

ЗЕЛЯНИНА А.Н., ПАДУН М.А. К ПРОБЛЕМЕ ПОСТТРАВМАТИЧЕСКОГО ЛИЧНОСТНОГО РОСТА: СОВРЕМЕННОЕ СОСТОЯНИЕ И ПЕРСПЕКТИВЫ

English version: [Zelyanina A.N., Padun M.A. About the problem of posttraumatic growth: current state of subject and research perspectives](#)

[Current state of subject and research perspectives](#)
Северный (Арктический) федеральный университет имени М.В.Ломоносова,
Архангельск, Россия
Институт психологии Российской академии наук, Москва, Россия

[Сведения об авторах](#)
[Литература](#)
[Ссылка для цитирования](#)

Представлены результаты теоретического анализа феномена посттравматического личностного роста: определено понятие посттравматического личностного роста, проанализированы теории, объясняющие механизмы роста, а также выявлены предикторы данного явления. Установлено, что под посттравматическим личностным ростом понимается субъективный опыт позитивного психологического изменения после воздействия на человека стрессора, угрожающего жизни. Позитивные изменения, которые описываются людьми, переживающими ПТЛР, представлены пятью факторами: отношение к другим; новые возможности; сила личности; духовные изменения; повышение ценности жизни. Описаны две основные теории посттравматического личностного роста. Сделан вывод о том, что представления остаются односторонними, поскольку данные теории в качестве пускового механизма посттравматического личностного роста рассматривают исключительно когнитивные процессы, происходящие после травмы. Вместе с тем анализ опубликованных данных показал, что в качестве предикторов посттравматического личностного роста целесообразно также рассматривать социально-демографические характеристики, показатели здоровья, индивидуально-психологические характеристики, предикторы, связанные с травматическим событием, а центральное место должно отводиться когнитивным процессам и структурам, которые позволяют оценить событие в индивидуальном ключе не только как угрожающее, но и как источник роста. Установлено, что показатели посттравматического личностного роста сопряжены как с общими, так и со специфическими для разных видов травм факторами. Большое значение имеют также данные о сопряженности выраженного посттравматического стресса и роста. Выявлено, что посттравматический стресс и посттравматический личностный рост сосуществуют в одном человеке, и есть мнение, что выраженный стресс является предиктором роста на отдаленных этапах переживания травмы, а не наоборот.

Ключевые слова: травматический стресс, посттравматический стресс, посттравматический личностный рост, предикторы посттравматического личностного роста

Одной из актуальных задач современной акмеологии является изучение целостного жизненного пути человека. Процесс развития личности необходимо рассматривать в контексте значимых событий: как позитивных, так и негативных. Примером негативных событий является опыт переживания человеком воздействия травматических стрессоров. На сегодняшний день накоплен достаточный опыт изучения негативных последствий травматического опыта. Вместе с тем в научных трудах на уровне констатации факта отмечается также, что травма может, наоборот, стать источником инсайта и личностного роста. При этом феномен посттравматического личностного роста сравнительно недавно стал объектом внимания ученых во всем мире.

В связи с вышесказанным большую научную и практическую ценность представляет изучение феномена посттравматического личностного роста: определение понятия, анализ существующих теорий, объясняющих механизмы роста, анализ предикторов данного феномена, а также планирование дальнейших исследований в данном проблемном поле.

Введение

Большинство древних религиозных учений говорят о возможностях преодоления страдания и превращения его в ресурс для личностного роста [Joseph, Butler, 2010]. Представители экзистенциальной философии и гуманистической психологии также неоднократно говорили о переработке личностью травматического опыта в позитивном ключе. Виктор Франкл [Франкл, 1990] писал об осмысленности жизни, которая приходит в результате опыта пребывания в концлагере. Абрахам Маслоу отмечал, что трагедия часто является предиктором самоактуализации [Маслоу, 2009]. Вместе с тем интерес к изучению данного феномена возник только в конце 80-х – начале 90-х годов XX столетия, когда стали появляться первые публикации о психоэмоциональных изменениях у лиц, переживших сексуальное насилие, у мужчин с патологией сердечно-сосудистой системы, у взрослых людей, переживших утрату значимого близкого, у ветеранов локальных войн [Joseph, Butler, 2010]. Данные исследования показывают, что ответная реакция на травматическое событие может сильно варьироваться. С одной стороны, воздействие травматического стрессора может быть причиной развития выраженного посттравматического стресса [Тарабрина, 2008]. С другой стороны, травматические события могут привести к положительным психологическим изменениям, которые, согласно результатам исследований, наблюдаются от 30 до 90 процентов случаев при переживании воздействия травматических стрессоров различного характера [Joseph, Linley, 2005; Alexander, Oesterreich, 2013; Taku, Cann, 2014].

Большинство работ, выполненных учеными в разных странах, сводится к констатации факта наличия роста у лиц с разным характером травмы [Tedeschi, Calhoun, 2004; Linley, Joseph, 2004; Joseph, Linley, 2005, 2008]. Только в последние годы за рубежом и в России начали появляться исследования, направленные на изучение предикторов

посттравматического личностного роста в результате воздействия травматических стрессоров, связанных:

- с участием в войне [Лазебная, 2007; Лазебная, Зеленова, 2007; Зеленова, 2011; Webb, 2013; Zerach et al., 2013; Wassif, 2014; Tait, 2014; Flowers, 2014; Bergmann, 2014];
- с онкозаболеванием [Bellizzi, 2003; Ransom, 2005; Costar, 2005; Buxton, 2011; Brooks, 2012; Падун, Котельникова, 2012];
- с сексуальным насилием [Borja, 2005; Gwynn, 2008; Fetty, 2012; Doane, 2011; Burrowes, 2014];
- с террористическими атаками [Vázquez et al., 2008; Cammarata, 2008; Posta, 2010];
- с горем вследствие потери значимого близкого [Calhoun et al., 2010b; Tao, 2014].

Учитывая вышесказанное, была определена цель данной статьи, которая заключается в изучении и обобщении мирового опыта исследования феномена посттравматического личностного роста.

Для достижения поставленной цели решались следующие задачи.

1. Определить понятие посттравматического личностного роста.
2. Проанализировать теории, объясняющие возникновение и динамику посттравматического личностного роста.
3. Проанализировать механизмы и предикторы посттравматического личностного роста.

Понятие посттравматического личностного роста

Термин посттравматический личностный рост (далее по тексту ПТЛР) был предложен Р.Тедески и Л.Калхоун в 1995 году в рамках разработки опросника посттравматического личностного роста. Авторы под ПТЛР понимают субъективный опыт позитивного психологического изменения после воздействия на человека стрессора, несущего в себе угрозу жизни [Tedeschi, Calhoun, 1996].

Триггером ПТЛР могут быть самые разные события: аварии на транспорте, природные катастрофы, травматический опыт в межличностных отношениях, проблемы со здоровьем, различные кризисные ситуации. Кроме того, ПТЛР может наблюдаться не только у лиц, непосредственно переживших воздействие травматического стрессора. У тех, кто стал свидетелем страданий других, также может наблюдаться ПТЛР. Подтверждением этому являются признаки ПТЛР у врачей, медицинских психологов, спасателей, у детей или родителей пациентов, страдающих терминальным заболеванием, у людей, которые видели по телевизору последствия событий 11 сентября в США [Joseph, 2009].

Позитивные изменения, которые описываются людьми, переживающими ПТЛР, представлены пятью факторами: 1) отношение к другим; 2) новые возможности; 3) сила личности; 4) духовные изменения; 5) повышение ценности жизни. Эти пять факторов были определены Р.Тедески и Л.Калхоун в процессе разработки методики

для оценивания выраженности ПТЛР [Tedeschi, Calhoun, 1996]. На основе литературного обзора авторы предложили ряд утверждений, охватывающих позитивные изменения, наиболее часто упоминаемые в сфере изменений собственного Я, изменений взаимоотношений с другими и изменений жизненной философии.

Теории посттравматического личностного роста

На сегодняшний день существуют две основные теории посттравматического личностного роста. Обе теории опираются на концепцию базисных убеждений Р.Янофф-Бульман. В данной концепции объяснение позитивным личностным изменениям дается через призму концепта базисных убеждений – имплицитных представлений человека об окружающем мире, собственном «Я», а также об отношениях между «Я» и миром. Воздействие травматического стрессора приводит к дезинтеграции личности. Процесс совладания с травмой заключается в преодолении дезинтеграции через восстановление базисных убеждений и проходит в два этапа. На первом этапе включаются защитные механизмы (отрицание, эмоциональная онемелость, избегание). Основная функция этих механизмов – защита психики индивида от сильного возбуждения. На втором этапе индивид пытается вернуться к старым базисным убеждениям для достижения прежнего психологического комфорта. По этой причине происходит позитивная реинтерпретация травматического опыта, начинается поиск позитивных изменений, вызванных травмой [Падун, Котельникова, 2012].

Наибольшее распространение получило современное развитие «Теории базисных убеждений» в работах Л.Калхоун, А.Канн, Р.Тедески [Calhoun et al., 2010a; Cann et al., 2010, 2011]. Продолжая развивать концепцию Р.Янофф-Бульман, авторы говорят о том, что человек, переживший воздействие травматического стрессора, вовлекается в две разновидности повторяющихся воспоминаний: непреднамеренные и преднамеренные. Непреднамеренные воспоминания коррелируют с выраженным посттравматическим стрессом, а преднамеренные – с ПТЛР, поскольку повторяющиеся намеренные воспоминания позволяют человеку концентрироваться не только на негативном опыте [Forgeard, 2013].

Согласно «организмической теории» [Linley, Joseph, 2004; Joseph, Linley 2005, 2008; Joseph, 2009; Joseph, Butler, 2010], посттравматический личностный рост является вариантом нормы и объясняется включением природных когнитивных процессов практически у каждого человека, столкнувшегося с травматическим стрессором. Авторы утверждают, что люди изначально ориентированы на рост, развитие и от рождения имеют тенденцию к интеграции опыта, в том числе негативного, в структуру личности для поддержания целостности собственного «Я». Интеграция травматического опыта происходит через описанные Пиаже процессы ассимиляции – аккомодации. Посттравматический рост является следствием аккомодации, то есть травматический опыт, который не может быть ассимилирован в существующую структуру базисных убеждений, приводит к изменению картины мира пережившего травму человека [Joseph, 2009]. Это изменение может быть как негативным, так и

позитивным. Посттравматический рост связан с позитивными изменениями в картине мира, которые не возникают сами по себе после переживания травмы, а возможны только в тех случаях, когда человек пытается найти смысл произошедшего и его последствий [Tedeschi, Calhoun, 2004].

Р.Тедески и Л.Калхоун [Tedeschi, Calhoun, 2004] считают, что основным психологическим механизмом и одновременно предиктором ПТЛР является принятие человеком травматического события как данности собственной жизни, которую невозможно изменить. Такое своего рода «согласие с реальностью» является одним из важнейших предикторов ПТЛР.

Актуальной является разработка комплексной модели ПТЛР, в которой центральное место отводится когнитивным процессам и структурам, позволяющим оценить событие в индивидуальном ключе не только как угрожающее, но и как источник роста.

Предикторы посттравматического личностного роста

Обобщив результаты исследований, мы выделили несколько групп предикторов посттравматического личностного роста: социально-демографические показатели, индивидуально-личностные характеристики, сопряженность показателей посттравматического стресса с выраженностью ПТЛР и характер травмы.

Социально-демографические характеристики

Установлено, что женщины чаще, чем мужчины, сообщают о наличии и более быстрых темпах ПТЛР [Sheikh, Marotta, 2005]. В то же время другие исследователи указывают на тот факт, что пол никаким образом не влияет на выраженность роста [Seidmahmoodi et al., 2011].

Говоря о возрасте, сначала следует уточнить, что во всех случаях изучения посттравматического личностного роста речь идет о травме, полученной только во взрослом возрасте. При этом лица более молодого возраста чаще свидетельствуют о наличии у них ПТЛР, по сравнению с лицами периода поздней зрелости и старческого возраста [Linley, Joseph, 2004]. Более того, некоторые авторы утверждают, что со временем признаки роста имеют свойства стихать, что дает повод некоторым исследователям называть ПТЛР иллюзорным феноменом [Zhenxiang et al., 2012].

Социально-экономический статус

У замужних и женатых респондентов чаще встречаются признаки посттравматического роста [Seidmahmoodi et al., 2011]. Некоторые исследования также показали, что ПТЛР, как правило, связан с более высоким уровнем дохода и образования. Заметную роль в развитии ПТЛР играет наличие у человека хобби [Chun, Lee, 2010] и «группы поддержки» (значимые близкие). Интересно, что социальная поддержка только на первых порах после травмы с обязательной

автономией в последующем может являться предиктором посттравматического личностного роста [Anikhatchadourian, 2012].

Религиозные аспекты посттравматического личностного роста

Любопытно то, что ряд авторов связывают положительную переоценку опыта с религиозными и духовными практиками [Prati, Pietrantonì, 2009; Harris et al., 2010; Таку, Сана, 2014]. Исследователи изучали взаимосвязь между частотой выполнения молитвенного правила и наличия посттравматического личностного роста. Установлено, что лица, пережившие воздействие травматического стрессора, которые ежедневно выполняют молитвенное правило, более успешно преодолевают последствия травмы и у них более выражены все компоненты ПТЛР.

Индивидуально-психологические характеристики

Исследователями показано, что экстраверсия, низкий уровень нейротизма, добросовестность, открытость опыту способствуют ПТЛР [Sheikh, 2008]. Спокойное, рациональное отношение к жизни, общительность, физическая и вербальная активность, открытость, широкие интересы, развитая фантазия, гибкий ум, оригинальность, склонность к самоанализу и рефлексии, самообладание, упорство, организованность, дисциплинированность, ответственность, ориентация на задачу, оптимизм повышают вероятность развития посттравматического личностного роста [Tedeschi, Calhoun, 1996]. При этом ученые обнаружили, что люди, обладающие высоким уровнем экстраверсии и открытостью опыту, изначально обладают эффективными навыками выживания и в большей степени склонны искать социальную поддержку [Prati, 2009].

Интересными являются данные о сопряженности такого фактора, как жизнестойкость, с посттравматическим личностным ростом. Ряд авторов в своем исследовании показывают, что более «пластичным» людям в большей степени свойственны признаки посттравматического личностного роста, в то время как респонденты с высоким уровнем жизнестойкости не демонстрируют в процессе исследования признаков посттравматического личностного роста. Исследователи объясняют это тем, что одним из важных условий роста является страдание, а «жизнестойкие» личности не способны к переживанию страдания в полной мере, поскольку переживают стресс, не углубляясь в него [Roger, 2007; Willey, 2013; Zerach et al., 2013].

Успешность преодоления последствий травматического стресса и вероятность личностного роста также связывается учеными с доминирующими копинг-стратегиями. Авторы отмечают, что ПТЛР напрямую связан с преобладанием таких копинг-стратегий, как поиск социальной поддержки, положительная переоценка, принятие ответственности и планирование решения проблемы [Kovack, 2012; Sheikh, 2008; Prati, 2009; Creamer et al., 2009; Galea, 2014]. Вместе с тем, другие исследователи утверждают, что значительный вклад в посттравматический личностный рост вносят такие копинги, как уход и приспособление. При этом авторы подчеркивают, что данные стратегии имеют место только в определенных ситуациях. Например, у

родителей, потерявших своего ребенка, срабатывает копинг ухода [Henninger, 2014]. Стратегия приспособления взаимосвязана с параметрами психического здоровья у ветеранов, которые получили ранения в момент захвата их в плен [Kaiser et al., 2011].

Сопряженность показателей посттравматического стресса с выраженностью посттравматического личностного роста

Значение посттравматического личностного роста в предотвращении развития выраженного посттравматического стресса еще только устанавливается. Тем не менее одни авторы считают, что ПТСР и рост не зависят друг от друга [Helgeson et al., 2006 ; Morrill et al., 2008]. Другие исследователи утверждают, что ПТСР и рост отрицательно коррелируют друг с другом [Frazier et al., 2001; Hagenaars, van Minnen, 2010; Love, Sabiston, 2011].

Авторы, придерживающиеся третьей точки зрения, полагают, что выраженность посттравматического стресса и показатели посттравматического личностного роста коррелируют положительно, а именно наличие выраженных признаков посттравматического стресса в начале адаптации сопряжено с высокими показателями личностного роста со временем, а не наоборот [Dekel et al., 2012; Zerach et al., 2013; Крутолевич, 2014]. При этом в процессе анализа сопряженности отдельных признаков посттравматического стресса с показателями роста были выявлены значимые прямые корреляции между показателями роста и таким критерием посттравматического стресса, как гиперактивация. Авторы объясняют этот факт тем, что, вероятно, гиперактивация, которая, помимо других симптомов, проявляется во вспышках немотивированной агрессии, раздражительности, вызывает, с одной стороны, облегчение и, с другой стороны, запускает избегающее поведение, которое приводит к необходимости функционировать автономно [Dekel et al., 2012; Zerach et al., 2013].

Характер травмы как предиктор посттравматического личностного роста

Ведущие специалисты в области посттравматического личностного роста [Tedeschi, Calhoun, 2004] утверждают, что среди прочих предикторов посттравматического личностного роста таковым не считается характер травматического события. Авторы считают, что источник личностного роста кроется не в характере травмы, а в самой личности. Вместе с тем в результате изучения доступных данных мы хотели бы отметить, что существуют как универсальные, так и специфичные предикторы роста для травм различного характера.

Посттравматический личностный рост у участников боевых действий

Посттравматический личностный рост у участников боевых действий обусловлен, согласно ряду исследований, отсутствием личностных расстройств до участия в боевых действиях [Кузина, 2001; Сукиасян, 2009; Колов, 2007], высокой степенью сплоченности с «боевым братством» [Wassif, 2014], религиозностью [Tait, 2014; Flowers, 2014], удовлетворенностью социальной ситуацией на начальном этапе

адаптации к мирной жизни, в отдаленном периоде адаптации – удовлетворенностью прожитым отрезком жизни, представлением о своей жизни как наполненной смыслом, подвластной контролю [Лазебная, 2007; Лазебная, Зеленова, 2007; Зеленова, 2011], адекватной самооценкой, активной жизненной позицией со склонностью брать на себя ответственность за события, происходящие в собственной жизни [Зеленова, 2011].

Посттравматический личностный рост у лиц, переживающих горе

Исследователями установлено, что в процессе переживания горя ключевую роль играют когнитивный компонент и наличие социальной поддержки. Так, в немногочисленных работах авторы указывают на тот факт, что самым значимым в формировании посттравматического личностного роста вследствие переживания горя в результате потери значимо близкого человека является фактор гипотетической угрозы. То есть у человека, который предполагал или ожидал потерю значимого близкого (как это бывает в случае, например, онкопатологии), вероятность посттравматического личностного роста выше, чем у тех респондентов, которые столкнулись с внезапной смертью [Calhoun et al., 2010b].

Посттравматический личностный рост у лиц, переживших террористические атаки

Авторы, изучавшие ПТЛР у лиц, переживших террористические атаки или террористическую угрозу, отмечают, что ПТЛР является способом адаптации даже в условиях постоянной террористической угрозы [Stasko, Ickovics, 2007; Hobfoll et al., 2007]. Одним из самых главных триггеров роста является присутствие желания и возможности самим бескорыстно оказать помощь другим пострадавшим, а также создание единого коммуникативного пространства, где человек может поделиться своим опытом, получить информационную поддержку, поучаствовать в проведении памятных мероприятий [Vázquez et al., 2008; Cammarata, 2008; Posta, 2010].

Посттравматический личностный рост у пациентов, страдающих онкозаболеванием

В качестве одного из основных предикторов посттравматического роста при онкопатологии является осознание собственной смертности, которое помогает расставить приоритеты и понять, что на самом деле является главным в жизни; стабильная Я-концепция даже в случае значимых изменений вследствие болезни, в том числе и во внешности [Ransom, 2005]; надежда на выздоровление и оптимистический настрой [Bellizzi, 2003]; проблемно-фокусированный копинг [Costar, 2005; Vuxton, 2011]. При этом такая копинг-стратегия, как избегание, не является предиктором посттравматического личностного роста у онкологических больных.

Посттравматический личностный рост у лиц, переживших сексуальное насилие

Одним из значимых предикторов личностного роста после изнасилования является, в первую очередь, низкий уровень виктимности. Если изначально женщина способна адекватно оценивать степень опасности той или иной ситуации, не провоцировала своим поведением насильника, то вероятность посттравматического личностного

роста повышается [Gwynn, 2008].

Другим важным предиктором развития посттравматического личностного роста является восстановление справедливости: поимка и справедливое, по мнению пострадавшей, наказание преступника [Fetty, 2012; Doane, 2011; Burrowes, 2014].

Проведенный анализ ПТЛР при различном характере психической травмы говорит о значимости учета специфических предикторов ПТЛР, свойственных определенным видам травм. Вероятно, системное описание таких механизмов прольет свет на процессы совладания с травмой и обозначит новые направления в психотерапии травмы.

Заключение

Из-за возрастающего числа стрессоров, проникающих практически во все сферы жизни, исследования в области психологии посттравматического стресса не теряют своей актуальности. Невозможно найти человека, который не переживал бы различных кризисных ситуаций, значительных потерь, а в отдельных случаях и событий, связанных с воздействием травматических стрессоров. Не секрет, что травматические события являются причиной физических и психических расстройств, однако известно и то, что травма может, наоборот, стать источником личностного роста. При этом, если исследования, посвященные изучению негативных аспектов, выполняются на протяжении длительного времени, то феномен посттравматического личностного роста сравнительно недавно стал объектом внимания ученых во всем мире. Исследования, выполненные в данном проблемном поле в России, вообще единичны. В связи с вышесказанным была предпринята попытка обобщить мировой опыт изучения феномена посттравматического роста.

В процессе обзора литературных данных установлено, что посттравматический личностный рост – это не конечный результат, к которому должен прийти индивид, а своеобразный адаптационный процесс. При этом посттравматический стресс и посттравматический личностный рост сосуществуют в одном человеке, и даже есть мнение, что выраженный стресс является предиктором роста на отдаленных этапах переживания травмы. Что касается других предикторов ПТЛР, то работ, посвященных данному аспекту, очень мало, они отрывочны и часто носят противоречивый характер. Существующие теории относительно предикторов ПТЛР, на наш взгляд, не учитывают все возможные факторы этого явления. Мы считаем, что необходима разработка комплексной модели ПТЛР, в которую должны быть включены социально-демографические характеристики, показатели здоровья, индивидуально-психологические характеристики, предикторы, связанные с травматическим событием, а центральное место должно отводиться когнитивным процессам и структурам, которые позволяют оценить событие в индивидуальном ключе не только как угрожающее, но и как источник роста. Для построения комплексной модели посредством моделирования структурными уравнениями необходимы эмпирические исследования с использованием соответствующих методик, нацеленных на выявление перечисленных предикторов.

Исследования необходимы не только для разработки теоретической модели посттравматического личностного роста. Полученные данные будут иметь большое значение в выстраивании процесса психокоррекции и психотерапии. Так, например, если у лиц, переживших травматический стресс, ведущим предиктором является, например, уровень социальной поддержки, то реабилитационные мероприятия нужно выстраивать на основе данного компонента.

Финансирование

Исследование частично профинансировано Федеральным агентством научных организаций России, госзадание 0159–2016–0010.

[Литература](#)

Зеленова М.Е. Особенности Я-концепции и успешность социально-психологической адаптации участников военных действий. Социальная психология и общество. Международный научный журнал, 2011, No. 1, 97–110.

Колов С.А. Клинические, психологические и социальные характеристики участников боевых действий и их динамика в процессе групповой психотерапии: автореф. дис. ... канд. мед. наук. Санкт-Петербургский научно-исследовательский психоневрологический институт им. В.М.Бехтерева, Санкт-Петербург, 2007.

Кузина Р.Х. Психологические особенности профессиональной деятельности военнослужащих женщин: автореф. дис. ... канд. психол. наук. Военно-медицинская академия, Санкт-Петербург, 2001.

Крутолевич А.Н. Влияние совместного обсуждения и раскрытия травматического события на посттравматический рост работников экстремальных служб. Пожарная безопасность: проблемы и перспективы, 2014, 1(5), 72–82.

Лазебная Е.О. Преодоление психологических последствий воздействия экстремального (травматического) стресса: посттравматическая стрессовая адаптация. В кн.: Психология адаптации и социальная среда: современные подходы, проблемы, перспективы. М.: Институт психологии РАН, 2007. С. 561–576.

Лазебная Е.О., Зеленова М.Е. Субъектные и ситуационные детерминанты успешности процесса посттравматической стрессовой адаптации военнослужащих. В кн.: Психология адаптации и социальная среда: современные подходы, проблемы, перспективы. М.: Институт психологии РАН, 2007. С. 576–590.

Маслоу А. [Maslow A.] Психология здоровья. Преодоление дефицита и стремление к развитию — два типа мотивации. В кн.: Психология мотивации и эмоций. М.: Астрель, 2009. С. 517–529.

Падун М.А., Котельникова А.В. Психическая травма и картина мира. Теория, эмпирия, практика. М.: Институт психологии РАН, 2012.

Сукиасян С.Г. О некоторых аспектах динамики посттравматических стрессовых расстройств у участников боевых действий. Социальная и клиническая психиатрия, 2009, 19(1), 12–18.

Тарабрина Н.В. Психология посттравматического стресса: интегративный подход: автореф. дис. ... д-ра психол. наук. Российский государственный педагогический университет им. А.И.Герцена, Санкт-Петербург, 2008.

Франкл В. [Frankl V.] Человек в поисках смысла. М.: Прогресс, 1990.

Alexander T., Oesterreich R. Development and Evaluation of the Posttraumatic Growth Status Inventory. Psychology, 2013, 4(11), <http://www.scirp.org/journal/psych>

Anikhatchadourian A. Exploring ways in which trainee therapists address autonomy when working with culturally diverse clients who have experienced trauma: A qualitative analysis of an aspect of posttraumatic growth. Doctoral dissertation. 2012. ProQuest Dissertations and Theses database (UMI No. 3543528).

Bellizzi K.M. Understanding the dynamics of posttraumatic growth in breast cancer survivors. Doctoral dissertation. 2003. ProQuest Dissertations and Theses database (UMI No. 3089739).

Bergmann J.S. Psychological Well-Being in Iraq and Afghanistan Veterans: A Broader Model of Risk and Protective Factors. Doctoral dissertation. 2014. ProQuest Dissertations and Theses database (UMI No. 3637947).

Borja S.E. Adjustment and social support of sexual assault survivors. Doctoral dissertation. 2005. ProQuest Dissertations and Theses database (UMI No. 1432912).

Brooks K.N. The lived experience of posttraumatic growth and the influence of spirituality. Doctoral dissertation. 2012. ProQuest Dissertations and Theses database (UMI No. 3577654).

Burrowes T. Experiences of Mental Health Professionals Counseling Young Survivors of Sexual Abuse in the Cayman Islands. Doctoral dissertation. 2014. ProQuest Dissertations and Theses database (UMI No. 3638728).

Buxton A. Posttraumatic growth in survivors of breast cancer: The role of dispositional optimism, coping strategies, and psychosocial interventions. Doctoral dissertation. 2011. ProQuest Dissertations and Theses database (UMI No. 77756).

Calhoun L.G., Cann A., Tedeschi R.G. The posttraumatic growth model: Sociocultural considerations. In: Posttraumatic growth and culturally competent practice. Hoboken, NJ: Wiley and Sons, 2010a. pp. 1–14.

Calhoun L.G., Tedeschi R.G., Cann A., Hanks E.A. Positive outcomes following bereavement: paths to posttraumatic growth. *Psychologica Belgica*, 2010b, 50(1–2), 125–143.

Cammarata C. September 11th, 2001 and the Fire Department City of New York (FDNY): A search for growth. Doctoral dissertation. 2008. ProQuest Dissertations and Theses database (UMI No. 3303129).

Cann A., Calhoun L.G., Tedeschi R.G., Solomon D.T. Posttraumatic growth and depreciation as independent experiences and predictors of well-being. *Journal of Loss and Trauma*, 2010, 15(3), 151–166. doi:10.1080/15325020903375826

Cann A., Calhoun L.G., Tedeschi R.G., Triplett K.N., Vishnevsky T., Lindstrom C.M. Assessing posttraumatic cognitive processes: The Event Related Rumination Inventory. *Anxiety, Stress and Coping*, 2011, 24(2), 137–156. doi:10.1080/10615806.2010.529901

Chun S., Lee Y. The Role of Leisure in the Experience of Posttraumatic Growth for People with Spinal Cord Injury. *Journal of Leisure Research*, 2010, 42(3), 393–415.

Costar H. Factors contributing to the development of posttraumatic growth in spouses of breast cancer survivors. Doctoral dissertation. 2005. ProQuest Dissertations and Theses database (UMI No. 1427551).

Creamer M., O'Donnell M., Carboon I., Lewis V., Densley K., McFarlane A., Silove D., Briant R.A. Evaluation of the Dispositional Hope Scale in injury survivors. *Journal of Research in Personality*, 2009; 43(4), 613–617.

Dekel S., Solomon Z., Ein-Dor T. Posttraumatic Growth and Posttraumatic Distress: A Longitudinal Study *Psychological Trauma: Theory, Research, Practice, and Policy*, 2012, 4(1), 94 –10.

Doane N-J.K. Predictors of posttraumatic growth, shame, and posttraumatic stress symptoms in survivors of intimate partner violence: The roles of social support and coping. Doctoral dissertation. 2011. ProQuest Dissertations and Theses database (UMI No. 3457397).

Fetty D.G. Is there justice in trauma? A path analysis of belief in a just world, coping, meaning making, and posttraumatic growth in female sexual assault survivors. Doctoral dissertation. 2012. ProQuest Dissertations and Theses database (UMI No. 1529477).

Flowers S.E. Veterans' experience of posttraumatic growth through Christian spirituality: A heuristics study. Doctoral dissertation. 2014. ProQuest Dissertations and Theses database (UMI No. 3669371).

Forgeard M.J.C. Perceiving benefits after adversity: The relationship between self-reported posttraumatic growth and creativity. *Psychology of Aesthetics, Creativity, and the Arts*, 2013, 7(3), 245–264.

Frazier P., Conlon A., Glaser T. Positive and negative life changes following sexual assault. *Journal of Consulting and Clinical Psychology*, 2001, 69(6), 1048–1055.

Galea M. The Relationship of Personality, Spirituality and Posttraumatic Growth to Subjective Wellbeing. *Open Access Library Journal*, 2014, 1(8), 1–10.
doi:10.4236/oalib.1101069

Gwynn S.R. Adult attachment and posttraumatic growth in sexual assault survivors. Doctoral dissertation. 2008. ProQuest Dissertations and Theses database (UMI No. 3352087).

Hagenaars M.A., van Minnen A. Posttraumatic Growth in Exposure Therapy for PTSD. *Journal of Traumatic Stress*, 2010, 23(4), 504–508.

Harris J.I., Erbes C.R., Engdahl B.E., Tedeschi R.G., Olson R.H., Winskowski A.M.M., McMahon J. Coping functions of prayer and posttraumatic growth. *The International Journal for the Psychology of Religion*, 2010, 20(1), 26–38.

Helgeson V.S., Reynolds K.A., Tomich P.L. A meta-analytic review of benefit finding and growth. *Journal of Consulting and Clinical Psychology*, 2006, 74(5), 797–816.

Henninger J.R. Coping strategies, psychopathological symptoms and posttraumatic growth following trauma and stressful life events. Master's thesis. Rowan University, 2014.

Hobfoll S.E., Canetti-Nisim D., Galea S., Johnson R.G., Palmieri P.A. Refining our understanding of traumatic growth in the face of terrorism: Moving from meaning cognitions to doing what is meaningful. *Applied Psychology*, 2007, 56(3), 345–367.

Joseph S. Growth Following Adversity: Positive Psychological Perspectives on Posttraumatic Stress. *Psychological Topics*, 2009, 18(2), 335–344.

Joseph S., Butler L.D. Positive changes following adversity. *PTSD. Research quarterly*, 2010, 21(3), 1050–1835.

Joseph S., Linley P.A. Positive adjustment to threatening events: An organismic valuing theory of growth through adversity. *Review of General Psychology*, 2005, 9(3), 262–280.

Joseph S., Linley P.A. Psychological assessment of growth following adversity: A review. In: *Trauma, recovery, and growth: Positive psychological perspectives on posttraumatic stress*. Hoboken, NJ: Wiley, 2008. pp. 21–38.

Kaiser A.P., Park C.L., King L.A., King D.W., Shuster J., Spiro A., Moore J.L., Kaloupek D.J., Keane T.M. Long-term effects of coping with extreme stress: Longitudinal study of Vietnam-era repatriated prisoners of war. *Journal of Traumatic Stress*, 2011, 24(6), 680–690.

Kovack K.A. Coping-mediated differences in posttraumatic growth. Doctoral dissertation.

2012. ProQuest Dissertations and Theses database (UMI No. 3522911).

Linley P.A., Joseph S. Positive change following trauma and adversity: A review. *Journal of Traumatic Stress*, 2004, 17(1), 11–21.

Love C., Sabiston C.M. Exploring the links between physical activity and posttraumatic growth in young adult cancer survivors. *Psycho-Oncology*, 2011, 20(3), 278–286.

Morrill E.F., Brewer N.T., O'Neill S.C., Lillie S.E., Dees E.C., Carey L.A., Rimer B.K. The interaction of post-traumatic growth and posttraumatic stress symptoms in predicting depressive symptoms and quality of life. *Psycho-Oncology*, 2008, 17(9), 948–953.

Posta E. The narrative process and the stories of family members who lost loved ones on 9/11. Doctoral dissertation. 2010. ProQuest Dissertations and Theses database (UMI No. 3406509).

Prati G., Pietrantonio L. Optimism, social support, and coping strategies as factors contributing to posttraumatic growth: A meta-analysis. *Journal of Loss and Trauma*, 2009, 14(5), 364–388.

Ransom S. Temporal comparisons and the perception of posttraumatic growth in early stage cancer patients. Doctoral dissertation. 2005. ProQuest Dissertations and Theses database (UMI No. 3188430).

Roger V.M. An examination of the relationships among trauma, posttraumatic growth and related factors. Doctoral dissertation. 2007. ProQuest Dissertations and Theses database (UMI No. 3268719).

Seidm Mahmoodi J., Rahimi C., Mohamadi N. Resiliency and religious orientation: Factors contributing to posttraumatic growth in Iranian subjects. *Iranian Journal of Psychiatry*, 2011, 6(4), 145–150.

Sheikh A. Posttraumatic growth in trauma survivors: Implications for practice. *Counseling Psychology Quarterly*, 2008, 21(1), 85–97.

Sheikh A.I., Marotta S.A. A cross-validation study of the Posttraumatic Growth Inventory. *Measurement and Evaluation in Counseling and Development*, 2005, 38(2), 66–77.

Stasko E.C., Ickovics J.R. Traumatic Growth in the face of terrorism: threshold effects and action-based growth. *Applied Psychology*, 2007, 56(3), 386–396.

Tait R.N. The Role of Prayer Coping and Disclosure Attitudes in Posttraumatic Outcomes Among Iraq and Afghanistan Veterans. Doctoral dissertation. 2014. ProQuest Dissertations and Theses database (UMI No. 3605004).

Taku K., Cann A. Cross-national and religious relationships with posttraumatic growth: The role of individual differences and perceptions of the triggering event. *Journal of Cross-*

Cultural Psychology, 2014, 45(4), 601–617.

Tao C. Predictors of Emotional Adjustment and Posttraumatic Growth Following Bereavement in the United States and China. Doctoral dissertation. 2014. ProQuest Dissertations and Theses database (UMI No. 1555982).

Tedeschi R.G., Calhoun L.G. Posttraumatic growth: Conceptual foundations and empirical evidence. *Psychological Inquiry*, 2004, 15(1), 1–18.

Tedeschi R.G., Calhoun L.G. The posttraumatic growth inventory: measuring the positive legacy of trauma. *Journal of Traumatic Stress*, 1996, 9(3), 455–471.

Vázquez C., Pérez-Sales P., Hervás G. Positive effects of terrorism and posttraumatic growth: An individual and community perspective; In: *Trauma, recovery and growth. Positive psychological perspectives on Posttraumatic stress*. New York, NY: John Wiley and Sons, 2008. pp. 63–93.

Wassif J.A. The utilization of adventure based programming to foster posttraumatic growth within a veteran population: A mixed methods study. Doctoral dissertation. 2014. ProQuest Dissertations and Theses database (UMI No. 3672991).

Webb K.C. Effect of Religiosity and Combat Exposure to Predict Combat Service Member Posttraumatic Growth. Doctoral dissertation. 2013. ProQuest Dissertations and Theses database (UMI No. 3574385).

Willey R. The gift of trauma: Stories of posttraumatic growth and spiritual transformation in war survivors from Uganda and Viet Nam. Doctoral dissertation. 2013. ProQuest Dissertations and Theses database (UMI No. 3591681).

Zerach G., Solomon Z., Cohen A., Ein-Dor T. PTSD, Resilience and Posttraumatic Growth Among Ex-Prisoners of War and Combat Veterans. *Israel Journal of Psychiatry and Related Sciences*, 2013, 50(2), 91–99.

Zhenxiang Z., Yaping Y., Ruili W., Juan L., Beilei L. Posttraumatic growth, anxiety, depression of stroke survivors. *Life Science Journal*, 2012, 9(4), <http://lifesciencesite.com>

Поступила в редакцию 14 марта 2017 г. Дата публикации: 15 июня 2017 г.

[Сведения об авторах](#)

Зелянина Анна Николаевна. Кандидат психологических наук, доцент, Высшая школа психологии и педобразования, Северный (Арктический) Федеральный университет им. М.В.Ломоносова, наб. Северной Двины, д. 17, 163002 Архангельск, Россия.
E-mail: zelyanina-anna@yandex.ru

Падун Мария Анатольевна. Кандидат психологических наук, старший научный сотрудник, лаборатория психологии развития субъекта в нормальных и

посттравматических состояниях, Институт психологии Российской академии наук,
ул. Ярославская, д. 13, кор. 1, 129366 Москва, Россия.
E-mail: maria_padun@inbox.ru

[Ссылка для цитирования](#)

Стиль psystudy.ru

Зеянина А.Н., Падун М.А. К проблеме посттравматического личностного роста:
современное состояние и перспективы. Психологические исследования, 2017, 10(53),
4. <http://psystudy.ru>

Стиль ГОСТ

Зеянина А.Н., Падун М.А. К проблеме посттравматического личностного роста:
современное состояние и перспективы // Психологические исследования. 2017. Т. 10,
№ 53. С. 4. URL: <http://psystudy.ru> (дата обращения: чч.мм.гггг).

[Описание соответствует ГОСТ Р 7.0.5-2008 "Библиографическая ссылка". Дата
обращения в формате "число-месяц-год = чч.мм.гггг" – дата, когда читатель
обращался к документу и он был доступен.]

Адрес статьи: <http://psystudy.ru/index.php/num/2017v10n53/1424-zelyanina53.html>

[К началу страницы >>](#)