може ускладнювати подальші розробки змісту даних конструктів як автономних процесів та засобів впливу зокрема. Посттравматичне зростання розмежовується з адаптацією та реабілітацією тим, що адаптація надає можливостей впоратись з актуальним дискомфортом задля відновлення умов гомеостазу, реабілітація допомагає відновити втрачене до актуально можливого рівня, а ПТЗ надає нових можливостей руху у своє майбуття.

Основними загальними детермінантами ПТЗ на сьогоднішній день вважаються: позитивна переінтерпретація як когнітивна складова і переосмислення досвіду, прийняття як стратегія копінгу та соціальна підтримка. Тож, чинники ПТЗ проявляються у трьох категоріях: внутрішньоособистісні, зовнішньосоціальні та цільові терапевтичні. Антагоністичними до ПТЗ чинниками є: відсутність соціальної підтримки, тривалий вплив стресу, відсутність сенсу життя, негативні когнітивні патерни та фізичні ускладнення.

У посттравматичному розвитку особистості виокремлено надбання, які характеризують об'єктивну форму ПТЗ: агентність, ідентичність особистості та позитивний модус життєвої антиципації, та містять проміжні конструкти, розвиток позитивного модусу яких є запорукою розвитку ПТЗ: самооцінка, локус каузальності, Я-концепція, діяльнісна позиція.

Розвиток ПТЗ при кПТСР є ускладненим у порівнянні з ПТСР. Це потребує додаткових емпірично обґрунтованих методологічних розробок сприяння розвитку ПТЗ при кПТСР, зокрема у жінок з дитячим сімейним досвідом психоемоційного насилля як фактором додаткової вразливості та відсутності опору на позитивне минуле.

ЛІТЕРАТУРА

1. Бацилева, О. В. (2024). Посттравматичне зростання як адаптаційний ресурс особистості в умовах сьогодення. У О. В. Бацилева (Ред.), *Особистісні та ситуативні детермінанти здоров'я в умовах війни* (с. 20–22). Інститут психології імені Г. С. Костюка НАПН України. <https://dspace>.

hnpu.edu.ua/handle/123456789/17663

2. Белов, О. О., Маркова, М. В., & Марков, А. Р. (2025). Посттравматичне зростання: дослідження взаємодії інтра- та інтерпсихічних ресурсів особистості. *Психіатрія, неврологія та медична психологія*, 12(1(27)), 22–36. <https://doi.org/10.26565/2312-5675-2025-27-02>
3. Братців, В., & Гупаловська, В. (2023). Гендерні особливості посттравматичного зростання. У *Scientific practice: Modern and classical research methods* (с. 336–339). *Primedia eLaunch & European Scientific Platform*. <https://doi.org/10.36074/logos-22.12.2023.093>
4. Вернік, О. Л. (2024). Посттравматичне зростання і стратегії життєдіяльності особистості. У С. Д. Максименко, & В. В. Турбан (Ред.), *Наукова спадщина української психології: єдність минулого та теперішнього* (с. 78–80). Інститут психології імені Г. С. Костюка НАПН України. <https://surl.li/dhndxe>
5. Гальцева, Т. О. (2024). Концепція посттравматичного зростання: моделі та практики. У Л. М. Пріснякова (Ред.), *Особистість у кризових умовах сучасності. Травматизація та реабілітація*. ЛІРА. <https://surl.li/jhtcdt>
6. Ганаба, С. О. (2023). Відновлення та посттравматичне зростання особистості: модель “BASIC Ph”. В *Актуальні проблеми психологічного забезпечення службової діяльності працівників правоохоронних органів* (с. 162–165). Державний науково-дослідний інститут МВС України. <https://dspace.nadpsu.edu.ua/handle/123456789/3281>
7. Готич, В. О. (2023). Теоретичні підходи до феномену посттравматичного зростання. У І. В. Жукова, & Є. О. Романенко (Ред.), *Сучасні аспекти модернізації науки: стан, проблеми, тенденції розвитку* (с. 318–322). ГО «ВАДНД». <https://surl.li/mgckfa>
8. Дарвішов, Н. Р. (2024). Особистісноцентрований підхід до посттравматичного зростання. У В. С. Бліхар (Уклад.), *Психологія особистості фахівця в умовах воєнного часу та поствоєнної реабілітації* (с. 94–98). Львівський державний університет внутрішніх справ. <https://ndeks.lviv.ua/pdf/15.11.2024.pdf>
9. Демченко, Н. (2024). Вплив ресурсних сторін на процеси посттравматичного зростання. У В. Ф. Пузирний (Ред.), *Інтеграція теорії у практику: проблеми, пошуки, перспективи в умовах євроінтеграційних процесів* (Т. 1) (с. 165–169). Пенітенціарна академія України. <https://surl.li/lkzptu>
10. Кетлер-Митницька, Т. С. (2023). Резильєнтність як чинник посттравматичного зростання в умовах війни. В *Актуальні проблеми права, психології та педагогіки в умовах війни* (с.194–196). Білоцерківський НАУ. <https://surl.li/btdaig>
11. Климчук, В. О. (2021). *Психологія посттравматичного зростання*. (2-ге вид., переробл. і допов.). Імекс-ЛТД. <https://surl.li/yabfld>
12. Кокун, О. М. (2025). Життєстійкість і резильєнтність людини в сучасному світі: теорія, дослідження, практика. *Інститут психології імені Г. С. Костюка НАПН України*. <https://fp.udu.edu.ua/images/naykovtchi/kokun.pdf>
13. Котовська, Ю. О. (2023). Аналіз співвідношення поняття «посттравматичне зростання» та суміжних із ним понять. *Наукові записки Національного університету «Острозька академія». Серія «Психологія»*, (16), 44–52. <https://doi.org/10.25264/2415-7384-2023-16-44-52>
14. Кошова, І. В. (2021). До проблеми вивчення посттравматичного особистісного росту. У М. В. Папуча (Ред.), *Психологічні проблеми особистості на сучасному етапі розвитку суспільства* (с. 113–116). НДУ ім. М. Гоголя. <https://surl.li/thbrwm>
15. Кучеренко, Є., Широкова, А., & Півень, Л. (2024). Посттравматичний розвиток як лімінальний процес у теорії та практиці психосинтезу. *Журнал соціальної та практичної психології*, (4), 67–73. <https://doi.org/10.32782/psy-2024-4-11>
16. Милославська, О. В., Гуляєва, О. В., & Богдановський, С. О. (2025). Медіаторна роль рис

- емоційного інтелекту у взаємозв'язку між колективною травмою та посттравматичним зростанням. *Вісник Харківського національного університету імені В. Н. Каразіна. Серія «Психологія»*, (78), 60–66. <https://doi.org/10.26565/2225-7756-2025-78-09>
17. Музичко, Л. (2024). Резильентність і посттравматичне зростання особистості внаслідок стресу. *Журнал соціальної та практичної психології*, (3), 44–49. <https://doi.org/10.32782/psy-2024-3-7>
 18. Назар, Ю. (2024). Аксіопсихологічна модель посттравматичного зростання особистості. *Психологічний журнал*, 13, 24–35. <https://doi.org/10.31499/2617-2100.13.2024.314999>
 19. Немець, Ю. В., & Тесленко, М. М. (2025). Індивідуальні особливості як чинник посттравматичного зростання. У *Тези 77-ї наукової конференції професорів, викладачів, наукових працівників, аспірантів та студентів університету* (Т. 2) (с. 219–221). Національний університет імені Юрія Кондратюка. <https://reposit.nupp.edu.ua/handle/PolNTGU/18963>
 20. Олійник, В. О. (2024). Стратегії розвитку постдосвідного зростання (на основі філософських поглядів Ігоря Козловського). У І. В. Данилюк, Г. К. Юрчинська, Н. І. Погорільська, & Б. Б. Іваненко (Ред.), *Психологічне здоров'я особистості в контексті процесів глобалізації: методологія дослідження, реалії та перспективи*. (с. 146–149). ЦП «КОМПРИНТ».
 21. Осьодло В., & Зубовський Д. (2021). Ситуаційно-демографічні детермінанти прояву посттравматичного зростання учасників АТО. *Проблеми екстремальної та кризової психології*, 1(1), 17–33. <https://doi.org/10.52363/dcpp-2021.1.2>
 22. Папуча, М. В. (Ред.). (2018). *Психологія людини: Л. С. Виготський та сучасна наука*. НДУ ім. М. Гоголя. <https://surl.li/uinywq>
 23. Таценко, А. О. (2022). Теоретичні основи посттравматичного зростання особистості. *Наукові перспективи*, 4(22), 372–381. [https://doi.org/10.52058/2708-7530-2022-4\(22\)-372-381](https://doi.org/10.52058/2708-7530-2022-4(22)-372-381)
 24. Тетеря, К., & Кротенко, В. (2023). Теоретичні аспекти травматичного досвіду. Посттравматичний стресовий розлад і феномен посттравматичного зростання. У Р. Павелків, Н. Корчакова, & В. Безлюдна (Упоряд.), *Соціально-психологічна реабілітація ветеранів* (с. 119–121). РДГУ. <https://surl.li/rcclyu>
 25. Ткаченко, О. А. (2023). Посттравматичний розвиток як методологічний орієнтир подолання ПТСР. У *Методи та засоби психологічної допомоги постраждалим у подоланні ПТСР* (с. 225–228). Інститут психології ім. Г. С. Костюка НАПН України. <https://files.znu.edu.ua/files/Bibliobooks/Inshi75/0055634.pdf>
 26. Чемодурова, Ю. М. (2024). Психологічні моделі феномену посттравматичного зростання особистості. *Вчені записки ТНУ імені В. І. Вернадського. Серія: Психологія*, 35(74), 28–33. <https://doi.org/10.32782/2709-3093/2024.4/05>
 27. Чередниченко, Т. В. (2025). Посттравматичне зростання особистості як психологічний феномен. *Проблеми екстремальної та кризової психології*, 1(9), 70–78. <https://doi.org/10.52363/dcpp-2025.1.6>
 28. Чудакова, В. П. (2024). Основні чинники, що впливають на посттравматичне зростання особистості, та роль в його реалізації «технології психологічної підтримки і самопомоги у подоланні наслідків травмуючих ситуацій, розвитку стресостійкості та здатності до швидкої адаптації». У С. Д. Максименко, & В. В. Турбан (Ред.), *Наукова спадщина української психології: єдність минулого та теперішнього* (с. 73–75). Інститут психології імені Г. С. Костюка НАПН України. <https://surl.li/nnnycd>
 29. Шахов, В. (2025). Посттравматичне зростання як шлях подолання наслідків травматичних подій. У М. В. Трофименко (Ред.), *Актуальні проблеми науки та освіти* (с. 261–265). Маріупольський державний університет. <https://surl.li/otluoq>
 30. Biram, S. A., Horesh, D., Tuval-Mashiach, R., & Hasson-Ohayon, I. (2024). World assumptions and post traumatic symptoms: The moderating role of metacognition. *European Journal of Trauma &*

Dissociation, 8(1), Article 100389. <https://doi.org/10.1016/j.ejtd.2024.100389>

31. Brewin, C. R., Cloitre, M., Hyland, P., Shevlin, M., Maercker, A., Bryant, R. A., Humayun, A., Jones, L. M., Kagee, A., Rousseau, C., Somasundaram, D., Suzuki, Y., Wessely, S., van Ommeren, M., & Reed, G. M. (2017). A review of current evidence regarding the ICD-11 proposals for diagnosing PTSD and complex PTSD. *Clinical Psychology Review*, 58, 1–15. <https://doi.org/10.1016/j.cpr.2017.09.001>
32. Boals, A. (2023). Illusory posttraumatic growth is common, but genuine posttraumatic growth is rare: A critical review and suggestions for a path forward. *Clinical Psychology Review*, 103, Article 102301. <https://doi.org/10.1016/j.cpr.2023.102301>
33. Clout, E., Statham, D. J., Human, B., Allen, A., & Kannis-Dymand, L. (2024). The role of rumination and metamemory beliefs in posttraumatic growth and posttraumatic stress. *Discover Psychology*, 4(1), Article 109. <https://doi.org/10.1007/s44202-024-00208-4>
34. Chen, D., Wang, P., Liu, L., Wu, X., & Wang, W. (2024). Mindfulness affected post-traumatic stress symptoms and post-traumatic growth: *Adaptive and maladaptive sides through traumarelated shame and guilt*. *PsyCh Journal*, 14(2), 290–298. <https://doi.org/10.1002/pchj.798>
35. Deitz, A. H. H. (2024). Self-compassion, childhood emotional neglect, and posttraumatic growth: Parental well-being during COVID-19. *Journal of Affective Disorders*, 350, 504–512. <https://doi.org/10.1016/j.jad.2024.01.130>
36. Jarašiūnaitė-Fedosejeva, G., Kniežaitė, J., Sakalauskienė, E., Ayers, S., Bogaerts, A., & Riklikienė, O. (2024). Guilt-and shame-proneness, birth-related post-traumatic stress and post-traumatic growth in women with preterm birth. *INQUIRY: The Journal of Health Care Organization, Provision, and Financing*, 61. <https://doi.org/10.1177/00469580241299604>
37. Johnson, R. J., Hobfoll, S. E., Hall, B. J., Canetti-Nisim, D., Galea, S., & Palmieri, P. A. (2007). Posttraumatic growth: Action and reaction. *Applied Psychology*, 56(3), 428–436. <https://doi.org/10.1111/j.1464-0597.2007.00296.x>
38. Joseph, S. (2021). Posttraumatic growth as a process and an outcome: Vexing problems and paradoxes seen from the perspective of humanistic psychology. *The Humanistic Psychologist*, 49(2), 219–239. <https://doi.org/10.1037/hum0000156>
39. Li, D., Luo, J., Yan, X., & Liang, Y. (2023). *Complex posttraumatic stress disorder (CPTSD) as an independent diagnosis: Differences in hedonic and eudaimonic well-being between CPTSD and PTSD*. *Healthcare*, 11(8), Article 1188. <https://doi.org/10.3390/healthcare11081188>
40. Lushyn, P., & Sukhenko, Y. (2021). *Post-Traumatic Stress Disorder and Post-Traumatic Growth in Dialectical Perspective: Implications for Practice*. *East European Journal of Psycholinguistics*, 8(1), 57–69. <https://doi.org/10.29038/eejpl.2021.8.1.lus>
41. Melegkovits, E., Blumberg, J., Dixon, E., Ehntholt, K., Gillard, J., Kayal, H., Kember, T., Ottisova, L., Walsh, E., Wood, M., Gafoor, R., Brewin, C., Billings, J., Robertson, M., & Bloomfield, M. (2022). *The effectiveness of trauma-focused psychotherapy for complex post-traumatic stress disorder: A retrospective study*. *European Psychiatry*, 66(1), 1–36. <https://doi.org/10.1192/j.eurpsy.2022.2346>
42. Negrini, S., Selb, M., Kiekens, C., Todhunter-Brown, A., Arienti, C., Stucki, G., & Meyer, T. (2022). Rehabilitation definition for research purposes: A global stakeholders' initiative by Cochrane Rehabilitation. *American Journal of Physical Medicine & Rehabilitation*, 101(7). <https://doi.org/10.1097/phm.0000000000002031>
43. Park, C. L. (2022). *Meaning making following trauma*. *Frontiers in Psychology*, 13, Article 844891. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2022.844891>
44. Philipps, A., Silbermann, A., Morawa, E., Stemmler, M., & Erim, Y. (2019). Effectiveness of a multimodal, day clinic group-based treatment program for trauma-related disorders: Differential therapy outcome for complex PTSD vs. non-complex trauma-related disorders. *Frontiers in Psychiatry*, 10. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2019.00800>

45. Prekazi, L., Hajrullahu, V., Bahtiri, S., Kryeziu, B., Hyseni, B., Taganoviq, B., & Gallopeni, F. (2021). The impact of coping skills in post-traumatic growth of healthcare providers: When mental health is deteriorating due to COVID-19 pandemic. *Frontiers in Psychology*, 12. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2021.791568>
46. Shakespeare-Finch, J., Martinek, E., Tedeschi, R. G., & Calhoun, L. G. (2013). A qualitative approach to assessing the validity of the posttraumatic growth inventory. *Journal of Loss and Trauma*, 18(6), 572–591. <https://doi.org/10.1080/15325024.2012.734207>
47. 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>
48. Tytarenko, T. M. (2020). Person's life changing after trauma: A narrative analysis. Personality in society: psychological mechanisms of activity. In N. P. Hapon, A. O. Vovk, S. L. Hrabovska, N. V. Hrebin, A. Shyroka, V. A. Hupalovska, N. I. Zhyhaylo, L. V. Ryzhak, H. V. Katolyk, I. I. Snyadanko, & T. M. Tytarenko *Personality in society: Psychological mechanisms of activity* (pp.139–154): Liha-Pres. <https://doi.org/10.36059/978-966-397-209-1/139-154>
49. Wu, X., Kaminga, A. C., Dai, W., Deng, J., Wang, Z., Pan, X., & Liu, A. (2019). The prevalence of moderate-to-high posttraumatic growth: A systematic review and meta-analysis. *Journal of Affective Disorders*, 243, 408–415. <https://doi.org/10.1016/j.jad.2018.09.023>
50. Yang, C. Y., Chiang, Y.-C., Wu, C.-L., Hung, S.-K., Chu, T.-L., & Hsiao, Y.-C. The mediating role of spirituality in the relationships between posttraumatic stress and posttraumatic growth among patients with cancer: A cross-sectional study. *Asian Oncology Nursing Society*, 10(5), Article 100221. <https://doi.org/10.1016/j.apjon.2023.100221>
51. Zhang, L., Wu, X., Liu, M., & Liu, A. (2025). Relationship between complex posttraumatic stress disorder symptoms and posttraumatic growth among adolescents and emerging adults with adverse childhood experiences. *Psychological Trauma: Theory, Research, Practice, and Policy*. <https://doi.org/10.1037/tra0001932>

REFERENCES

1. Batsylieva, O. V. (2024). Posttravmatychnе zrostannia yak adaptatsiinyi resurs osobystosti v umovakh sohodennia [Post-traumatic growth as an adaptive resource for individuals in today's world]. In O. V. Batsylieva (Eds.), *Osobystisni ta sytuatyvni determinanty zdorovia v umovakh viiny* (pp. 20–22). G. S. Kostiuk Institute of Psychology NAES of Ukraine <https://dspace.hnpu.edu.ua/handle/123456789/176631> [In Ukrainian].
2. Belov, O. O., Markova, M. V., & Markov, A. R. (2025). Posttravmatychnе zrostannia: doslidzhennia vzaiemodii intra- ta interpsykhichnykh resursiv osobystosti [Post-traumatic growth: a study of the interaction of intra- and interpersonal resources]. *Psychiatry, Neurology and Medical Psychology*, 12(1(27)), 22–36. <https://doi.org/10.26565/2312-5675-2025-27-02> [In Ukrainian].
3. Brattsiv, V. & Hupalovska, V. (2023). Henderni osoblyvosti posttravmatychnoho zrostannia [Gender characteristics of post-traumatic growth]. In *Scientific practice: Modern and classical research methods* (pp. 336–339). *Primedia eLaunch & European Scientific Platform*. <https://doi.org/10.36074/logos-22.12.2023.093> [In Ukrainian].
4. Vernik, O. L. (2024). Posttravmatychnе zrostannia i stratehii zhyttiediialnosti osobystosti [Post-traumatic growth and strategies for personal life]. In S. D. Maksymenko, & V. V. Turban (Eds.), *Naukova spadshchyna ukrainskoi psykholohii: yednist mynuloho ta teperishnoho* (pp. 78–80). G. S. Kostiuk Institute of Psychology NAES of Ukraine. <https://surl.li/dhndxe> [In Ukrainian].
5. Haltseva, T. O. (2024). Kontseptsiiia posttravmatychnoho zrostannia: modeli ta praktyky [The concept of post-traumatic growth: models and practices]. In L. M. Prisniakova (Eds.). *Osobystist u kryzovykh*

- umovakh suchasnosti. Travmatyzatsiia ta reabilitatsiia*. LIRA. <https://surl.li/jhtcdt> [In Ukrainian].
6. Hanaba, S. O. (2023). Vidnovlennia ta posttravmatychno zrostantia osobystosti: model “BASIC Ph” [Recovery and post-traumatic personal growth: the “BASIC Ph” model]. In *Aktualni problemy psykholohichnoho zabezpechennia sluzhbovoi diialnosti pratsivnykiv pravookhoronnykh orhaniv* (pp. 162–165). Research Institute of the Ministry of Internal Affairs of Ukraine. <https://dspace.nadpsu.edu.ua/handle/123456789/3281> [In Ukrainian].
 7. Hotych, V. O. (2023). Teoretychni pidkhody do fenomenu posttravmatychnoho zrostantia [Theoretical approaches to the phenomenon of post-traumatic growth]. In I. V. Zhukova, & Ye. O. Romanenko (Eds.), *Suchasni aspekty modernizatsii nauky: stan, problemy, tendentsii rozvytku* (pp. 318–322). HO «VADND». <https://surl.li/mgckfa> [In Ukrainian].
 8. Darvishov, N. R. (2024). Osobystisnotsentrovanyi pidkhid do posttravmatychnoho zrostantia. [A person-centered approach to post-traumatic growth]. In V. S. Blikhar (Compiler), *Psychology of the specialist's personality during times of war and posttraumatic rehabilitation* (pp. 94–98). Lviv State University of Internal Affairs. <https://ndekc.lviv.ua/pdf/15.11.2024.pdf> [In Ukrainian].
 9. Demchenko, N. (2024). Vplyv resursnykh storin na protsesy posttravmatychnoho zrostantia [The influence of resource aspects on the processes of post-traumatic growth]. In V. F. Puzyrnyy(Ed.), *Integration of theory into practice: problems, searches, prospects in the context of European integration processes* (Vol. 1) (pp. 165–169). Penitentiary academy of Ukraine. <https://surl.li/lkzptu> [In Ukrainian].
 10. Ketler-Mytynska, T. S. (2023). Rezyliientnist yak chynnyk posttravmatychnoho zrostantia v umovakh viyny [Resilience as a factor of post-traumatic growth in wartime]. In *Aktualni problemy prava, psykholohii ta pedahohiky v umovakh viyny* (pp.194–196). Bila Tserkva National Agrarian University. <https://surl.li/btdaig> [In Ukrainian].
 11. Klymchuk, V. O. (2021). *Psykholohiia posttravmatychnoho zrostantia* [Psychology of post-traumatic growth] (2nd. ed., rev. & suppl.). Imeks-LTD. <https://surl.li/yabfld> [In Ukrainian].
 12. Kokun, O. M. (2025). *Zhyttestiykist i rezyliientnist liudyny v suchasnomu sviti: teoriia, doslidzhennia, praktyka* [Human resilience and resilience in the modern world: theory, research, practice G. S. Kostyuk Institute of Psychology NAES of Ukraine. <https://fp.udu.edu.ua/images/naykovtchi/kokun.pdf> [In Ukrainian].
 13. Kotovska, Yu. O. (2023). Analiz spivvidnoshennia poniattia “posttravmatychno zrostantia” ta sumizhnykh iz nym poniat [He analysis of the relationship of the concept of “post-traumatic growth” and related concepts]. *Scientific Notes of Ostroh Academy National University: Psychology Series*, (16), 44–52. <https://doi.org/10.25264/2415-7384-2023-16-44-52> [In Ukrainian].
 14. Koshova, I. V. (2021). Do problemy vyvchennia posttravmatychnoho osobystisnoho rostu [To the problem of studying post-traumatic personal growth]. In M. V. Papucha (Ed.), *Psykholohichni problemy osobystosti na suchasnomu etapi rozvytku suspilstva* (pp. 113–116). Nizhyn Mykola Gogol State University. <https://surl.li/thbrwm> [In Ukrainian].
 15. Kucherenko, Ye., Shyrokova, A., & Piven, L. (2024). Posttravmatychnyi rozvytok yak liminalnyi protses u teorii ta praktytsi psykhosyntezu [Post-traumatic development as a liminal process in the theory and practice of psychosynthesis]. *Social and Practical Psychology Journal*, (4), 67–73. <https://doi.org/10.32782/psy-2024-4-11> [In Ukrainian].
 16. Myloslavska, O. V., Huliaieva, O. V., & Bohdanovskiy, S. O. (2025). Mediatorna rol rys emotsiinoho intelektu u vzaiemozv`iazku mizh kolektyvnoiu travmoiu ta posttravmatychnym zrostantiam [The mediating role of emotional intelligence traits in the relationship between collective trauma and post-traumatic growth]. *Visnyk of V. N. Karazin Kharkiv National University. A Series of Psychology*, (78), 60–66. <https://doi.org/10.26565/2225-7756-2025-78-09> [In Ukrainian].
 17. Muzychko, L. (2024). Rezyliientnist i posttravmatychno zrostantia osobystosti vnaslidok stresu [Resilience and post-traumatic personality growth as a result of stress]. *Social and Practical Psychology*

- Journal*, (3), 44–49. <https://doi.org/10.32782/psy-2024-3-7> [In Ukrainian].
18. Nazar, Yu. (2024). Aksiopsykholohichna model posttravmatychnoho zrostannia osobystosti [Axiopsychological model of posttraumatic growth of personality]. *Psychological Journal*, 13, 24–35. <https://doi.org/10.31499/2617-2100.13.2024.314999> [In Ukrainian].
 19. Niemets, Yu. V., & Teslenko, M. M. (2025). Indyvidualni osoblyvosti yak chynnyk posttravmatychnoho zrostannia [Individual characteristics as a factor in post-traumatic growth]. In *Tezy 77-yi naukovoï konferentsii profesoriv, vykladachiv, naukovykh pratsivnykiv, aspirantiv ta studentiv universytetu* (Vol. 2) (pp. 219–221). National University “Yuri Kondratyuk Poltava Polytechnic”. <https://reposit.nupp.edu.ua/handle/PolNTU/18963> [In Ukrainian].
 20. Oliinyk, V. O. (2024). Stratehii rozvytku postdosvidnoho zrostannia (na osnovi filosofskykh pohliadiv Ihoria Kozlovskoho) [Strategies for post-experiential growth (based on the philosophical views of Igor Kozlovsky)]. In I. V. Danyliuk, H. K. Yurchynska, N. I. Pohorilska, & B. B. Ivanenko (Eds.), *Psykhologichne zdorovia osobystosti v konteksti protsesiv hlobalizatsii: metodolohiia doslidzhennia, realii ta perspektyvy* (pp. 146–149). TsP «KOMPRYNT» [In Ukrainian].
 21. Osodlo V., & Zubovskiy D. (2021). Sytuatsiino-demografichni determinanty proiavu posttravmatychnoho zrostannia uchasnykiv ATO [Situational and demographic determinants of the manifestation of post-traumatic growth of ATO participants]. *Disaster and Crisis Psychology Problems*, 1(1), 17–33. <https://doi.org/10.52363/dcpp-2021.1.2> [In Ukrainian].
 22. Papucha, M. V. (Eds.). (2018). Psykholohiia liudyny: L. S. Vyhotskyy ta suchasna nauka [Human psychology: L. S. Vygotsky and modern science]. *Nizhyn Mykola Gogol State University*. <https://surl.li/uinywq> [In Ukrainian].
 23. Tatsenko, A. O. (2022). Teoretychni osnovy posttravmatychnoho zrostannia osobystosti [Theoretical fundamentals of post-traumatic personality growth]. *Scientific Perspectives*, 4(22), 372–381. [https://doi.org/10.52058/2708-7530-2022-4\(22\)-372-381](https://doi.org/10.52058/2708-7530-2022-4(22)-372-381) [In Ukrainian].
 24. Teteria, K., & Krotenko, V. (2023). Teoretychni aspekty travmatychnoho dosvidu. Posttravmatychnyi stresovyi rozlad i fenomen posttravmatychnoho zrostannia [Theoretical aspects of traumatic experience. Post-traumatic stress disorder and the phenomenon of post-traumatic growth]. In R. Pavelkiv, N. Korchakova, & V. Bezliudna (Compiler), *Sotsialno-psykhologichna reabilitatsiia veteraniv* (pp. 119–121). RDHU. <https://surl.li/rclyu> [In Ukrainian].
 25. Tkachenko, O. A. (2023). Posttravmatychnyi rozvytok yak metodolohichniy oriientyr podolannia PTSR [Post-traumatic development as a methodological guideline for overcoming PTSD]. In *Metody ta zasoby psykhologichnoi dopomohy postrazhdalym u podolanni PTSR* (pp. 225–228). G. S. Kostiuk Institute of Psychology NAES of Ukraine <https://files.znu.edu.ua/files/Bibliobooks/Inshi75/0055634.pdf> [In Ukrainian].
 26. Chemodurova, Yu. M. (2024). Psykhologichni modeli fenomenu posttravmatychnoho zrostannia osobystosti [Psychological models of the phenomenon of post-traumatic personality growth]. *Scientific Notes of Taurida National V.I. Vernadsky University. Series: Psychology* 35(74), 28–33. <https://doi.org/10.32782/2709-3093/2024.4/05> [In Ukrainian].
 27. Cherednychenko, T. V. (2025). Posttravmatychno zrostannia osobystosti yak psykhologichnyi fenomen [Post-traumatic personal growth as a psychological phenomenon]. *Disaster and crisis psychology problems*, 1(9), 70–78. <https://doi.org/10.52363/dcpp-2025.1.6> [In Ukrainian].
 28. Chudakova, V.P. (2024). Osnovni chynnyky, shcho vplyvaiut na posttravmatychno zrostannia osobystosti, ta rol v yoho realizatsii “tekhnologii psykhologichnoi pidtrymky i samodopomohy u podolanni naslidkiv travmuiuchykh sytuatsii, rozvytku stresostiikosti ta zdatnosti do shvydkoi adaptatsii” [Main factors affecting post-traumatic personal growth and the role of “technologies of psychological support and self-help in overcoming the consequences of traumatic situations, development of stress resistance and ability for rapid adaptation» in its implementation”]. In S. D. Maksymenko, & V. V. Turban (Eds.),

- Naukova spadshchyna ukrainskoi psykholohii: yednist mynuloho ta teperishnoho* (pp. 73–75). Instytut psykholohii imeni H. S. Kostiuka NAPN Ukrainy. <https://surl.li/nnnycd> [In Ukrainian].
29. Shakhov, V. (2025). Posttravmatychnе zrostannia yak shliakh podolannia naslidkiv travmatychnykh podii [Post-traumatic growth as a way to overcome the consequences of traumatic events]. In M. V. Trofymenko (Ed.), *Aktualni problemy nauky ta osvity* (pp. 261–265). Mariupol State University. <https://surl.li/otluoq> [In Ukrainian].
 30. Biram, S. A., Horesh, D., Tuval-Mashiach, R., & Hasson-Ohayon, I. (2024). World assumptions and post traumatic symptoms: The moderating role of metacognition. *European Journal of Trauma & Dissociation*, 8(1), Article 100389. <https://doi.org/10.1016/j.ejtd.2024.100389>
 31. Brewin, C. R., Cloitre, M., Hyland, P., Shevlin, M., Maercker, A., Bryant, R. A., Humayun, A., Jones, L. M., Kagee, A., Rousseau, C., Somasundaram, D., Suzuki, Y., Wessely, S., van Ommeren, M., & Reed, G. M. (2017). A review of current evidence regarding the ICD-11 proposals for diagnosing PTSD and complex PTSD. *Clinical Psychology Review*, 58, 1–15. <https://doi.org/10.1016/j.cpr.2017.09.001>
 32. Boals, A. (2023). Illusory posttraumatic growth is common, but genuine posttraumatic growth is rare: A critical review and suggestions for a path forward. *Clinical Psychology Review*, 103, Article 102301. <https://doi.org/10.1016/j.cpr.2023.102301>
 33. Clout, E., Statham, D. J., Human, B., Allen, A., & Kannis-Dymand, L. (2024). The role of rumination and metamemory beliefs in posttraumatic growth and posttraumatic stress. *Discover Psychology*, 4(1), Article 109. <https://doi.org/10.1007/s44202-024-00208-4>
 34. Chen, D., Wang, P., Liu, L., Wu, X., & Wang, W. (2024). Mindfulness affected post-traumatic stress symptoms and post-traumatic growth: Adaptive and maladaptive sides through trauma-related shame and guilt. *PsyCh Journal*, 14(2), 290–298. <https://doi.org/10.1002/pchj.798>
 35. Deitz, A. H. H. (2024). Self-compassion, childhood emotional neglect, and posttraumatic growth: Parental well-being during COVID-19. *Journal of Affective Disorders*, 350, 504–512. <https://doi.org/10.1016/j.jad.2024.01.130>
 36. Jarašiūnaitė-Fedosejeva, G., Kniežaitė, J., Sakalauskienė, E., Ayers, S., Bogaerts, A., & Riklikienė, O. (2024). Guilt-and shame-proneness, birth-related post-traumatic stress and post-traumatic growth in women with preterm birth. *INQUIRY: The Journal of Health Care Organization, Provision, and Financing*, 61. <https://doi.org/10.1177/00469580241299604>
 37. Johnson, R. J., Hobfoll, S. E., Hall, B. J., Canetti-Nisim, D., Galea, S., & Palmieri, P. A. (2007). Posttraumatic growth: Action and reaction. *Applied Psychology*, 56(3), 428–436. <https://doi.org/10.1111/j.1464-0597.2007.00296.x>
 38. Joseph, S. (2021). Posttraumatic growth as a process and an outcome: Vexing problems and paradoxes seen from the perspective of humanistic psychology. *The Humanistic Psychologist*, 49(2), 219–239. <https://doi.org/10.1037/hum0000156>
 39. Li, D., Luo, J., Yan, X., & Liang, Y. (2023). Complex posttraumatic stress disorder (CPTSD) as an independent diagnosis: Differences in hedonic and eudaimonic well-being between CPTSD and PTSD. *Healthcare*, 11(8), Article 1188. <https://doi.org/10.3390/healthcare11081188>
 40. Lushyn, P., Sukhenko, Y. (2021). Post-Traumatic Stress Disorder and Post-Traumatic Growth in Dialectical Perspective: Implications for Practice. *East European Journal of Psycholinguistics*, 8(1), 57–69. <https://doi.org/10.29038/eejpl.2021.8.1.lus>
 41. Melegkovits, E., Blumberg, J., Dixon, E., Ehntholt, K., Gillard, J., Kayal, H., Kember, T., Ottisova, L., Walsh, E., Wood, M., Gafoor, R., Brewin, C., Billings, J., Robertson, M., & Bloomfield, M. (2022). The effectiveness of trauma-focused psychotherapy for complex post-traumatic stress disorder: A retrospective study. *European Psychiatry*, 66(1), 1–36. <https://doi.org/10.1192/j.eurpsy.2022.2346>
 42. Negrini, S., Selb, M., Kiekens, C., Todhunter-Brown, A., Arienti, C., Stucki, G., & Meyer, T. (2022). Rehabilitation definition for research purposes: A global stakeholders' initiative by Cochrane

Rehabilitation. *American Journal of Physical Medicine & Rehabilitation*, 101(7). <https://doi.org/10.1097/phm.0000000000002031>

43. Park, C. L. (2022). Meaning making following trauma. *Frontiers in Psychology*, 13, Article 844891. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2022.844891>
44. Philipps, A., Silbermann, A., Morawa, E., Stemmler, M., & Erim, Y. (2019). Effectiveness of a multimodal, day clinic group-based treatment program for trauma-related disorders: Differential therapy outcome for complex PTSD vs. non-complex trauma-related disorders. *Frontiers in Psychiatry*, 10. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2019.00800>
45. Prekazi, L., Hajrullahu, V., Bahtiri, S., Kryeziu, B., Hyseni, B., Taganoviq, B., & Gallopeni, F. (2021). The impact of coping skills in post-traumatic growth of healthcare providers: When mental health is deteriorating due to COVID-19 pandemic. *Frontiers in Psychology*, 12. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2021.791568>
46. Shakespeare-Finch, J., Martinek, E., Tedeschi, R. G., & Calhoun, L. G. (2013). A qualitative approach to assessing the validity of the posttraumatic growth inventory. *Journal of Loss and Trauma*, 18(6), 572–591. <https://doi.org/10.1080/15325024.2012.734207>
47. 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>
48. Tytarenko, T. M. (2020). Person's life changing after trauma: A narrative analysis. Personality in society: psychological mechanisms of activity. In N. P. Hapon, A. O. Vovk, S. L. Hrabovska, N. V. Hrebin, A. Shyroka, V. A. Hupalovska, N. I. Zhyhaylo, L. V. Ryzhak, H. V. Katolyk, I. I. Snyadanko, & T. M. Tytarenko *Personality in society: Psychological mechanisms of activity* (pp.139–154): Liha-Pres. <https://doi.org/10.36059/978-966-397-209-1/139-154>
49. Wu, X., Kaminga, A. C., Dai, W., Deng, J., Wang, Z., Pan, X., & Liu, A. (2019). The prevalence of moderate-to-high posttraumatic growth: A systematic review and meta-analysis. *Journal of Affective Disorders*, 243, 408–415. <https://doi.org/10.1016/j.jad.2018.09.023>
50. Yang, C. Y., Chiang, Y.-C., Wu, C.-L., Hung, S.-K., Chu, T.-L., & Hsiao, Y.-C. The mediating role of spirituality in the relationships between posttraumatic stress and posttraumatic growth among patients with cancer: A cross-sectional study. *Asian Oncology Nursing Society*, 10(5), Article 100221. <https://doi.org/10.1016/j.apjon.2023.100221>
51. Zhang, L., Wu, X., Liu, M., & Liu, A. (2025). Relationship between complex posttraumatic stress disorder symptoms and posttraumatic growth among adolescents and emerging adults with adverse childhood experiences. *Psychological Trauma: Theory, Research, Practice, and Policy*. <https://doi.org/10.1037/tra0001932>

Відомості про автора

Тетяна БРУС, здобувачка ступеня Доктора філософії, Київський інститут сучасної психології та психотерапії (КІСПП)

Tetiana BRUS, PhD student, Kyiv Institute of Modern Psychology and Psychotherapy (KIMPP)

ORCID ID: <https://orcid.org/0009-0002-8960-6166>

E-mail: zabzalyuk@gmail.com