

ОСОБИСТІСНО ОРІЄНТОВАНИЙ ПІДХІД У ПРАКТИЧНІЙ ПСИХОЛОГІЇ

УДК 159.923.2

ШЕЛЮГ Олена Андріївна

*аспірант кафедри психодіагностики та клінічної психології
факультету психології КНУ імені Тараса Шевченка*

БАГАТОВИМІРНІСТЬ ФЕНОМЕНУ ПОСТТРАВМАТИЧНОГО РОСТУ: БІОЛОГІЧНИЙ, ПСИХОЛОГІЧНИЙ ТА СОЦІОКУЛЬТУРНИЙ СКЛАДНИКИ ОСОБИСТІСНИХ ТРАНСФОРМАЦІЙ

У статті розглянуто провідні теоретичні концепції феномену посттравматичного росту, що розроблені на сьогодні в західній психології. Проаналізовано прояви ПТР на різних рівнях та в різних сферах досвіду. Здійснено спробу інтегрувати існуючі уявлення про механізми та чинники ПТР у межах холістичного підходу до посттравматичного росту як біопсихосоціального феномену. Окреслено можливі подальші шляхи розробки даної наукової проблеми.

Ключові слова: *психологічна травма, посттравматичний ріст, посттравматичний стресовий розлад, біопсихосоціальний підхід.*

Постановка проблеми. Явище травматичного стресу в сучасному світі набуло широкого розповсюдження: соціальне середовище існування людства дедалі ускладнюється, стає усе менш передбачуваним порівняно з тим середовищем, в якому еволюційно склалися біологічні стресорні механізми людського організму; більше того, на сьогодні у зв'язку зі зростанням масштабних загроз (екологічних, епідеміологічних, військових тощо) травматичного впливу зазнають цілі спільноти по всій земній кулі, що робить тему травматичного стресу та феноменів, із ним пов'язаних, однією з найважливіших тем на порядку денному психологічної науки [2; 7]. Протягом другої половини

XX сторіччя науковці приділяли увагу насамперед патологічним наслідкам травматичного стресу, а саме посттравматичному стресовому розладу (ПТСР). Проте, як свідчить ціла низка досліджень, внаслідок травмуючих подій лише меншість осіб (приблизно 10–35%) вражена ПТСР, більшість, навпаки, має досвід позитивних або адаптивних змін у формі посттравматичного росту (ПТР) [2, с.83]. Ідея особистісного зростання внаслідок пережитих страждань знаходила своє відображення протягом сторіч у художній та філософській літературі та є однією з основоположних для екзистенційно-гуманістичної традиції у психології, проте фокусом уваги академічної науки ця тема стала відносно нещодавно: емпіричні дослідження та теоретичні розвідки активно розвиваються лише протягом останніх двох десятиріч. Зважаючи на «молодість» теоретичного конструкту посттравматичного росту, феноменологія, що стоїть за ним, на сьогодні описана досить загально: окреслені окремі сфери досвіду, в яких особистість переживає позитивні трансформації внаслідок травми. На сьогодні накопичені дані досить різноманітні, проте розрізнені та часом суперечливі, а структура ПТР досі малозрозуміла, тому його розглядають як єдиний феномен [3, с.1042]. Аби стимулювати розвиток емпіричних досліджень, що точніше опишуть зміст феномену ПТР та його взаємозв'язки з іншими явищами психічного життя осіб, що зазнали травматичного стресу, необхідно окреслити теоретичну модель посттравматичного росту, що охоплюватиме його прояви на різних рівнях – біологічному, психологічному та соціокультурному. Цілком зрозуміло, що дана проблема виходить за межі вузькогалузевого клініко-психологічного дослідження і стосується зокрема сфери психології особистості.

Метою даної статті є формування широкої теоретичної перспективи, у рамках якої ПТР поставатиме як багатомірний системний феномен. Відповідно, **завданнями дослідження** є, по-перше, аналіз існуючих теоретичних моделей посттравматичного росту, по-друге, виявлення взаємозв'язків між описаними рівнями та сферами прояву ПТР, нарешті,

формування холістичного погляду на ПТР як біопсихосоціальний феномен.

Аналіз останніх досліджень і публікацій. На сьогодні існує ціла низка термінів, що описують феномен ПТР: «ріст внаслідок суперечливого досвіду», «віднаходження вигод», «процвітання», «зростання екзистенційної усвідомленості», «сприйняття вигод», «позитивні побічні продукти», «позитивні зміни», «позитивний смисл», «квантові зміни», «самооновлення», «пов'язаний зі стресом ріст», «трансформаційний копінг» тощо [3, с.1042-1043]. Перераховані поняття є загалом взаємозамінними, проте найширшого вжитку набув термін «посттравматичний ріст», запропонований піонерами досліджень цього феномену R. Tedeschi і L. Calhoun, під яким вони розуміють «досвід позитивних змін як результат боротьби із значною життєвою кризою» [5, с.50].

Прийнято вважати, що позитивні або адаптивні ефекти ПТР проявляються у трьох основних сферах: по-перше, це більш зв'язна Я-концепція, що включає не лише усвідомлення персональної сили та опірності негативним подіям, а і краще розуміння власної вразливості та обмежень; по-друге, це зміни в міжособистісних відносинах, а саме більш тісні стосунки з родиною та іншими значущими людьми, зростання цінності цих стосунків, альтруїзм і відданість, здатність приймати допомогу, підвищена чутливість стосовно інших і відкритість до нових форм поведінки, а також підвищена здатність захищати себе і запобігати насильству у стосунках; по-третє, це більш інтегрована життєва філософія, світогляд, що включає підвищену значущість власного існування, зміну пріоритетів, зміцнення переконань, почуття смислу, цілковите оновлення світосприйняття [2, с.83; 3, с.1042].

Ранні дослідження посттравматичного росту, започатковані в 1990-х роках (I. Nerken, M. Mahoney, D. Hager, W. Miller і J. C'deBaca, V. O'Leary та J. Ickovics, C. Aldwin, J. Schaefer і R. Moos, L. Calhoun і R. Tedeshi) ґрунтувалися переважно на роботах соціально-психологічних теоретиків і підкреслювали

насамперед взаємозв'язок між особистісними чинниками, когнітивним оцінюванням та копінг-активністю. Значна увага приділялася також процесу створення смислу, що пов'язаний із переосмисленням травматичного досвіду [3, с.1043–1044]. Із ранніх теорій у подальшому успішно розвивалася і набула широкого визнання в академічних колах теорія ПТР L. Calhoun і R. Tedeschi [1; 5; 9].

Частина теоретичних підходів розглядають ПТР як результат боротьби особистості з травматичним стресом, інші схильні вважати ПТР власне процесом подолання травми, своєрідною копінг-стратегією (серед останніх – С. Davis, S. Nolen-Hoeksema, J. Larson; С. Park, S. Folkman; S. Filipp; S. Taylor). Щоправда, більшість дослідників визнають, що процес і результат ПТР є різними модусами існування цього феномену і відіграють різну адаптивну роль [10, с. 630-631].

Трьома найпоширенішими на сьогодні теоретичними моделями ПТР є: 1) функціонально-дескриптивна модель R. Tedeschi і L. Calhoun, що описує особистісні трансформації у п'яти вимірах – міжособистісні стосунки, нові можливості, особиста сила, духовні зміни та життєві цінності [1; 5; 9], 2) особистісно-центрована модель S. Joseph, що ґрунтується на теоретичних поглядах К. Роджерса і розглядає посттравматичне зростання як процес когнітивної акомодатії травматичного досвіду та перебудови Я-концепції [3]; 3) біопсихосоціальна модель M. Christopher, в основі якої лежить уявлення про травматичну реакцію як еволюційно успадкований механізм метанауління, який руйнує та відновлює метасхему (концепції Я, суспільства та природи) [2].

Отже, посттравматичний ріст є конструктором досить високого рівня узагальнення, тому розглядається з точки зору різних теоретичних підходів, відтак може бути операціоналізований у різний спосіб. Емпіричні дослідження, що підтвердили наявність особистісного росту внаслідок травмуючих подій, проводилися з залученням нарізноманітніших груп осіб: пацієнти із раковими захворюваннями, жертви згвалтування, постраждали від ударів блискавки, жертви

сексуального насильства у дитинстві, жертви інцесту, учасники бойових дій, особи, що переживають важку втрату, батьки хворих дітей, ВІЛ-позитивні особи, пацієнти з опіками, жертви корабельної аварії, пацієнти із серцевими нападами, жертви катастроф, особи, що пережили Холокост тощо [2, с.84; 3, с.1042].

Виклад основного матеріалу. Опис та пояснення різноманітних проявів ПТР проводиться дослідниками переважно на двох рівнях: когнітивному та аксіологічному, причому в західній науковій літературі вони зазвичай розглядаються злито або ж у тісному взаємозв'язку. Емоційні кореляти феномену досі малозрозумілі: дослідження зв'язку ПТР із симптомами дистресу демонструють суперечливі результати. Соціально-психологічний вимір феномену ПТР описаний нерівномірно: міжособистісним стосункам із значущими іншими приділено досить багато уваги, у той час як дослідження масштабних соціокультурних складників ПТР тільки-но розпочато. Еволюційно-біологічне підґрунтя феномену ПТР окреслене лише в загальних рисах, проте вимагає детального вивчення й концептуалізації, оскільки забезпечує глибоке розуміння адаптивного значення ПТР і його ролі в розвитку людства у цілому. На сторінках даної статті здійснено спробу інтегрувати існуючі теоретичні розробки і деякі емпіричні дані, аби скласти цілісне всеосяжне уявлення про ПТР як біопсихосоціальний феномен.

Автори функціонально-описової моделі ПТР R. Tedeschi і L. Calhoun розглядають ріст як потенційний наслідок когнітивної спроби переоцінити початкові, дотравматичні переконання й реконструювати уявлення про світ. Дослідники розглядають травматичну подію як серйозну загрозу для світогляду особистості, розглядають травму як «сейсмічний» зсув початкової життєвої схеми, причому чим значнішим є виклик основоположним уявленням та переконанням особистості, тим імовірнішою є можливість посттравматичного росту. Шлях від травматичної події до посттравматичного росту лежить насамперед через когнітивну обробку набутого досвіду:

спочатку запускається процес автоматичного пригадування травматичної події, у свідомість мимовільно втручаються нав'язливі думки та спогади, що супроводжується помітними симптомами емоційного дистресу. Згодом, коли долається дистрес та досягається певний рівень усвідомлення того, що трапилося, автоматичне пригадування поступається місцем довільному рефлексивному переосмисленню травматичного досвіду. Обробка інформації в такий спосіб дозволяє особистості зосередитися на розумінні набутого досвіду, віднаходженні смислу, зрештою, на створенні нового життєвого нарративу. Таким чином, змістом феномену ПТР є перебудова світоуявлення, що похитнулося внаслідок пережитої травми, з акомодациєю набутого досвіду [9].

На когнітивному вимірі феномену ПТР зосереджується також автор особистісно-центрованої моделі S. Joseph. Спираючись на погляди К. Роджерса, він розглядає процес посттравматичного росту як інтеграцію набутого досвіду в Я-концепцію, що сприяє більш повноцінному функціонуванню особистості. Нова інформація, пов'язана з травматичним досвідом, вимагає когнітивної обробки, що може здійснюватися у два способи: по-перше, нова інформація може бути асимільована у рамках існуючої моделі світу, по-друге, існуючі моделі можуть акомодувати нову інформацію. Аби досягти посттравматичного росту, тобто вийти на інший порівняно з дотравматичним особистісний рівень, необхідно піти шляхом акомодациї, тобто ПТР за визначенням полягає у трансформації, оновленні світогляду.

У розумінні когнітивної адаптації до травматичної події центральне місце займає концепція значення. У теоріях, що зосереджують свою увагу на дослідженні феномену посттравматичного стресового розладу, значення розглядається насамперед як розуміння (усвідомлення власне події та її причин), теорії росту сфокусовані на значенні як смислі (усвідомленні філософських, духовних, світоглядних імплікацій досвіду). Справді, жертви травми спочатку схильні непокоїтися стосовно пояснення причин руйнівної події, проте згодом деякі

звертаються до проблем смислу пережитого досвіду. S. Joseph підкреслює, що ПТР передбачає когнітивну обробку травми саме у формі акомодатії і нерозривно пов'язаний із вирішенням проблеми смислу.

Таким чином, згідно з особистісно-центрованою моделлю, можливі три когнітивні результати розв'язання психологічних труднощів, пов'язаних із травмою: по-перше, це асиміляція досвіду та повернення до дотравматичного рівня Я-концепції та світогляду, проте таке вирішення когнітивних суперечностей робить особистість вразливою до повторної травматизації; по-друге, це акомодатія досвіду у негативному напрямку, що призводить до психопатологій та дистресу (наприклад, особистість відчуває себе безпомічною внаслідок неконтрольованості та випадковості подій); по-третє, це акомодатія у позитивному напрямку, що призводить до трансформацій Я-концепції та світогляду, які сприяють росту (наприклад, особистість вище цінує миттєвості життя, оскільки світ непередбачуваний та мінливий) [3].

Інші дослідники когнітивного виміру ПТР Т. Zoellner та А. Maercker доречно зауважують, що сам термін «посттравматичний ріст» вживається не зовсім коректно, оскільки психологи вимірюють насамперед суб'єктивне сприйняття проявів росту. З огляду на це вони пропонують двохкомпонентну модель суб'єктивно сприйнятого ПТР (модель «Янусового обличчя»), що включає конструктивний, адаптивний бік феномену та ілюзорну, дисфункціональну його сторону. Мається на увазі, що відповіді досліджуваних при заповненні опитувальників та інтерв'юванні, які нібито свідчать про ефекти росту, можуть бути як достовірним відображенням досвіду, так і певним самообманом, ілюзією, спробою зарадити собі і відволіктися у скрутній ситуації. Іншими словами, ПТР у короткотривалій перспективі на тлі високого рівня емоційного дистресу може бути певною копінг-стратегією, спрямованою на заперечення та уникання негативного досвіду. Автори двохкомпонентної моделі стверджують, що реальність й адаптивну значущість суб'єктивно сприйнятого посттравматичного росту можна оцінити лише з плином часу (що, у свою

чергу, свідчить про необхідність розрізняти ПТР як копінг-стратегію і як ефект подолання травми).

T. Zoellner та A. Maercker, спираючись на численні емпіричні дослідження (як поперечні зрізи, так і лонгітюди), визначають когнітивні чинники, що відіграють роль у передбаченні адаптивного чи ілюзорного характеру суб'єктивно сприйнятого ПТР. Науковці поділяють ці чинники на дві групи: особистісні риси (або звичні когнітивні стилі) та копінг-стратегії (або когнітивна обробка досвіду). Серед особистісних рис, що пов'язані із функціональним боком ПТР, є відкритість новому досвіду, життєстійкість та почуття зв'язності; диспозиційний оптимізм та інтернальний локус контролю можуть вказувати як на адаптивний, так і на ілюзорний бік ПТР. Копінг-стратегії розподілені таким чином: позитивна переоцінка та прийняття є потенційно функціональними факторами; пошук значення та переосмислення події можуть бути як функціональними, так й ілюзорними чинниками [10]. R. Tedeschi і L. Calhoun також припускають, що певні особистісні чинники, пов'язані з когнітивною складністю, обробкою нової інформації та здатністю до діалектичного мислення, впливають на траєкторії посттравматичного розвитку [1, с. 101].

Отже, ПТР у визнаних на сьогодні теоретичних моделях розглядається як наслідок когнітивної обробки травматичного досвіду, що полягає в акомодатії набутої інформації та трансформації Я-концепції і світогляду особистості. На думку деяких дослідників, на різних етапах посттравматичного розвитку ПТР може набувати відмінних форм і поставати як копінг-стратегія або ж – результат подолання життєвої кризи, при цьому набуваючи ілюзорного чи адаптивного значення. Характер посттравматичного росту в різних особистостей обумовлений цілою низкою когнітивних особливостей.

Зв'язок феномену посттравматичного росту з емоційною сферою особистості недостатньо прояснений, а емпіричні дані мають суперечливий характер [6; 8; 10]. R. Tedeschi і L. Calhoun стверджують, що прояви росту та емоційного дистресу можуть співіснувати, до того ж взаємно позитивно корелюючи: чим

значнішою є загроза звичній моделі світу з боку травматичної події, тим сильніший дистрес переживає особистість і тим більшою є необхідність перебудови світогляду [9, с. 408]. Проте, як зазначають ті ж дослідники, емоційна переробка травми пов'язана з необхідністю витримувати високу інтенсивність почуттів, що вимагає значних психологічних ресурсів, зокрема здатності до адаптивної емоційної регуляції [1]. Окремі дослідження вказують на зв'язок ПТР зі зменшенням депресивної симптоматики, проте такі висновки можуть бути розповсюджені лише на окремі групи досліджуваних [6, с. 824]. М. Christopher висуває гіпотезу, згідно з якою інтрапунітивні почуття сорому та вини обмежують можливості посттравматичного росту, бо надають процесу пригадування і переосмислення травматичного досвіду негативного забарвлення [2, с. 85].

Т. Zoellner та А. Maercker зазначають, що роль емоцій, особливо позитивних, була недооцінена при дослідженні посттравматичного росту. Теоретичні моделі ПТР та емпіричні розвідки були зазвичай зосереджені на когнітивних факторах, копінг-стратегіях та особистісних відмінностях. Проте, як зазначають науковці, емоції можуть мати значний вплив на процес росту, що підтверджують окремі дослідження. Зокрема, емоційний аспект відкритості до нового досвіду значно більше пов'язаний із ПТР, ніж поведінковий та когнітивний аспекти. Крім того, деякі лонгітюдні дослідження довели ключове значення позитивних емоцій як поєднувальної ланки між передкризовою здатністю протистояти негативному досвіду та посткризовим ростом [10, с. 649]. До слова, окремі емпіричні дані підтвердили наявність сильнішого зв'язку між оптимізмом і ПТР, ніж між песимізмом і ПТР: дослідники припускають, що позитивні та негативні емоції чинять вплив нарізно, використовуючи різні нейроімунноендокринні механізми [6, с.824]. Як бачимо, емоційний компонент посттравматичного росту на сьогодні недостатньо досліджений та концептуалізований, що вимагає подальших активних розвідок у цьому напрямку.

Як уже зазначалося, однією зі сфер прояву посттравматичного росту є зміни у міжособистісних стосунках. Ранні дослідження психосоціальних теоретиків у цьому напрямку враховували насамперед безпосереднє оточення особистості, що зіштовхнулася з травматичним досвідом, та особливості її системи соціальної підтримки [3, с. 1043-1044]. R. Tedeschi і L. Calhoun важливим чинником ПТР вважають взаємодію зі значущими іншими, які чинять вплив на процес переосмислення травматичного досвіду. Суттєвими елементами цієї взаємодії є те, яким чином друзі та члени сім'ї відгукуються на саморозкриття стосовно кризи загалом; ступінь чутливості та вдумливості, з якими первинна соціальна група відповідає на повідомлення (у формі натяків чи розгорнутих послань) про досвід росту; культурні традиції та уявлення, якими оперує найближча референтна група для осмислення та обговорення впливу травми.

Розглядаючи соціальний вимір феномену ПТР, R. Tedeschi і L. Calhoun наголошують на тому, що процес посттравматичного росту та взаємодія у найближчій соціальній мережі повинні розглядатися в контексті ширших суспільних груп та культурних рамок. Наприклад, як зазначає D. McAdams, процес ПТР у мешканців Сполучених Штатів відбувається у межах характерних «американських» наративів. Проте самої констатації культурних впливів на індивідуальний досвід, що є своєрідним *Zeitgeist* у західній науковій думці, для психологічної роботи у сфері травми недостатньо: необхідно визначити безпосередні джерела впливу загальної культури на конкретну особистість та віднайти методи дослідження характеру та значущості цього впливу [1, с.97-98]. На сьогодні згаданими вченими розпочато емпіричні дослідження таких соціокультурних змінних, як саморозкриття стосовно негативного і позитивного досвіду, здобутого внаслідок травми, і поширеність тем посттравматичного росту в широкому культурному середовищі та вузькій соціальній мережі [5].

Вартим уваги є також поняття соціального посттравматичного росту, що можливий паралельно з

індивідуальним. S. Joseph та P. Linley вказують на те, що внаслідок масштабних катастроф, як то терористичні атаки, природні катаклізми, політичне насилля, цілі спільноти зазнали позитивних трансформацій завдяки налагодженій мережі міжособистісної взаємодії та підтримки [3, с.1049-1050].

Отже, соціокультурний вимір ПТР на сьогодні розглядається дослідниками як на рівні міжособистісної взаємодії у найближчому соціальному оточенні, так і на рівні загальнокультурних уявлень про можливості росту внаслідок пережитого травматичного досвіду.

Як бачимо, сфери прояву ПТР досить різноманітні, емпіричні дані часто суперечливі, а теоретичні моделі зосереджують свою увагу на окремих вимірах посттравматичного досвіду. Існує необхідність в інтеграції наявних даних про феномен ПТР, аби виробити спільну теоретичну платформу для дослідників у цій царині. Одна з перших спроб всеохопної теоретичної концептуалізації була здійснена М. Christopher у рамках запропонованої ним біопсихосоціально-еволюційної моделі травматичної стресової реакції [2]. На сьогодні це чи не найбільш багатовимірна модель, до того ж єдина, яка обґрунтовує феномен ПТР з погляду природничо-наукової парадигми. М. Christopher розглядає травматичну реакцію як еволюційно успадкований механізм метанаучіння, що руйнує та реконструює метасхему (концепції особистості, суспільства та природи) [2, с.76]. Цей процес має одночасно біологічний, психологічний та соціальний характер.

Природна біологічна реакція на травматичний вплив може набути як форми ПТСР, так і форми ПТР, при цьому важливим фактором, який визначає напрямок посттравматичного розвитку, є взаємодія із середовищем. Наприклад, з еволюційної точки зору надмірна уважність, когнітивна ресимуляція та емоційна дисоціація – основні симптоми ПТСР – є адаптивними реакціями на екстремальну загрозу, що при певних соціокультурних умовах стають патологічними. Ці ж реакції можуть бути основою ПТР: надмірна уважність сприяє

уникненню у майбутньому схожих загрозливих стимулів; ресимуляція, або відтворення події у свідомості, сприяє научінню та виробленню альтернативних відповідей на аналогічну загрозу; дисоціація дозволяє відділити емоційний досвід від когнітивних сценаріїв, прояснити їх невідповідність одне одному, у майбутньому уникати подібних помилок і поновому опрацьовувати інформацію [2, с.84].

Посттравматичні реакції часто носять суперечливий характер з тієї причини, що нервова система має два шляхи реагування – нижчий, опосередкований підкорковими структурами, еволюційно більш давній, і через це більш стабільний, та вищий, який проходить через неокортекс, і через це більш гнучкий. Подібно до цього різняться і стосунки особистості із середовищем: біологічна система дуже повільно змінюється порівняно з соціокультурною системою, яка змінюється швидко і потребує відповідного пристосування. Відтак основна проблема посттравматичного розвитку полягає в конфлікті між еволюційно старішими та новішими системами: у випадку їх дисоціації або ж постійного домінування однієї із них, організм стає вразливим. На думку М. Christopher, ключ до вирішення цієї проблеми знаходиться в реконструюванні когнітивних схем: свідомо вплинути на функціонування гіпоталамо-гіпофізарно-надниркової осі мало ймовірно, однак переосмислення досвіду та научіння веде до перебудови нейронних мереж і регуляції посттравматичного розвитку на рівні кори головного мозку.

Варто підкреслити, що реконструкція когнітивної схеми має тісний двосторонній зв'язок не лише з внутрішніми біологічними процесами, а й із соціокультурним контекстом. «Трансформація тривоги у смисл», побудова нового світогляду внаслідок метанаучіння часто зумовлена невідповідністю попередніх культурних ідеалів та вимог безпосереднього оточення набутому досвіду безпорадності перед обличчям травми. Як зазначає М. Christopher, зрушення в когнітивній сфері внаслідок надання смислу дораціональній афективній реакції пояснюють багато групових травматичних феноменів,

зокрема так званий Стокгольмський синдром. Перегляд власної ідентичності та критичне переосмислення соціокультурних уявлень стимулюється ще й тим, що у сучасному світі руйнуються численні культурні метанаративи, і за відсутності традиційного світогляду, на який можна було б спертися, особистість, що має достатні психологічні ресурси, вибудовує власний фундамент у вигляді складних когнітивних систем та комплексних зв'язків соціальної солідарності. На основі окремих етнографічних досліджень М. Christopher робить висновок, що внаслідок ПТР Я-концепція особистості стає більш соціоцентричною, а стиль мислення набуває холістичного характеру. ПТСР, що супроводжується інтрапунітивними думками та почуттями вини й сорому, замикає жертву травми в колі власного негативного досвіду, наслідком ПТР, навпаки, є більш тісна інтеграція до спільноти. Часто груповий травматичний досвід призводить до екологічних та релігійних трансформацій світогляду, що може бути чинником виникнення нових культурних парадигм. Як бачимо, ПТР не лише зумовлюється соціокультурним контекстом, а й у свою чергу зумовлює останній [2, с. 84-88].

Аналізуючи еволюційну перспективу в розвитку вчення про травматичний стрес, М. Christopher робить ряд теоретичних висновків: 1) стрес розглядається як первинна дораціональна форма біопсихологічного зворотного зв'язку, що стосується відношень індивіда із середовищем; 2) нормальним наслідком травматичного стресу є швидше ріст, аніж патологія; 3) більшість психопатологічних феноменів є функцією дезадаптивної модуляції стресорної реакції; 4) незалежно від адаптивних чи дезадаптивних наслідків стресу, останній завжди призводить до трансформації індивіда як на біологічному, так і на психологічному рівні; 5) загальний біологічний процес, що лежить в основі біологічних і соціальних реакцій, є універсальним, але специфічна динаміка завжди є функцією унікального соціокультурного середовища та психологічного складу особистості; 6) стійкі психопатологічні симптоми найчастіше пов'язані зі зміною біопатологічної картини;

7) раціональність є найновішим і найбільш витонченим людським механізмом подолання стресу [2, с.92]. На сьогодні біопсихосоціально-еволюційна модель, що враховує взаємозв'язки між різними рівнями феноменів ПТСР та ПТР, є найбільш багатовимірною та має найбільший пояснювальний та евристичний потенціал.

Висновки та перспективи подальших розвідок. На сьогодні існує низка теоретичних моделей, що зосереджують свою увагу на різних рівнях прояву феномену посттравматичного росту. Існуючі концепції описують біологічні, психологічні та соціокультурні складники ПТР, проте ядром досліджень можна вважати трансформацію ціннісно-сислової сфери особистості, що відбувається внаслідок переживання травматичного досвіду. Найбільш поширені моделі, як то функціонально-описова, особистісно-центрована та біопсихосоціально-еволюційна пояснюють феномен ПТР на різних рівнях, проте суттєво не суперечать одна одній, тому є комплементарними.

Подальшим кроком теоретичних розвідок є формування холістичної моделі, що пояснюватиме глибинні взаємозв'язки між біологічними механізмами травматичної реакції, емоційною та когнітивною переробкою травми, трансформацією Я-концепції та світогляду особистості, мережею міжособистісних стосунків та широким соціокультурним контекстом. Перші спроби такої теоретичної інтеграції вже було здійснено в рамках еволюційного підходу, що розглядає ПТР як цілісний біопсихосоціальний феномен.

Побудова спільної теоретичної платформи вимагає також уніфікації поняттєво-категоріального апарату, адже на сьогодні представники окремих напрямків оперують різними термінами для позначення різнобарвних проявів феномену ПТР. Особливу увагу на цю проблему слід звернути майбутнім вітчизняним дослідникам, адже їм належить не лише засвоїти існуючі теоретичні напрацювання, але й узгодити їх із термінологічним полем української психологічної науки.

Як було зазначено, науковці загалом окреслюють кілька сфер прояву ПТР, проте конкретний зміст та внутрішня структура феномену досі недостатньо зрозумілі, тому існує потреба в детальній операціоналізації даного конструкту. Також необхідно відмежувати його від інших конструктів, що стосуються сфери позитивного психологічного функціонування. Вирішення цього завдання пов'язане з організацією лонгітюдних кількісних і якісних досліджень, розробкою відповідних психометричних інструментів та визначенням зовнішніх критеріїв оцінки посттравматичного росту.

Список використаних джерел

1. Calhoun L. The foundations of posttraumatic growth : new considerations / L. Calhoun, R. Tedeschi // *Psychological Inquiry*. – 2004. Vol. 15. – № 1. – P. 93–102.
2. 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 / M. Christopher // *Clinical Psychology Review*. – 2004. – Vol. 24. – P. 75–98.
3. Joseph S. Growth following adversity: theoretical perspectives and implications for clinical practice / S. Joseph, A. Linley // *Clinical Psychology Review*. – 2006. – Vol. 26. – P. 1041–1053.
4. Joseph S. Assessment of positive functioning in clinical psychology: theoretical and practical issues / S. Joseph, A. Wood // *Clinical Psychology Review*. – 2010. – Vol. 30. – P. 830–838.
5. Lindstrom C. The relationship of core belief challenge, rumination, disclosure, and sociocultural elements to posttraumatic growth / C. Lindstrom, A. Cann, L. Calhoun, R. Tedeschi // *Psychological Trauma: Theory, Research, Practice, and Policy*. – 2013. – Vol. 5. – № 1. – P. 50–55.
6. Milam J. Posttraumatic growth and HIV disease progression / J. Milam // *Journal of Consulting and Clinical Psychology*. – 2006. – Vol. 74. – № 5. – P. 817–827.
7. Miller T. Trauma, change, and psychological health in the 21st century / T. Miller // *American Psychologist*. – 2007. – Vol. 62. – № 8. – P. 889–898.
8. Sawyer A. Posttraumatic growth and adjustment among individuals with cancer or HIV/AIDS: a meta-analysis / A. Sawyer, S. Ayers, A. Field // *Clinical Psychology Review*. – 2010. – Vol. 30. – P. 436–447.

9. Triplett K. Posttraumatic growth, meaning in life, and life satisfaction in response to trauma / K. Triplett, R. Tedeschi, A. Cann, L. Calhaun, C. Reeve // *Psychological Trauma: Theory, Research, Practice, and Policy*. – 2012. – Vol. 4. – № 4. – P. 400–410.

10. Zoellner T. Posttraumatic growth in clinical psychology – a critical review and introduction of a two component model / T. Zoellner, A. Maercker // *Clinical Psychology review*. – 2006. – Vol. 26. – P. 626–653.

Е. А. Шелюг

МНОГОМЕРНОСТЬ ФЕНОМЕНА ПОСТТРАВМАТИЧЕСКОГО РОСТА: БИОЛОГИЧЕСКАЯ, ПСИХОЛОГИЧЕСКАЯ И СОЦИОКУЛЬТУРНАЯ СОСТАВЛЯЮЩИЕ ЛИЧНОСТНЫХ ТРАНСФОРМАЦИЙ

В статье рассмотрены ведущие теоретические концепции феномена посттравматического роста, разработанные на сегодняшний день в западной психологии. Проанализированы проявления ПТР на разных уровнях и в разных сферах опыта. Осуществлена попытка интеграции существующих представлений о механизмах и факторах ПТР в рамках холистического подхода к посттравматическому росту как биопсихосоциальному феномену. Начертаны возможные дальнейшие пути разработки данной научной проблемы.

Ключевые слова: *психологическая травма, посттравматический рост, посттравматическое стрессовое расстройство, биопсихосоциальный подход.*

O. A. Sheliug

MULTIDIMENSIONALITY OF THE PHENOMENON OF POSTTRAUMATIC GROWTH: BIOLOGICAL, PSYCHOLOGICAL AND SOCIOCULTURAL ELEMENTS OF PERSONALITY TRANSFORMATIONS

Traumatic stress is a widespread phenomenon in the contemporary world due to the emergency of different war, epidemiological and ecological challenges in modern societies. Psychological science has contributed much to the studies of the negative consequences of traumatic experiences, i.e. posttraumatic stress disorder. However, the huge body of empirical research suggests that some personal gain following adversity, i.e. posttraumatic growth appears to me more common in the aftermath of trauma. Although the idea of personal growth through suffering was cultivated for ages in literature and philosophy, it became a focus of academic interest only within the past two decades.

In this paper a brief overview of the main current theoretical models of the phenomenon of posttraumatic growth is suggested: the functional-descriptive model of R. Tedeschi and L. Calhoun, the person-centered model of S. Joseph and biopsychosocial-evolutionary model of M. Christopher. R. Tedeschi and L. Calhoun describe trauma as a “seismic” shattering of the pretrauma schema that challenges core beliefs, goals and ways of managing distress. This dramatic shift leads to the ruminative activity, automatic in the immediate aftermath of trauma and more effortful later. Such cognitive activity is directed at rebuilding the pretrauma schema and often results in narrative development, part of which may be the search for meaning. S. Joseph suggests the model based on theoretical assumptions of C. Rogers. In the person-centered theory posttraumatic stress is understood as a normal psychological manifestation of the process of breakdown and disorganization of the self-structure aimed at the congruent reintegration of self with experience. In case if this process results in moving beyond person’s pretrauma levels of functioning, we talk about PTG. Posttraumatic growth is characterized by accommodation of the new information related to trauma and developing the revised worldview. PTG is also a meaning making process, and in theories of growth meaning is understood rather as significance than as comprehensibility. Thus, one of the cognitive outcomes of the processing of the trauma related information might be growth that indicates the person’s movement toward becoming fully functioning. M. Christopher argues that the trauma response is an evolutionary inherited mechanism for metalearning, which shatters and reconstitutes the metaschema (i.e. concepts of self, society and nature), in which learning normally takes place. Taking into account mentioned theoretical perspectives and up-to-date empirical data, we analyzed PTG manifestations in different domains of experience as well as on different levels of personality functioning.

The posttraumatic growth is evident in cognitive, emotional, interpersonal and broader sociocultural functioning of trauma survivors. The core resulting element of PTG is rebuilt metaschema, reconstructed concepts of self and society, pointing out that PTG largely regards to axiological personality dimension. Despite recognizing all the variety of outcomes of PTG, most of the theorists focus on some particular level to explain the mechanisms of possible reactions to traumatic experience. Nevertheless, the theories listed above offer different but complementary levels of analysis that gives an opportunity to build a common theoretical platform.

An integration of current research based on biopsychosocial-evolutionary view was originally proposed by M. Christopher. This theoretical framework facilitates revealing evolutionary inherited mechanisms of biological response to traumatic stress and explaining complicated two-way connections between different levels of posttraumatic experience. We consider a holistic approach to PTG as a unitary multidimensional phenomenon to be one of the basic assumptions in further theorizing about factors, correlates, structure and mechanisms of posttraumatic growth.

Finally, we suggest possible directions of future research that may contribute to developing comprehensive and precisely operationalized theoretical model of PTG.

Keywords: *psychological trauma, posttraumatic growth, posttraumatic stress disorder, biopsychosocial approach.*

Надійшла до редакції 21.10.2013 р.