

УДК 159.9

Титаренко Тетяна Михайлівна

доктор психологічних наук, професор,
член-кореспондент НАПН України,
головний науковий співробітник лабораторії
соціальної психології особистості,
Інститут соціальної та політичної психології НАПН України,
Київ, Україна
ORCID ID 0000-0001-8522-0894
tytarenkotm@gmail.com

ЕКЗИСТЕНЦІЙНИЙ ЛАНДШАФТ ПОСТТРАВМАТИЧНОГО ЖИТТЄТВОРЕННЯ ОСОБИСТОСТІ

У тезаурус психологічних понять введено нове поняття ландшафту особистісного життєтворення як території життя, що має певні функціонально-динамічні характеристики та специфічну смислову конфігурацію. Акцентовано увагу на відмінностях поняття ландшафту особистісного життєтворення від традиційного поняття життєвого шляху, що полягають у більш локальному масштабі ландшафту, який задається постановкою актуальних життєвих завдань та пошуком оновлених ціннісно-смислових орієнтирів. Визначено наступні типи ландшафтів, що мають функціональну єдність: прагматичний, гедоністичний, споживацький, ландшафт служіння та екзистенційний.

Показано, що екзистенційний ландшафт акумулює у собі переживання посттравматичного етапу життя як особливого, усвідомлення інакшого змістового наповнення нового життєвого маршруту. З'ясовано основний функціонал екзистенційного ландшафту, що полягає у створенні умов для осмислення, переінтерпретації та інтеграції травматичного досвіду, який особистість набуває у межовій ситуації, у драматичних чи трагічних обставинах. Екзистенційний ландшафт розглянуто як найкоротший шлях особистості до самовідновлення та покращення психологічного здоров'я. Розкрито залежність тривалості перебування особистості у межах екзистенційного ландшафту від сили травмування (особливостей втрат, інтенсивності болісних спогадів) та ресурсу життєстійкості. Запропоновано варіанти спрямованості екзистенційного ландшафту: (а) на пошук професійної самореалізації, що потребує посилення режиму самоідентифікування; (б) на пошук спільності, що потребує посилення режиму діалогів; (в) на дистанціювання від певних людей, що потребує посилення режиму автономізації; (г) на пошук стабільних форм повсякденного життя, що потребує посилення режиму практикування.

Ключові слова: ландшафт особистісного життєтворення, екзистенційний ландшафт, ціннісно-смислові орієнтири, життєвий шлях, типи ландшафтів, посттравматичний етап життя, травматичний досвід.

THE EXISTENTIAL LANDSCAPE OF PERSONALITY LIFE-DESIGNING AFTER TRAUMA

Tetiana Tytarenko

Doctor of Science in Psychology, Professor, Corresponding Member of National Academy of Educational Sciences of Ukraine, Chief Research Fellow.

Institute of Social and Political Psychology, Kyiv, Ukraine

ORCID ID 0000-0001-8522-0894

tytarenkotm@gmail.com

A new concept of the personal life-designing landscape as an area of life with certain functional-dynamic characteristics and specific semantic configuration is included in the thesaurus of psychological concepts. The attention is paid to the differences between the concept of the personal life-designing landscape and the traditional concept of life path, which lie in the more local scale of the landscape, and is set by actual life tasks statement and finding updated value-semantic landmarks. The following types of landscapes with functional unity are defined: pragmatic, hedonistic, consumer, service and existential. It is shown that the existential landscape accumulates the experience of the post-traumatic stage of life as a special, awareness of the different meaningful content of the new life route. The basic functionality of the existential landscape has been found, which is to create the conditions for reflection, reinterpretation, and

integration of traumatic experiences that a person acquires in a border situation, in dramatic or tragic circumstances. The existential landscape is regarded as the shortest path for the individual to recover and improve his/her psychological health. There is revealed the dependence of the length of individual stay within the existential landscape on the force of trauma (peculiarities of losses, the intensity of painful memories) and the hardiness resource. It was invoked the options of the existential landscape directing: (a) for search for professional self-realization, which requires strengthening of the self-identification mode; (b) for the issue of cooperation, which requires strengthening of the regime of dialogue; (c) for distance from certain people, which needs to be strengthened by the autonomy regime; (d) for the search for stable forms of everyday life, which requires a strengthening of the practice regime.

Keywords: personal life-designing landscape, existential landscape, value-semantic landmarks, life path, types of landscapes, post-traumatic stage of life, traumatic experience.

Постановка проблеми. Серед провідних показників особистісного життєтворення як найскладнішого виду людської творчості слід назвати готовність до креативного реагування на несподівані події [Психологія..., 2016]. На жаль, війна, яка триває, несе надмірну кількість випробувань, викликів, ризиків, що безумовно впливає на творче ставлення людини до власного життя. Внаслідок тривалої травматизації суттєво знижуються соціально-адаптивні можливості людей, втрачається колишній рівень особистісної цілісності, комунікативної компетентності, професійної самоефективності, психологічного благополуччя [Титаренко, 2018]. У ситуації хронічної невизначеності і небезпеки здатність особистості шукати нові способи поведінки, більш ефективні форми взаємодії з оточенням суттєво знижується. Готовність конструктивно проектувати власне майбутнє у тих, хто був травмований внаслідок виснажливих воєнних дій, внаслідок втрати близьких, вимушеного переселення в інші регіони, майже зникає.

Аналіз останніх досліджень і публікацій. Розглянемо тезаурус, що охоплює психологічну лексику складного процесу переходу особистості від війни до миру. У цьому тезаурусі крім очевидного кластеру понять, що включає соціальну підтримку, психологічну допомогу [Arnberg, 2012; del Mar Chavarria Soto, 2019; Thoresen, 2019], реабілітацію, супровід [Соціально-психологічні..., 2019; Титаренко, 2018], є не менш значущий кластер, у якому розглядаються поняття переходу, компресії, реадaptaції, трансформації, посттравматичного життєтворення [Соціально-психологічні..., 2019; Титаренко, 2018; Crone, 2019; Flynn, 2019; Hampson, 2016; Moergeli, 2012]. Саме посттравматичне життєтворення і буде у фокусі уваги в цій статті.

Більшість досліджень, присвячених особистісним змінам після травми, зосереджуються навколо проблематики посттравматичного стресового розладу у різних його варіантах. Розвиток ПТСР може виступати чинником вибору людиною різних траєкторій руху: траєкторії опору (resistance), траєкторії відновлювання (resilience), хронічної та відстроченої траєкторій [Bryant, 2015; Karstoft, 2015; Pietrzak, 2014]. Люди, які рухаються хронічною траєкторією, мають високий початковий рівень посттравматичного стресу, який майже не послаблюється протягом перших років. У тих, для кого характерна відстрочена траєкторія, високий рівень розладів виникає через кілька місяців після події і з часом може навіть посилюватися [Arnberg, 2015]. У певній кількості людей стресові ознаки відстежуються понад рік (14%), а то й більш як три роки (11%) [Arnberg, 2012]. Існують дослідження, згідно яким люди, що вижили після катастрофи, повідомляють про підвищений рівень тривожності та депресії через 26 років після події [Thoresen, 2019].

На щастя, у двох третин постраждалих гострота деструктивного емоційного стану згодом минає, і ПТСР не наступає. Завдяки власним копінг-стратегіям і підтримці оточення вони відновлюються, повертаються у благополучне «життя до травми», а дехто навіть переходить у режим особистісного зростання. Важливо зрозуміти, як вони

трансформуються, яким чином пристосовуються до посттравматичної реальності, асимілюють травматичний досвід.

Пошуки відповідей на ці запитання підштовхнули до необхідності введення у тезаурус психологічних понять нового поняття «ландшафту», що дає змогу не лише аналізувати рух особистості життєвим шляхом, а й акцентувати увагу на різних, якісно несхожих його періодах, на територіях життя, під час проходження яких відбуваються відчутні, значущі особистісні зміни.

Термін «ландшафт» мігрував у соціальні науки з географії, де він і досі позначає територію, яка має єдину структуру, динаміку, один й той самий рельєф. Останнім часом ландшафт починають розглядати також як соціокультурну категорію і у такому вигляді активно використовують у гуманітарній географії, культурній антропології, релігієзнавстві, а особливо у близькій нам соціології, насамперед у соціології знання. Це не лише модна тенденція, оскільки класик соціологічної науки Пітерим Сорокин оперував цим терміном, позначаючи ним певний простір в його соціологічній інтерпретації [Сорокин; 2012].

Протягом останнього десятиліття можна зустріти публікації про інтелектуальний [Василькова, 2011], сакральний [Мищенко, 2018], медіа- ландшафти [Суська, 2019], навіть про ландшафти щастя [Черняєва, 2013]. О.В.Мищенко визначає сакральний ландшафт як історично сформовану сукупність взаємопов'язаних природних, природноантропогенних і антропогенних складових, що характеризується просторовою та часовою організованістю, відносною стійкістю, здатністю функціонувати як єдине ціле [Мищенко, 2018, с.85]. В.В.Василькова та Н.В.Басов вважають метафору ландшафту концептуальною орієнтаційною метафорою, що базується на просторових диспозиціях: «вертикальний-горизонтальний», «центральный-периферійний», «внутрішній-зовнішній» тощо. Такий фокус бачення дозволяє у теоретизуванні створювати трьохмірні моделі, поєднуючи «горизонтальні» і «вертикальні» виміри [Василькова, 2011, с.26].

Серед **невирішених проблем** залишаються складні питання динаміки особистісних посттравматичних змін, вибору конструктивних траєкторій руху, перспектив перебудови життєвого світу, відповідальності людини за власну самореалізацію, способів переходу з одного ландшафту особистісних трансформацій на інший.

Мета статті – окреслити специфіку ландшафту посттравматичного життєтворення особистості, віднайти способи побудови особистістю власного життя після пережитої травми.

Виклад основного матеріалу дослідження. Щоб дати визначення новому психологічному поняттю «ландшафт особистісних трансформацій», розглянемо його специфіку у порівнянні з традиційним поняттям життєвого шляху. Терміни не є синонімічними, тотожними, оскільки на відміну від життєвого шляху ландшафт має більш локальний, обмежений масштаб, не є лінійною моделлю руху і не претендує на охоплення цілісної історії життя особистості від народження до смерті. Рухаючись власним життєвим шляхом, переживаючи певні складні часи, людина час від часу потрапляє на різні території, долає різні ландшафти, які змінюють одне одного.

Ландшафт особистісних трансформацій можна визначити як специфічну територію життя, що має певні характеристики, ціннісно-смыслову конфігурацію. Особистісний ландшафт не існує окремо від соціокультурної, суспільно-політичної, економічної дійсності. Взаємовпливи всіх цих контекстів життя призводять до того, що структура ландшафту завжди нелінійна та неоднорідна, гетерогенна. Динаміка ландшафту передбачає впізнаванність унікального життєвого світу особистості з його просторово-часовими характеристиками на кожному етапі руху життєвим шляхом.

Відносна усталеність, структурна і векторна стабільність того чи того ландшафту забезпечується ціннісними пріоритетами особистості, її стратегічними життєвими виборами.

Визначимось з типами ландшафтів, обравши в якості критерія провідні ціннісно-сміслові орієнтири особистості, що задають своєрідну конфігурацію кожного ландшафту, його функціональну єдність.

1. Прагматичний ландшафт, характерний для активних, цілеспрямованих, амбітних людей, вектор життя яких спрямований на матеріальні цінності, успіх, кар'єру, визнання.

2. Гедоністичний ландшафт, коли ціннісно-смісловими орієнтирами є відсутність напруження, прагнення задоволення, насолоди, комфорту і кайфу.

3. Споживацький ландшафт з його символічними, іміджевими, брендовими характеристиками, навколо яких тепер розгортається життя, тоді як раніше, на думку соціологів, життя розгорталося навколо виробництва [Черняєва, 2013]. Відповідно, цінностями, що задають вектор руху, є отримання нових товарів, послуг, вражень, надія на свій шанс, удачу, екстремальні задоволення.

4. Ландшафт служіння, коли ціннісно-сміслові орієнтири вибудовуються навколо безкорисливої праці на благо інших, волонтерства, самопожертви, добровільного захисту вітчизни.

5. Екзистенційний ландшафт, що неодноразово розгортається протягом життя внаслідок потрапляння особистості у напружені, драматичні, нерідко трагічні ситуації. За екстремальних умов територія життя, його емоційний клімат відчутно трансформуються, і особистість спрямовується до повноти власного буття, інтенсивно шукаючи справжні, глибинні, значущі смисли, достеменний (у розумінні С.К'єркегора) спосіб існування.

Первинна характеристика екзистенційного ландшафту дає змогу визначити ще одну суттєву відмінність нового терміну: це тривалість руху особистості життєвим шляхом чи ландшафтом. Якщо тривалість життєвого шляху зазвичай визначається тривалістю життя людини, то тривалість перебування у межах екзистенційного ландшафту залежить від сили травмування, особливостей втрат, кількості болісних спогадів, ресурсу життєстійкості, що допомагає переінтерпретаціям пережитого та асиміляції набутого досвіду.

Продовжуючи специфікацію терміну, відмітимо, що чергова його особливість полягає у тому, що на життєвому шляху особистість опиняється один раз, ніколи не змінюючи його кардинально, тоді як у межах кожного ландшафту може опинитися багаторазово, вирішуючи кожного разу різні життєві завдання та суттєво змінюючи спосіб розбудови власного життя.

Не всі спровоковані війною особистісні трансформації відбуваються у межах некомфортного, далекого від насолоди, успіху чи визнання екзистенційного ландшафту. Хтось намагається долати травматизацію, занурюючись у споживацький ландшафт. Хтось пропагує для себе і оточення численні гедоністичні спокуси, несвідомо сподіваючись у такий спосіб перечекати складні часи. Хтось вмикає на повну міць режим служіння, не даючи собі часу для відновлення і осмислення пережитого.

За нашими даними, основними симптомами погіршення психологічного здоров'я під час посттравматичних особистісних трансформацій є зменшення схильності до співробітництва, зниження емпатії, небажання будувати життєві перспективи, нездатність насолоджуватися повсякденністю, почуття розщепленості, нецілісності, непродуктивність, незбалансованість [Титаренко, 2018]. Саме ці симптоми у їх сукупності можуть підштовхнути людину до нелегкого і некомфортного

екзистенційного ландшафту. Але головне при виборі ландшафту – пошук нових ціннісно-сміслових орієнтирів.

Набутий під час війни травматичний досвід конче потребує осмислення, вимагаючи нових відповідей на запитання: куди я йду? Чого хочу? Ким буду? З ким плануватиму майбутнє? Перебуваючи у складних і болючих екзистенційних пошуках, особистість вчиться збирати себе, як сказав би М.Гайдегер, із розсіювання і незв'язності, наново намагається приходити до себе, як висловився би Ж.-П.Сартр, прагнучи автентичності, самореалізованості, свободи. Вектор руху задається екзистенційною настановою, яку А.С. Зіневич трактує як спрямованість усієї особистості, у єдності її вітальності та свідомості, до повноти буття [Зіневич, 2019]. Так поступово долається стан відчуження, відновлюються живі контакти з реальністю. Людина вже не задовольняється позицією безстороннього, «незаангажованого спостерігача». Вона стає активним і відповідальним учасником всього, що відбувається, по-іншому бачить власну роль у розгортанні майбутнього.

Стає зрозумілим, у чому полягає основний функціонал екзистенційного ландшафту у процесі життєтворення. Цей ландшафт актуалізується, коли особистість опиняється у межовій ситуації, поза буденною реальністю, посеред напружених, драматичних життєвих колізій, які породжує війна. За таких екстремальних умов територія життя, його емоційний клімат відчутно трансформуються, і людина волею-неволею починає змінювати ландшафт життєтворення, переглядати спосіб самовибудовування.

Неоднорідність структури екзистенційного ландшафту життєтворення передбачає наявність різних його варіантів. Посттравматичне життєтворення може розгортатися у екзистенційному ландшафті, спрямованому на пошук професійної самореалізації, своєї справи, власного призначення. Як свідчать емпіричні дані, погіршення професійного функціонування після травми швидше спричинене важкістю травми, ніж особистісною психопатологією. Саме тому варіант пошуку нового ставлення до себе як до спеціаліста, професіонала є конструктивним способом інтеграції травматичного досвіду, що потребує все більш активного самоідентифікування.

Інший варіант екзистенційного ландшафту життєтворення – це пошук власної спільності, спорідненості з іншими людьми, довіри. Такий пошук забезпечується посиленням режиму діалогування, більшою відкритістю, толерантністю, засвоєнням нових практик взаємодії, які до пережитого травмування не використовувалися в індивідуальній життєтворчості.

Спостерігаємо і такий варіант ландшафту, коли всі зусилля спрямовуються на дистанціювання від колись рідних, а тепер чужих людей, які мають інші цінності, інше бачення майбутнього, голосують за різних кандидатів в президенти чи навіть отримують паспорти іншої держави. Цей пошук спрямований на дослідження власних ціннісних меж та забезпечується посиленням режиму автономізації.

Теоретично можна виділити також варіант екзистенційного ландшафту, спрямованого на пошук і апробацію таких форм буття у посттравматичній повсякденності, які можуть стати новими звичками. Такий пошук забезпечується посиленням режиму практикування.

Безумовно, є люди, для яких екзистенційний ландшафт життєтворення протягом тривалого часу є основним. Але для більшості він радше виступає транзитним, проміжним, тимчасовим. Надалі життєтворення особистості повертається до характерного для «життя до травми» прагматичного чи гедоністичного ландшафтів. Ці ландшафти, щоправда, не залишаються без змін, вони ускладнюються, збагачуються, набувають додаткових (моральних, духовних, релігійних) вимірів.

Зовнішні обставини, хоч би якими травматичними вони не були, безпосередньо не впливають на побудову території власного життя. Вони змінюють особистість опосередковано, пропускаючись крізь ціннісно-сміслові фільтри. Наповнений стражданнями екзистенційний ландшафт не є територією бездоріжжя, яку особистість прагне не побачити, відмінити, оминати. Травматичний досвід, заради якого особистість погоджується на екзистенційне ландшафтне бездоріжжя, лише у такий спосіб стає матеріалом самоосмислення, а відтак і моделювання власного майбутнього.

Відповідаючи на запитання «Навіщо особистості обирати некомфортний екзистенційний ландшафт, далекий від насолоди, успіху чи визнання? Чому людина після травми опиняється на цій наповненій стражданнями, спогадами, болісними роздумами території?», зауважимо, що екзистенційний ландшафт життєпобудови обирається заради створення умов для прийняття, осмислення, інтерпретації і інтеграції набутого травматичного досвіду. На цьому непростому шляху особистість навчається оцінювати пережите не лише у негативному емоційному реєстрі. Вона бачить складні, межові ситуації як випробування, які вдалося подолати, в яких вона не зламалася, вижила, вистояла. Вона конструктивно переосмислює не лише власні переживання, а й нові можливості, нові горизонти, які відкрилися у посттравматичний період. Вона на власному досвіді переконується у тому, як важливо акцентувати увагу на світлій стороні речей, вірити у себе. Вона вибудовує більш глибокі і щирі стосунки із значущими для неї людьми.

Висновки та перспективи подальших досліджень. Нове психологічне поняття ландшафту особистісного життєтворення суттєво збагачує лексику процесу переживання травми і посттравматичного періоду. Його можна визначити як специфічну територію життя, що має певні характеристики, особливу смислову конфігурацію. На відміну від поняття життєвого шляху ландшафт особистісного життєтворення не претендує на охоплення цілісної історії життя, маючи більш локальний масштаб, що задається постановкою актуальних життєвих завдань та пошуком оновлених ціннісно-сміслових орієнтирів.

Ландшафт посттравматичного життєтворення акумулює у собі переживання посттравматичного етапу життя як особливого, специфічного, усвідомлення інакшого змістового наповнення нового життєвого маршруту, бажання продовжувати актуальний життєвий проект чи кардинально змінити його. Можна виділити наступні типи ландшафтів, обравши в якості критерія провідні ціннісно-сміслові орієнтири особистості, що задають їх функціональну єдність: прагматичний, гедоністичний, споживацький, ландшафт служіння та екзистенційний.

Основний функціонал екзистенційного ландшафту полягає у його націленості на осмислення, переінтерпретацію, асиміляцію травматичного досвіду, який особистість набуває у межовій ситуації, у драматичних чи трагічних обставинах. Екзистенційний ландшафт є найбільш коротким шляхом до самовідновлення, до покращення психологічного здоров'я особистості. Тривалість перебування на цій території життя залежить від сили травмування, особливостей втрат, інтенсивності болісних спогадів, ресурсу життєстійкості.

Неоднорідна структура екзистенційного ландшафту передбачає наявність різних варіантів його спрямованості: (а) на пошук професійної самореалізації, що потребує посилення режиму самоідентифікування; (б) на пошук спільності, що потребує посилення режиму діалогів; (в) на дистанціювання від певних людей, що потребує посилення режиму автономізації; (г) на пошук таких форм повсякденного буття, які можуть стати новими звичками, що потребує посилення режиму практикування.

Перспективи подальшого дослідження полягатимуть у аналізі посттравматичних наративів учасників бойових дій з метою визначення ступеню розповсюдженості і тривалості перебування особистості у межах певних ландшафтів життєтворення.

Список використаних джерел

- Василькова, В.В., & Басов Н.В. (2011). Интеллектуальный ландшафт: концептуализация метафоры *Журнал социологии и социальной антропологии*, 14 (4), 22-40.
- Зіневич, А.С. (2019). Людина і світ в екзистенціальній філософії Г. Марселя та Е. Мінковського. - (Автореф. дис. канд. філософ. наук). Інститут філософії НАН України, Київ.
- Мищенко, О.В. (2018). Сакральний ландшафт: зміст і функції. *Вісник нац. ун-ту ім. Т.Шевченка. Географія*. 1 (70), 83-88
- Психологія життєтворення особистості в сучасному світі (2016). К.: Міленіум.
- Сорокин, П. (2012). Новые материалы к научной биографии. М.: РАН. ИНИОН. Центр соц. науч.-информ. исслед.
- Соціально-психологічні технології відновлення особистості після травматичних подій. (2019). Кропивницький : Імекс-ЛТД.
- Суська, О.О. (2019) Інституціональність vs проспериті. Про зміни медіа-ландшафту та методологічні лакуни соціології масових комунікацій. *Соціологія: теорія, методи, маркетинг*. 1, 56-72.
- Титаренко, Т.М. (2018). Психологічне здоров'я особистості: засоби самопомоги в умовах тривалої травматизації. Кропивницький: Імекс-ЛТД.
- Черняева, Т. І. (2013) Ландшафты счастья: эмоциональные основания современного потребления. *Известия Саратовского университета. Серия Философия. Психология. Педагогика*. 13 (3), 90-94.
- Arnberg, F. K., Hultman, C. M., Michel, P., & Lundin, T. (2012), Social Support Moderates Posttraumatic Stress and General Distress After Disaster. *Journal of traumatic stress*, 25, 721-727.
- Arnberg, F.K., Gudmundsdóttir, R., Butwicka, A., Fang, F., Lichtenstein, P., Hultman CH.M., & Valdimarsdóttir, U.A. (2015) Psychiatric Disorders and Suicide Attempts in Swedish Tsunami Survivors: A 5-Year Matched Cohort Study. *The Lancet Psychiatry*. 2 (9), 817-824.
- Bryant, R.A., Nickerson, A., Creamer, M.C., O'Donnell, M., Forbes, D., Galatzer-Levy, I.R., McFarlane, A.C., & Silove, D.M. (2015). Trajectory of post-traumatic stress following traumatic injury: 6-year follow-up. *The British journal of psychiatry*. 206 (5), 417-423.
- Crone D.M., & Sarkar M. (2019) Mental Health first aid for the UK Armed Forces. *Health Promotion International*. Retrieved from: <https://academic.oup.com/heapro/advance-article-abstract/doi/10.1093/heapro/day112/5304750>
- del Mar Chavarria Soto, M. (2019). Understanding the Effects of a Mindful Yoga Intervention on the Psychological Well-Being of Student Veterans. Retrieved from: <https://digscholarship.unco.edu/dissertations/604>
- Flynn, S., Raphael, J., Graney, J., Nyathi, T., Williams, A., Kapur, N., Appleby, L., & Shaw, J. (2019). The personality disorder patient pathway: Service user and clinical perspectives. *Personality and Mental Health*, 13, 134– 143.
- Hampson, S. E., Edmonds, G. W., Goldberg, L. R., Barckley, M., Klest, B., Dubanoski, J. P., & Hillier, T. A. (2016). Lifetime trauma, personality traits, and health: A pathway to midlife health status. *Psychological trauma: theory, research, practice and policy*. 8(4), 447–454.
- Karstoft, K.-I., Armour, Ch., Elklit, A., & Solomon, Z. (2015). The role of locus of control and coping style in predicting longitudinal PTSD-trajectories after combat exposure. *Journal of Anxiety Disorders*, 32, 89-94.
- Moergeli, H., Wittmann L., & Schnyder U. (2012). Quality of Life after Traumatic Injury: A Latent Trajectory Modeling Approach. *Psychotherapy and Psychosomatics*. 81, 305-311.
- Pietrzak RH, Feder A, Singh R, Schechter CB, Bromet EJ, Katz CL, & et al. (2014). Trajectories of PTSD risk and resilience in World Trade Center responders: an 8-year prospective cohort study. *Psychological Medicine*. 44, 205–219.
- Thoresen, S., Birkeland, M., Arnberg, F., Wentzel-Larsen, T., & Blix, I. (2019). Long-term mental health and social support in victims of disaster: Comparison with a general population sample. *BJPsych Open*, 5 (1), E2.

References

- Arnberg, F. K., Hultman, C. M., Michel, P., & Lundin, T. (2012), Social Support Moderates Posttraumatic Stress and General Distress After Disaster. *Journal of traumatic stress*, 25, 721-727. (in English)
- Arnberg, F.K., Gudmundsdóttir, R., Butwicka, A., Fang, F., Lichtenstein, P., Hultman CH.M., & Valdimarsdóttir, U.A. (2015) Psychiatric Disorders and Suicide Attempts in Swedish Tsunami Survivors: A 5-Year Matched Cohort Study. *The Lancet Psychiatry*. 2 (9), 817-824. (in English)
- Bryant, R.A., Nickerson, A., Creamer, M.C., O'Donnell, M., Forbes, D., Galatzer-Levy, I.R., McFarlane, A.C., & Silove, D.M. (2015). Trajectory of post-traumatic stress following traumatic injury: 6-year follow-up. *The British journal of psychiatry*. 206 (5), 417-423. (in English)

- Crone D.M., & Sarkar M. (2019) Mental Health first aid for the UK Armed Forces. *Health Promotion International*. Retrieved from: <https://academic.oup.com/heapro/advance-article-abstract/doi/10.1093/heapro/day112/5304750> (in English)
- del Mar Chavarria Soto, M. (2019). Understanding the Effects of a Mindful Yoga Intervention on the Psychological Well-Being of Student Veterans. Retrieved from: <https://digscholarship.unco.edu/dissertations/604> (in English)
- Flynn, S., Raphael, J., Graney, J., Nyathi, T., Williams, A., Kapur, N., Appleby, L., & Shaw, J. (2019). The personality disorder patient pathway: Service user and clinical perspectives. *Personality and Mental Health*, 13, 134–143. (in English)
- Hampson, S. E., Edmonds, G. W., Goldberg, L. R., Barckley, M., Klest, B., Dubanoski, J. P., & Hillier, T. A. (2016). Lifetime trauma, personality traits, and health: A pathway to midlife health status. *Psychological trauma: theory, research, practice and policy*. 8(4), 447–454. (in English)
- Karstoft, K.-I., Armour, Ch., Elklit, A., & Solomon, Z. (2015). The role of locus of control and coping style in predicting longitudinal PTSD-trajectories after combat exposure. *Journal of Anxiety Disorders*, 32, 89-94. (in English)
- Moergeli, H., Wittmann L., & Schnyder U. (2012). Quality of Life after Traumatic Injury: A Latent Trajectory Modeling Approach. *Psychotherapy and Psychosomatics*. 81, 305-311. (in English)
- Pietrzak RH, Feder A, Singh R, Schechter CB, Bromet EJ, Katz CL, & et al. (2014). Trajectories of PTSD risk and resilience in World Trade Center responders: an 8-year prospective cohort study. *Psychological Medicine*. 44, 205–219. (in English)
- Thoresen, S., Birkeland, M., Arnberg, F., Wentzel-Larsen, T., & Blix, I. (2019). Long-term mental health and social support in victims of disaster: Comparison with a general population sample. *BJPsych Open*, 5 (1), E2. (in English)
- Vasilkova, V.V., & Basov N.V. (2011). Intellectually landscape: conceptualization of metaphor. [Intelligent landscape: conceptualization of metaphor]. *Zhurnal sotsiologii i sotsialnoy antropologii*, 14 (4), 22-40. (in Russian)
- Zinevych, A.S. (2019). Liudyna i svit v ekzistentsialnii filosofii H. Marselia ta E. Minkovskoho. [Man, and the world in existential philosophy of G. Marseille and E. Minkovsky.] (Avtoref. dys. kand. filosof. nauk). Instytut filosofii NAN Ukrainy, Kyiv. (in Ukrainian)
- Mischenko O. (2018). Sakralnyi landshaft: zmist i funktsii. [Sacral landscape: contents and functions]. *Visnyk nats. un-tu im. T.Shevchenka. Heohrafiia*. 1 (70), 83-88 (in Ukrainian).
- Psykholohiia zhyttievorennia osobystosti v suchasnomu sviti (2016). [Psychology of personality formation in the modern world]. K.: Milenium. (in Ukrainian)
- Sorokin, P. (2012). Novyie materialy k nauchnoy biografii. [New materials for a scientific biography]. M.: RAN. INION. Tsentr sots. nauch.-inform. issled. (in Russian)
- Sotsialno-psykholohichni tekhnolohii vidnovlennia osobystosti pislia travmatychnykh podii. (2019). [Socio-psychological technologies of personality recovery after traumatic events]. Kropyvnytskyi : Imeks-LTD. (in Ukrainian)
- Susska, O.O. (2019) Instytutsionalnist vs prosperyti. Pro zminy media-landshaftu ta metodolohichni lakuny sotsiolohii masovykh komunikatsii. [Institutionality vs prosperous. Changes in the media landscape and methodological gaps in the sociology of mass communications]. *Sotsiolohiia: teoriia, metody, marketynh*. 1, 56-72. (in Ukrainian)
- Tytarenko, T.M. (2018). Psykholohichne zdorovia osobystosti: zasoby samodopomohy v umovakh tryvaloi travmatyzatsii [Psychological health of the individual: self-help in the face of prolonged trauma]. Kropyvnytskyi: Imeks-LTD. (in Ukrainian)
- Chernyaeva, T. I. (2013) Landshafty shastya: emotsionalnye osnovaniya sovremennogo potrebleniya [Landscapes of Happiness: The Emotional Foundations of Modern Consumption]. *Izvestiya Saratovskogo universiteta. Seriya Filosofiya. Psihologiya. Pedagogika*. 13 (3), 90-94. (in Russian)