

## ЛІТЕРАТУРНА СПОВІДЬ ЯК ЗАСІБ ПОДОЛАННЯ ПОСТТРАВМАТИЧНИХ РОЗЛАДІВ

*Гудінова І.Л. Літературна сповідь як засіб подолання посттравматичних розладів. Літературна сповідь містить в собі елемент катарсису, а розкаяння і покаяння мають психотерапевтичний характер, справжнє покаяння передбачає онтологічну трансформацію, збирання себе у цілісну особистість. Зовнішній контроль за смислами стає внутрішнім – звіт совісті. Відбувається дистанціювання та розрив з минулим, виникає інакшість буття завдяки морально-вольовим імпульсам, які дозволяють зосередитись на певних режимах свідомості і стратегіях діяльності. Цей процес відбувається завдяки триєдності «бути-знати-хотіти». Далі, намічається топос «дороги», як життєвого шляху для нової людини. Ключовим моментом покаяння є осяяння, пов'язане з баченням саме нової життєвої дороги. Таке світорозуміння самостверджує людське буття.*

**Ключові слова:** літературна сповідь, нарратив, життєвий шлях.

*Гудінова И.Л. Литературная исповедь как средство преодоления посттравматических расстройств. Литературная исповедь содержит себе элемент катарсиса, а раскаяние и покаяние имеют психотерапевтический характер, настоящее покаяние предусматривает онтологическую трансформацию, объединение себя в целостную личность. Внешний контроль за смыслами становится внутренним - отчет совести. Происходит дистанционирование и разрыв с прошлым, возникает другое бытие благодаря морально-волевым импульсам, которые позволяют сосредоточиться на определенных режимах сознания и стратегиях деятельности. Этот процесс происходит благодаря триединству «быть—знать—хотеть». Дальше, намечается топос «дороги», как жизненного пути для нового человека. Ключевым моментом покаяния является озарение, связанное с виденьем именно новой жизненной дороги. Такое миропонимание самоутверждает человеческое бытие.*

**Ключевые слова:** литературная исповедь, нарратив, жизненный путь

**Актуальність дослідження.** Війна і критичні життєві ситуації найбільш здатні швидко змінювати смислові цінності і життєві пріоритети і зцілювати людину з посттравматичними розладами. На війні особливо потрібна підтримка як дружня і психологічна, так і капеланська. Тема сповіді стає стартовою для будь якого напрямку чи то просто нарративної розповіді, чи то упорядкованої літературної сповіді, а далі і «смилу в собі» – «смислу для себе».

Аналіз останніх досліджень Дослідженнями аспектів сповіді як культурного жанру, історію становлення її як жанру займалися такі автори як Шостин А. (1887) Алмазов А. (1894), Марков С.М. (1987), Уваров М.С. (1998), Душин О.Е. (2005), Хоружий С.С. (2012).

**Метою статті** є спроба коротко схарактеризувати шлях відокремлення публічної літературної сповіді (ПЛС) від церковної як джерела даного жанру, далі, перетворення та трансформування ПЛС в публічну літературну Інтернет сповідь (ПЛІС), і на кінець, потрапляння ПЛІС в поле зору наратології. У нас немає на меті поєднати церковні та світські жанри сповіді, ми спробуємо осмислити сам процес аналізу «буденних» та «небуденних» життєвих ситуацій людиною (Т.М. Титаренко), та взаємодоповнити їх додатковими смисловими, моральними та етичними домінантами.

Виклад основного матеріалу дослідження. Розвиток, формування та становлення будь якого жанру і є його історією.

Поняття сповідь утворена від префіксного дієслова «поведати» «розповісти». Сповідь «ізівіт» - це намагання об'єктивно розібратися в собі, як скоріше створити чітку картину буденності завдяки вірному тлумаченню подій і трансформуванню їх в нові погляди на ці ж події. Перші церковні сповіді є нічим іншим як «турботою про себе». Саме смисловий «бунт» і приводить до сповіді, а досягнення і відчуття духовної благодаті і є бажаним результатом душевних митарств. За умови відсутності сенсу буття, смисли не зводяться до єдиного погляду на світ.

Сама по собі сповідь містить елемент катарсису, а розкаяння і покаяння мають психотерапевтичний характер, справжнє покаяння передбачає онтологічну трансформацію, збирання себе у цілісну особистість. Коли цей процес відсутній, то особистість «розпадається» на фрагменти «Я», і наступний вибір ідентичності нестійкий і нетривалий [9]. Перші сповіді ставили людину перед обличчям Бога\Творця\Вчителя і вибором розкаяних вчинків (тобто «я шкодую що так сталося, але обставини того вимагали», і покаяннями (тобто «ніколи і нізащо таке не повториться»). Церковну сповідь можна вважати основою, що веде до розміреного способу життя належного звичайному християнинові, потреби повсякденного соціокультурного осмислення цього життя. Таїнство покаяння є моральною подією, в якій віруючий визнає свою гріховність і є істотою, яка знаходиться в становленні, потребує змін, перебудови, очищення, необхідних для набуття повноти і цілісності [9]. Зовнішній контроль за смислами стає внутрішнім – звіт совісті. Відбувається дистанціювання та розрив з минулим, виникає інакшість буття завдяки морально-вольовим імпульсам, які дозволяють зосередитись на певних режимах свідомості і стратегіях діяльності. Цей процес відбувається завдяки триєдності «бути-знати-хотіти». Далі, намічається топос «дороги», як життєвого шляху для нової людини. Ключовим моментом покаяння є осяяння, пов'язане з баченням саме нової життєвої дороги. Таке світорозуміння самостверджує людське буття.

Словник В.І. Даля для слова сповідь приводить два значення: 1) «таїнство покаяння», 2) «щиріше і повна свідомість, пояснення переконань своїх, помислів і справ» [5]. Сповідь, це звернення до Бога\Творця\Вчителя, яке регулярно повторюється, це не тільки зосередженість на осмисленні власного життя, але і розгляд таких філософських категорій, як час «я в часі – я поза часом».

Першою ж ПЛС була «сповідь» бл. Августина з темами «я, мій внутрішній світ і космос», «час як абсолют, і час в якому я живу». Августина можна вважати творцем нового публічного літературного жанру. Сповідь в літературі це твір, в

якому оповідання ведеться від першої особи, при чому оповідач впускає читача в найпотаємніші глибини власного духовного життя, прагнучи зрозуміти «кінцеві істини» про себе, своєму поколінню.

Деякі автори прямо так і називали свої твори: «Сповідь», визначаючи цим граничну відвертість - власну: «Сповідь» (1766-69) Ж.Ж. Руссо, «De profimdis» (1905) О. Уайлда, «Авторська сповідь» (1847) Н.В. Гоголя, «Сповідь» (1879-82) Л.Н.Толстого, в поезії - ліричного героя: «Сповідь сина століття» (1836) А. Мюссе, «Сповідь молодій дівчині» (1864) Ж. Санд, «Гусарська сповідь» (1832) Д.В. Давыдова, «Сповідь» (1908) М. Горького, «Сповідь хулігана» (1921) С.А. Есенина.

В сучасному світі сповідь вважають особливим видом автобіографії, яка охоплює ретроспективні спогади. Хоча, «у спогадах немає того, що є у жанрі сповідь. Сповідь - це не розповідь про прожиті дні, таємниці, до яких автор був причетний, це щира оцінка своїх дій і вчинків, здійснених у минулому, з урахуванням того, що оцінка ця дається перед обличчям Вічності в етичних категоріях людського життя, розкаяння та каяття» [7].

Внутрішнє життя стає метою опису, і може з'являтися у вигляді розрізнених заміток і роздумів, або осмислених і впорядкованих. Тут історія внутрішнього духовного зростання, описана самою людиною, і вимагає хронологічної рамки, яку самі роздуми намітити невзможі, - їх доводиться брати із зовнішніх подій людського життя (соціокультурного досвіду). М.М. Бахтін зазначав, «автор, він же одночасно і герой, є і носієм цілого твору. Свідомість автора включає свідомість героя і його світ» [2]. Дослідженнями аспектів сповіді як культурного жанру, історією становлення як жанру займалися такі автори як Шостин А. (1887) Алмазов А. (1894), Марков С.М. (1987), Уваров М.С. (1998), Душин О.Е. (2005), Хоружий С.С. (2012).

До жанру сповідь дотичні не тільки автобіографії, а і щоденники <<http://www.litdic.ru/dnevnik/>>, записки, романи в листах, які можуть належати як художній, так і художньо-документальній прозі, - «Життя» <<http://www.litdic.ru/zhitie/>> протопопа Авакума (1672-75), «Записки і пригоди знатної людини, що віддалилася від світла» А.Ф. Прево (1728-31), епістолярний роман Ж. де Сталь «Дельфіна» (1802), «Замогильні записки» Ф.Р. де Шатобріана (1848-50), «Щоденник» братів Гонкур (1956-58), «Вибрані місця з листування з друзями» (1847), «Записки божевільного» Гоголя (1835), «Щоденник письменника» (1873-81), «Записки з Мертвого будинку» (1860-62), «Записки з підпілля» Ф.М. Достоевського (1864).

Щоденникові записи а також Інтернет щоденники (блоги) також здатні дивувати своєю відвертістю, і тому отримують назву публічної літературної Інтернет сповіді (ПЛІС). Жанровою ознакою яких є багатозаровість і багатовекторність духовних пошуків.

ПЛІС як і церковна сповідь є у своєму роді літературним узагальнюючим твором, який вирішує питання благодатних взаємин і свобод волі, це не просто перегляд подій, а перегляд свого до них відношення, покаяння, і декларацію принципів, які людина сповідує і на далі буде сповідувати.

В свій час Б. Сток намагався розділити сповідальне оповідання на наративне і аналітичне. Дві перспективи і дві точки зору - людська і божественна, які протиставлялися у часовому вимірі. У сповіді свобода волі представлена як абсолютно виразна частина людської поведінки: людина вільна в своїх вчинках бути незламною та незалежною.

В Інтернеті ПЛІС має наративу форму вираження. Наратив в свою чергу є самодостатня і сам оцінна оповідь людини про своє життя з подіями упорядкованими у хронологічному часовому порядку, і такими що містять вже певні етичні орієнтири, або ціннісні аспекти. За його допомогою відбувається організація переживання соціального часу, біографічного часу, що дає можливість глибше зрозуміти сенс твору на основі творчого мислення автора. Сюжет у наративі є процес перетворення одиничних подій в єдине ціле. Наратив не просто реєструє події, він констатує їх і інспектує їх як значущі частини осмисленого цілого. З його допомогою ми можемо дати пояснення долі індивіда або народу. Це оповідь з відкритим фіналом, «доповнена супутніми обставинами і умовами». Якщо в наративі використовується такий етичний елемент як покаяння, то наратив має завершену константну форму, яка в процесі осмислення отримала лаконічне смислове «табу», чи «лаконічний текстовий мотиватор». Наприклад «думати потрібно головою а не суспільною думкою».

Часто «смысл на всі випадки життя» який отримуємо в процесі осмислення життєвої ситуації має метафоричну форму вираження для більш підсиленого вираження думки. За типом впливу на оповідача сповіді цілком можна назвати емотивними (від лати. *emoveo* - хвилювати), тому що вони орієнтовані на особовий хвилюючий стан людини. Ступень розкриття свого «плотського світу» трансформується в «утіху філософствуванням»).

Метафора (від грец. - перенесення) представляє мовне вираження, завдяки якому слова і вирази у переносному розумінні, долають межі між двома основними типами мислення - міфопоетичним і дискурсивно-логічним (людина порівнює «я як...» («вільний птах»)), «воно як...» («как прах перед лицем ветра»)). П. Рікер головною здатністю метафори вважає передачу непереказної інформації. Вона не тільки формує уявлення про об'єкт, вона також зумовлює спосіб і стиль мислення [12]. Разом з метафорою велике значення в тексті грає символ. А.Ф. Лосев вважав, що символ - це сама річ в її суті. Символ нам даний, а не заданий, і найголовніше - це правильне його розуміння, інтерпретація. Тільки за допомогою символу слова перетворюються на образ. Автор вказав на дві ознаки символу: це наочність символічної подібності, вкоріненої в соціокультурному досвіді, і символ як сенс з вказівкою на інше, неочевидне. Ось це і є ознаками іншомовності [8]. Далі, взаємопроникненість і образність предмету надає можливість вийти за рамки сказаного і встановити соціокультурні закономірності. Єдиним символічним знаком для всіх форм філософської автобіографії є Я. Я - це презентація себе, своєї життєвої позиції і одночасно пошук, пізнання цього Я. Автор, використовуючи різні мовні засоби: метафору, символ, алегорію, порівняння, уподібнення і ін., виражає себе, створює просторову перспективу тексту.

Інтернет блоги зі своїми життєвими подіями можна теж розцінювати з погляду релігійного християнського вірування і з урахуванням всього процесу становлення сповідувального жанру це своєрідні місіонери духовності.

На початку слід зазначити, що слово «сповідь» сьогодні означає дві різні речі: 1) подієве оформлення таїнства покаяння; 2) літературний публічний жанр ( тут сповідь — розповідь, вислів, визнання, свідцтво, коли людина може повідати щось іншому, розділити з ним своє знання) [6]. Також, автор літературної сповіді свідчить словом про свій шлях, досвід і стан душі. Але, не дивлячись на цю схожість, сповідь церковна і літературна протилежна по своєму внутрішньому устрою і настрою. Можна позначити це протистояння як прагнення до двох меж мови: повноти і яскравості слова (у літературній сповіді) і повноти мовчання (у таїнстві покаяння).

Сповідь як таїнство є етичною подією. Людина, що кається чи осмислює минуле, усвідомлює себе як таку, що потребує переоблаштування, смислового зрушення, очищення, зміни, необхідних для отримання повноти і цілісності.

Так характерним для Інтернет щоденників, як зазначалось є нарративна форма викладення. Даний опис має жанр публічної літературної Інтернет сповіді (ПЛІС) та публічної літературної Інтернет проповіді (ПЛІП). Цікавість цього феномену полягає для нас в тому, що блогер майже ніколи не пише в жанрі ПЛІС, тобто, не аналізує свої життєві смисли (з когнітивної, смислової, культурної точок зору) [11] і не шукає діалогу з іншими блогерами для розгляду своїх поглядів під різними кутами зору. Він постійно інформує блогосферу в жанрі ПЛІП, як лідера прогресивної думки, і вважає свої думки недоторканими і не вартими критики (відчуває себе віртуальним божеством). Так дослідження показало, що блоги за своїм жанром і стилем викладення мають 87% ПЛІП, і тільки 13% ПЛІС.

Такий феномен, як літературна проповідь та сповідь з'явилися мабуть в Інтернеті не випадково, можливо вони природно викликані безтілесністю віртуальної особистості (яку деякі автори порівнюють з духами, гомункулусом, големом та ін.) і наскрізним просякненням псевдо життями. Напевне саме православне вірування допоможе знайти і відчуті грані між душею і духами, совістю і соромом, та їх відсутністю і відчуттям порожнечі [13].

В ідеалі ПЛІС розглядається як унікальне явище культури, що організовує хаос свідомості новоєвропейської людини, не залежно від того, який смисл – релігійний, світський, філософсько-символічний чи психологічний – закладений в це поняття. В ній надається головування створенню «книги життя» яка веде до гармонії буття у цьому світі [3].

Саме звернення до православних канонів і розгляд їх в контексті наукової герменевтики не випадкове і не спонтанне. В них часто окрім багатьох інших тем зустрічаються такі мотиви як боротьба з пагубністю, моральне очищення, наближення до Бога (культурного Абсолюту чи поняття Вчителя). Тут витоком духовного життя стає самопізнання. Згідно православній аскетиці, важливою перешкодою духовного життя є самоомана «прелесть», «висока думка про себе». Тобто, необхідне для спасіння самопізнання, можливе лише в діалозі з соціумом та божественною благодаттю чи культурним Абсолютом (традиційні соціокультурні цінності).

Результатом оцінки людиною свого морального стану з точки зору православ'я постає покаяння. А в сучасній культурі набувають популярності публічні самопрезентації, які мають віддалену схожість зі сповіддю, але блог можна вважати досить непоганою репетицією. Так, в кращому випадку ми маємо розкаяння а не покаяння в текстах блогів. Покаяння можливе лише від особистості до Бога чи Культурного абсолюту. [3] Розкаяння ж «без адресата» виражає лише жаль про моральну помилку. Окрім того, розкаяння цілком направлене на минуле, покаяння ж націлене на майбутнє, головний його зміст – зміна свідомості й «серця», бажання не повторювати невірних чи ганебного. Розкаяння зачіпає окремі частини вчинку людини, покаяння ж визначає «зміст і напрямок особистого життя людини, всієї її поведінки в майбутньому» [4]. Погоджуємося з релігієзнавцями, що ПЛІС та ПЛІП в силу багатьох обставин є віддаленою від початкових канонічних витоків, але, якщо зважати, що за основу беруться глибинні механізми зцілюючі душу і такі, що адаптуються до соціально-духовних потреб, то можливо така робота того варта. Ми в жодному разі не будемо намагатися вивести щось спільне чи «схрестити» наукову думку з незвіданими духовними таїнствами. Ми продовжуємо намагатися взаємодоповнити наші дослідження направлені на психологічно комфортні умови перебування блогера у блогосфері. Спробуємо не дати розчинитись у просторі недостовірної інформації, спробуємо намітити напрямок для глибокого осмислення «буденних» та «небуденних» подій життя.

Один з найбільш яскравих симптомів сучасного падіння рівня моральності, це націленість на цінності споживання, кар'єри, успіху, життєвого комфорту. Але така самоціль приречена в кінці-кінців, на переживання порожнечі і нікчемності свого існування. Тільки той хто здатен вести з собою «невидиму брань» (пр. Никодим Св'ятогорець) досягне духовно-морального прозріння.

ПЛІС як відкрита нарація має певну незриму структуру і функції: очищення від псевдо правди; визнання будь чого (переводить факти в моральну площину); розвінчування ганебного, яке потім виступає в якості національного досвіду - заповіді. ПЛІС відбуваються під тиском обставин життя. Такий контроль над собою і своїми вчинками та думками несумлінно веде до моралізації особистості. Ми вважаємо, що цей жанр дисциплінує людину, більше того, у цьому жанрі природно поєднуються істина і цінності, теорії роздумів з поведінковими практиками. Не варто вважати, що відбувається репресія над самим собою, на справді, відбувається набуття здатності бажати того, що в подальшому дозволить комфортно існувати у суспільстві в соціокультурних рамках.

Канонічна сповідь веде до наближення до Божественного \ етично високого, ПЛІС стилістично упорядковує думки. І тут на нашу думку, повинна зникнути межа між я блогер і я «віртуальне божество».

ПЛІС властива завершеність, вона покоїться як річ, як художній текст. Вона на відміну від церковної упредметнює, ущільнює особу до завершеності героя естетичної діяльності. Якщо слово в церковній сповіді стоншується до смислового вислову і прагне розчинитися в мовчанні, то літературна сповідь прагне до докладного, детального, психологізованого опису всіх подій і рухів душі. Будь-який факт внутрішньої і зовнішньої біографії отримує всебічне мотивування, описується весь комплекс причин і наслідків будь-якого вчинку, піддаються аналізу стану і переживання. Слова набувають гнучкості, багатосенсовості, прагнуть адекватно показати складність внутрішнього життя і хитросплетіння долі.

Тут церковна і літературна сповіді співвідносяться не як «високе» і «низьке», «гідне» і «негідне», але скоріше як вдих і видих, звернення єдиної людини до Бога\Вчителя і до ближнього. Їх паралельне існування в духовному житті створює рівновагу культури.

Окреслений нами підхід дозволяє загалом прослідкувати паралелі між віртуальною особистістю, як безтілесним інтелектуальним згустком і духом чи душею – також безтілесною і інформаційно насиченою суттю. Можливо ці два феномени тяжіють одне до одного.

Велику увагу в аскетичній літературі приділяють розгляду фундаментальних розбіжностей між добро заради чогось і добро «Христа ради чи просто так».

В ідеалі блог з його специфічною регулюючою комунікацією, з широкими можливостями вибору референтної групи для отримання зворотного зв'язку і спостереженням за рефлексією досвіду життєвого шляху інших людей, дозволяє сформулювати не тільки навички комунікації, але й усвідомити, апробувати, натренувати свій спосіб усвідомленої життєдіяльності в якості суб'єкта власного життєвого шляху. І можливо на проти таких тем в Інтернеті як «Біблія заможного життя» та «Магія духовності» не буде такого пожвавленого «ОКання».

Нові дії та вчинки необхідні задля того, щоб побачити прояв нової сутності людини.

### Список використаних джерел:

1. Алмазов А. Тайна сповідь в православній східній Церкві. Одеса, 1894. Репрінт: М., 1995. Т.1., с. 49
2. Бахтин М.М. Автор и герой эстетической деятельности / М.М. Бахтин // Бахтин М.М. – работы 1920-х годов. – К.: Next, 1994. -383 с.
3. Борисов С. Б. Мир русского девичества. 70-90 гг. XX века: монография / С.Б. Борисов. – Москва: «Ладомир», 2002. – С. 255-262. - ISBN: 586218418x.
4. Горный Е. Онтология виртуальной личности [Электронный ресурс] \ Новосибирский институт экономики, психологии и права. – «Новосибирское книжное издательство». - 2004. – С. 78-88. <http://www.netslova.ru/gorny/vl.html> (12.04.2015).
5. Даль В. И. Толковый словарь великорусского языка. / В.И. Даль. – М.: В 4 т. – Т.3. 1978. – С. 238.
6. Даль В. И. Толковый словарь великорусского языка. / В.И. Даль. – М.: В 4 т. – Т.4. 1980. – С. 59.
7. Казанский Н.Н. Исповедь как литературный жанр // Весник истории, литературы, искусства/ РАН, Отд-ние ист.филол.наук; гл. ред. Г.М. Бонгард-Левин. М.: Собрание, 2009. – Т. 6. – С. 73-90. – Библиогр.: с. 85-90 (45 названий) [Электронный доступ] [http://krotov.info/libr\\_min/10\\_y/az/ansky\\_01.htm](http://krotov.info/libr_min/10_y/az/ansky_01.htm) (12.04.2015).
8. Лосев А. Ф. Проблема символа и реалистическое искусство.— 2-е изд., испр.— М.: Искусство, 1995.—320 с.
9. Мазур Л. Сповідь: особливості її впливу на становлення самоідентичності особистості в постмодерну добу / Л. Мазур // Світогляд - Філософія - Релігія: 36. наук. пр. — Суми: ДВНЗ "УАБС НБУ", 2011. — № 2(2) [Електронний доступ] <http://dspace.nbuv.gov.ua/handle/123456789/39545> (12.04.2015).
10. Марков С.М. Зачем человеку исповедь? ил. (Беседы о мире и человеке). М.: Политиздат, 1978. - 87 с.
11. Проблеми психологічної герменевтики. Монографія \За ред. Н.В. Чепелевої . – К.: Міленіум, 2004. – 276 с.
12. Рикёр, П. Я-сам как другой / Пер. с франц. - М.: Издательство гуманитарной литературы, - 2008 (французская философия XX века). - 416 с.
13. Сулер Дж. Люди превращаются в Электроников: основные характеристики виртуального пространства [Электронный ресурс]: \ «Флогистон», психология и интернет. – М., 1998. - <http://flogiston.ru/articles/netpsy/electronic> (22.06.2010).
14. Уваров М.С. Архитектоника исповедального слова Проект поддержан Российским гуманитарным научным фондом, грант № 97-03-16117 [Электронный ресурс]: \ Изд. «Алетейя», СПб., 2006. - <http://www.philosophy.ru/library/uvarov/02/00.html> (22.06.2010).

### REFERENCES:

1. Almazov, A. (1894). *Tayna spovid v pravoslavny shldny Tserkvl. [Mystery spovid in pravoslavny shhidny Tserkvi]*. Odesa: [in Russian].
2. Bahtin, M.M. (1994). *Avtor i geroy esteticheskoy deyatel'nosti [Author and aesthetic activity hero]* Moscow: [in Russian].
3. Borisov, S. B. (2002) *Mir russkogo devichestva. 70-90 gg. XX veka [World Russian girlhood 70-90. The XX century]*. S.B. Borisov. Moskva. [in Russian].
4. Gorniy, E. (2004) *Ontologiya virtualnoy lichnosti [Virtual personality Ontology]* [Elektronniy resurs] <http://www.netslova.ru/gorny/vl.html>. Moscow: [in Russian].
5. Dal, V.I. (1978) *Tolkoviy slovar velikorusskogo yazyika. [Explanatory Dictionary of the Russian Language]*. Moscow: [in Russian].

6. Dal, V.I. (1980) Tolkovyyi slovar velikorusskogo yazyka. [*Explanatory Dictionary of the Russian Language*]. Moscow: [in Russian].
7. Kazanskiy, N.N. (2009) Ispoved kak literaturnyyi zhanr [*Confession as a literary genre*] [Elektronniy dostup] [http://krotov.info/libr\\_min/10\\_y/az/ansky\\_01.htm](http://krotov.info/libr_min/10_y/az/ansky_01.htm) Moscow: [in Russian].
8. Losev, A.F. (1995) Problema simvola i realisticheskoe iskusstvo. [*The problem of character and realistic art*] Moscow: [in Russian].
9. Mazur, L. (2011) Spovld: osoblivostl YiYi vplivu na stanovlennya samoidentichnostl osobistostl v postmodernu dobu. [*Spovid: osoblivosti ii vplivu emergent samoidentichnosti osobistosti in postmodern Dobou*] Moscow: [in Russian]. [Elektronniy dostup] <http://dspace.nbuv.gov.ua/handle/123456789/39545>.
10. Markov, S.M. (1978) Zachem cheloveku ispoved? il. (Besedyi o mire i cheloveke). [*Why would a man's confession? il. (Conversations about the world and man)*]. Moscow: [in Russian].
11. Chepeleva, N.V. (2004) Problemi psihologichnoyi germeneytiki. [*Problems psihologichnoi hermeneutics. Monograph*]. Chepeleva N.V. Kiev [in Russian]
12. Rik, Yor P. (2008) Ya-sam kak drugoy. [I-it-yourself another]. Moscow: [in Russian].
13. Suler, Dzh. (1998) Lyudi prevraschayutsya v Elektronikov: osnovnyie harakteristiki virtualnogo prostranstva [*People turn to electronics: the main characteristics of virtual space*] [Elektronniy resurs]: <http://flogiston.ru/articles/netpsy/electronic> Moscow: [in Russian].
14. Uvarov, M.S. (2006) Arhitektonika ispovedalnogo slova Proekt podderzhan Rossiyskim gumanitarnym nauchnym fondom, grant [Elektronniy resurs]: <http://www.philosophy.ru/library/uvarov/02/00.html> Moscow: [in Russian].

**Gudinova, I.L. Literary confession as a means of overcoming post-traumatic disorders.** *A literary confession, which contains the elements of catharsis, remorse and repentance, has a psychotherapeutic effect as it involves an ontological transformation, making an individual a whole person. The external control of the senses becomes the internal report of conscience. A break from the past forms another individual through moral and strong-willed impulses that allow focusing on certain modes of consciousness and strategy. This process is based on the trinity of being-know-want. This is a way of life for a new personality. The key insight of repentance is the acceptance of a new way of life.*

*A literary confession as an open narration has a certain invisible structure and functions which include removal of pseudo-truth, understanding of something (the moral interpretation of the facts), discrediting the shameful that then acts as the national experience, i.e. the commandment. This takes place under the pressure of life. This control of the individuals and their actions and thoughts leads to the individuals' moralization. The genre of literary confession disciplines individuals via the natural combination of truth and values, thinking theory with behavioral practices.*

**Keywords:** literary confession, narrative way of life

### Відомості про автора

Гудінова І.Л. – науковий співробітник лабораторії когнітивної психології Інституту психології імені Г.С. Костюка НАПН України, м. Київ, Україна

Gudinova, Iryna L. – Researcher, lab. of cognitive psychology, G.Kostiuk Institute of Psychology of the NAES of Ukraine, Kyiv