

УДК 159.9.072.5:159.923.2

Зазимко Оксана Володимирівна

кандидат психологічних наук, доцент, провідний науковий співробітник

Інститут психології імені Г. С. Костюка НАПН України, м. Київ

zazimko_ua@psychology-naes-ua.institute

ORCID: 0000-0003-0422-3669

Zazymko Oksana

PhD in Psychology, Associate Professor, Leading Researcher

G. S. Kostiuk Institute of Psychology of the NAES of Ukraine, Kyiv

zazimko_ua@psychology-naes-ua.institute

ORCID: 0000-0003-0422-3669

[https://doi.org/10.60022/4\(s\)-13-GF](https://doi.org/10.60022/4(s)-13-GF)

НАРАТИВНО-ГЕРМЕНЕВТИЧНИЙ ПІДХІД ДО ПСИХОДІАГНОСТИКИ МЕНТАЛЬНИХ РЕСУРСІВ ОСОБИСТОСТІ

NARRATIVE-HERMENEUTIC APPROACH TO PSYCHODIAGNOSTICS OF PERSONAL MENTAL RESOURCES

Анотація. *Статтю* *присвячено* *концептуалізації*
нарративно-герменевтичного підходу до психодіагностики ментальних ресурсів
особистості в умовах тривалої кризи, зумовленої повномасштабною війною.
Обґрунтовано, що традиційний ресурсний підхід, який зосереджений на наявності
або втраті ресурсів, є недостатнім для розуміння психологічної стійкості
особистості в ситуації хронічного екзистенційного неблагополуччя. На противагу



йому, наративно-герменевтична парадигма концептуалізує ресурсність як динамічний процес смислового конструювання досвіду, в якому смисл виконує функцію метаресурсу, що організує всю ресурсну систему, а наратив постає механізмом актуалізації ресурсів і відновлення суб'єктності особистості. Ключовою методологічною лакуною наявного психодіагностичного інструментарію визначено нездатність зафіксувати якісний механізм цієї актуалізації. Обґрунтовано необхідність нового конструкту – смислової інтеграції ментальних ресурсів – та окреслено концептуальні засади відповідного психодіагностичного інструменту, архітектура якого відтворює логіку герменевтичного циклу і забезпечує багаторівневу інтерпретацію. Показано зв'язок між функціонуванням ресурсної системи та психологічним благополуччям особистості як результуючою змінною. Розроблений підхід відкриває нові можливості для диференційованої психологічної підтримки в умовах тривалої кризи.

Ключові слова: ментальні ресурси; наративно-герменевтична парадигма; смисл як метаресурс; наратив; психодіагностика; психологічне благополуччя; тривала криза.

Abstract. *The article conceptualises a narrative-hermeneutic approach to psychodiagnostics of personal mental resources in conditions of prolonged crisis caused by full-scale war. The relevance of the study is determined by the qualitative specificity of prolonged crisis compared to acute traumatic events: chronic uncertainty, a threat extended over time, and systematic depletion of adaptive mechanisms impose fundamentally different demands on personal psychological resilience and on the instruments for its investigation.*

The limitations of the traditional resource approach, represented by the conservation of resources theory and the cognitive-transactional model of stress, are substantiated. Despite considerable explanatory power, these concepts describe a resource as a present or absent state and do not encompass the meaning-related,

interpretive, and narrative dimensions of resourcefulness, which are critically important in conditions of prolonged existential distress. It is shown that what proves decisive in such circumstances is not the quantity of available resources but the way in which the individual makes sense of their own experience and maintains meaning coherence in the face of external chaos.

The narrative-hermeneutic paradigm is substantiated as a theoretical alternative, within which the individual appears not as a bearer of resources but as an active interpreter of their own experience. Mental resources are conceptualised as dynamic meaning-cognitive formations that are not stored as reserves but are reproduced through the continuous hermeneutic circle. Meaning performs the function of a meta-resource that organises the entire resource system; narrative emerges as the mechanism for activating resources and restoring the individual's subjectivity. The transition from a stagnating victim narrative to a developmental narrative of the author of one's own life is regarded as a key indicator of the resource system's functioning under crisis conditions.

The structure of mental resources is revealed through four interrelated groups corresponding to specific links in the hermeneutic cycle and specific existential challenges of prolonged crisis. Depletion of any of these groups disrupts the integrity of the meaning-making cycle and reduces the integral level of the individual's psychological well-being.

A methodological analysis of the existing psychodiagnostic instruments is conducted. It is shown that existing measures capture the level and intensity of individual resources but do not reveal the mechanism of their systemic activation in a specific crisis experience. Most instruments are built on a dispositional principle and measure stable personality traits, whereas the psychological-hermeneutic paradigm requires measurement of the processual state of the resource system in a specific context. A separate gap is identified in the absence of validated Ukrainian-language versions of instruments that most accurately operationalise meaning and narrative identity.

The necessity of a new construct — meaning integration of mental resources — is substantiated, and the conceptual foundations of the corresponding psychodiagnostic

instrument are outlined. Its architecture reproduces the logic of the hermeneutic cycle, provides for multilevel interpretation of results, and incorporates a dialogical feedback procedure. The relationship between the functioning of the resource system and personal psychological well-being is demonstrated as the outcome variable and external criterion indicator of the new instrument's validity. The developed approach opens new possibilities for differentiated psychological support: knowledge of which specific link in the hermeneutic cycle is depleted allows a transition from general supportive measures to targeted intervention.

Keywords: *mental resources; narrative-hermeneutic paradigm; meaning as meta-resource; narrative; psychodiagnostics; psychological well-being; prolonged crisis.*

Постановка проблеми. Повномасштабна війна в Україні кардинально змінила психологічні умови існування мільйонів людей, поставивши особистість перед принципово новим типом виклику: не гострою травматичною подією, що завершується, а тривалим, хронічно відтвореним неблагополуччям, яке системно виснажує адаптаційний потенціал і руйнує смислові структури, що забезпечують психологічну стійкість. У таких умовах дослідницький і практичний пріоритет зміщується від питання «які ресурси має особистість» до питання «яким чином вона здатна відновлювати і підтримувати функціонування власної ресурсної системи» – і саме ця зміна фокусу визначає актуальність справжньої статті.

Аналіз останніх досліджень і публікацій. Традиційний ресурсний підхід, передусім теорія збереження ресурсів [1] та когнітивно-транзакційна модель стресу [2], описує ресурси переважно як запаси або умови подолання стресу. Незважаючи на значну пояснювальну силу цих концепцій, вони залишають осторонь смислові, інтерпретаційні та наративні виміри ресурсності, які є особливо критичними в умовах тривалої, екзистенційно насиченої кризи. Дослідження останніх років переконливо свідчать, що смислотворення є одним із провідних предикторів психологічної адаптації в ситуаціях хронічного неблагополуччя [3; 4], а здатність особистості підтримувати смислову зв'язність досвіду безпосередньо пов'язана з її

психологічним благополуччям [5]. Разом з тим більшість наявних психодіагностичних інструментів вимірюють рівень окремих ресурсів, не охоплюючи механізму їх системної актуалізації в конкретному кризовому досвіді.

Психолого-герменевтична парадигма, що розглядає особистість як активного інтерпретатора власного досвіду [6; 7], пропонує принципово інше розуміння ресурсності: не як стану, а як процесу, в якому відбувається постійне відтворення смислових опор через інтерпретацію, наративну інтеграцію і смислову трансформацію досвіду [8]. Саме в цій парадигмі сформульовано конструкт, концептуалізації якого присвячена стаття.

Метою статті є обґрунтування наративно-герменевтичного підходу до психодіагностики ментальних ресурсів особистості як методологічної основи для розробки нового психодіагностичного інструменту в умовах тривалої кризи. *Завдання дослідження:* (1) розкрити обмеження традиційного ресурсного підходу та обґрунтувати необхідність його розширення в межах наративно-герменевтичної парадигми; (2) описати структурно-динамічну модель ментальних ресурсів як теоретичну основу психодіагностичного конструкту; (3) концептуалізувати конструкт смислової інтеграції ментальних ресурсів та визначити його вимірювальний потенціал; (4) окреслити методологічні лакуни наявного інструментарію та обґрунтувати засади нового психодіагностичного інструменту.

Виклад основного матеріалу дослідження. Теорія збереження ресурсів С. Гобфолла [1] визначає ресурси як цінності (матеріальні, соціальні, особистісні та енергетичні), які особистість прагне зберегти, набути або захистити від втрати. Когнітивно-транзакційна модель Р. Лазаруса і С. Фолкман [2] доповнює цей погляд суб'єктивним виміром: ресурс є таким лише у співвіднесенні з індивідуальною оцінкою вимог ситуації і власних можливостей їх подолати. Обидві концепції мають потужну пояснювальну силу і забезпечили методологічне підґрунтя для значного масиву досліджень стресу і копінгу.

Разом з тим обидві традиції мають спільне обмеження: вони описують ресурс як наявний або відсутній, збережений або втрачений, тобто як стан, а не як процес.

У контексті тривалої кризи це обмеження стає критичним. Хронічна невизначеність, розтягнена в часі загроза і систематичне виснаження адаптаційних механізмів не вписуються в логіку «оцінка → копінг → відновлення»: цикл не завершується, стресор не зникає, ресурси не поповнюються у звичний спосіб. У такій ситуації вирішальним стає не кількість наявних ресурсів, а спосіб, у який особистість осмислює власний досвід і підтримує смислову зв'язність попри зовнішній хаос [9].

Це спостереження підтверджується даними досліджень у контексті тривалих суспільних криз. Зокрема, лонгітюдні дані, отримані в умовах пандемії COVID-19, засвідчили, що здатність до смислотворення як конструювання нових значень із болісного досвіду є суттєвим предиктором психологічної адаптації і благополуччя навіть за умов збереження несприятливих обставин [3; 4]. Ці дані підкреслюють: механізм смислового опрацювання кризи є самостійним психологічним ресурсом, що не зводиться до наявності позитивних рис чи копінг-стратегій і потребує окремого методологічного осмислення.

Психолого-герменевтична парадигма зміщує фокус із характеристик особистості на процеси конструювання нею смислів. Особистість постає не як носій ресурсів, а як активний інтерпретатор власного досвіду, що постійно відтворює розуміння себе і світу через герменевтичне коло [6; 7]. У цій перспективі ресурсність має релятивний і контекстуально зумовлений характер: ментальні ресурси є не фіксованими властивостями, а динамічними смислово-когнітивними утвореннями, що актуалізуються в процесі інтерпретації конкретної ситуації і реконструкції власного досвіду [8].

Особливе місце в цій парадигмі посідає наратив. Особистість не лише переживає події, вона розповідає про них собі та іншим, і саме в цьому оповіданні конструює власну ідентичність, інтегрує досвід і відновлює смислову цілісність, порушену кризою [10]. Наратив функціонує не лише як форма представлення досвіду, а як механізм актуалізації ментальних ресурсів і відновлення суб'єктності. Здатність переходити від стагнуючого наративу жертви до розвивального наративу

автора власного життя є ключовим показником функціонування ресурсної системи [8].

Структурно-динамічна модель, яка запропонована Н.В. Чепелевою та є теоретичною основою цього дослідження, описує ментальні ресурси як систему, що функціонує в процесуальному циклі: *ситуація* → *інтерпретація* → *нарратив* → *осмислення* → *смілова трансформація* → *дія* [8]. Кожна ланка цього циклу є водночас результатом попередньої і умовою наступної. Ситуація виступає тригером порушення смислової узгодженості; інтерпретація – первинного структурування події; нарратив інтегрує пережитий досвід у темпорально зв'язну життєву історію; осмислення функціонує як метарівень, що співвідносить подію з цінностями та ідентичністю; смілова трансформація призводить до реконфігурації смислових опор; дія реалізує нову конфігурацію і відкриває новий цикл. В умовах тривалої кризи цей цикл не є одноразовим: він відтворюється знову і знову, щоразу потребуючи від особистості нового осмислення і нових ресурсів.

Центральним у цій моделі є поняття смислу як метаресурсу. Смісл організує всю ресурсну систему: без збереженого смислу інтерпретація стає хаотичною, нарратив – фрагментованим, рефлексія – патологічною (румінація), дія – безцільною. А. Антоновський описав здатність підтримувати сміслову зв'язність попри суперечливість обставин як «відчуття когерентності», що охоплює переживання світу як зрозумілого, керованого і такого, що має смісл [11]; В. Франкл показав, що збереження смислу є найпотужнішим ресурсом відновлення навіть у найважчих умовах [12]. Ці ідеї отримують нове підтвердження в сучасних дослідженнях [3; 4]: сміслотворення як процес є ключовим медіатором між кризовим досвідом і психологічним благополуччям.

У межах цієї моделі виокремлюються чотири групи ментальних ресурсів, що відповідають певним ланкам герменевтичного циклу і конкретним екзистенційним викликам тривалої кризи. Кожна з цих груп функціонує не ізольовано, а як взаємопов'язана ланка єдиної системи: виснаження будь-якої з них порушує цілісність циклу і знижує інтегральний рівень психологічного благополуччя [5; 8].

Запропонований конструкт – *смілова інтеграція ментальних ресурсів особистості в умовах кризи* – фіксує не наявність окремих ресурсів, а їх системну організацію навколо смислу: здатність особистості в конкретних умовах тривалої кризи інтерпретувати досвід, будувати зв'язну оповідь про себе, рефлексивно осмислювати пережите і переводити осмислення у практичну дію.

Принциповою відмінністю цього конструкту від більшості наявних є його процесуальний, а не статичний характер. Він операціоналізує стан ресурсної системи в конкретному кризовому контексті, а не рівень ресурсу як характеристику особистості. Ця відмінність є принциповою для психолого-герменевтичної парадигми: ресурс не зберігається як властивість, він актуалізується або не актуалізується у процесі конкретної інтерпретаційної роботи [8]. Вимірювання, що здатне вловити цю динаміку, відкриває якісно інший діагностичний рівень – рівень механізму, а не рівень результату.

Конструкт має чотири виміри, що відповідають виділеним групам ресурсів і ланкам герменевтичного циклу. Кожен вимір є діагностично самостійним: його виснаження є окремим випадком із власною феноменологією і власними наслідками для психологічної підтримки. Водночас усі чотири виміри є формативними компонентами цілісного конструкту, тобто разом вони утворюють смислову інтеграцію ресурсів, але не обов'язково корелюють між собою, що відображає реальну психологічну структуру явища і визначає відповідну стратегію психометричної верифікації.

Зв'язок конструкту з психологічним благополуччям є не лише теоретично обґрунтованим. Смыслотворення як центральний механізм смислової інтеграції ресурсів виступає медіатором між кризовим досвідом і показниками благополуччя [3; 4]; збереження смислового горизонту і авторської позиції в наративі пов'язане з вищими показниками психологічного процвітання [5; 14]. Концептуально психологічне благополуччя виступає результуючою змінною, що відображає інтегральний стан ресурсної системи і слугує зовнішнім критеріальним показником для верифікації нового інструменту.

Наявний психодіагностичний інструментарій вимірювання ментальних ресурсів охоплює широкий спектр їх конструктів. Проте, кожен із інструментів є методологічно обґрунтованим у межах свого конструкту. Разом з тим їх сукупне застосування не усуває принципового методологічного дефіциту, який зумовлений:

- по-перше, наявні психодіагностичні методики фіксують рівень і інтенсивність ресурсів, але не розкривають механізму їх актуалізації. (питання «скільки смислу має особистість» і питання «яким чином вона підтримує або відновлює смислову зв'язність у конкретному кризовому досвіді» є принципово різними, але лише друге відповідає логіці наративно-герменевтичного підходу);

- по-друге, більшість інструментів побудовані за диспозиційним принципом: вони вимірюють стабільні риси особистості («я загалом»), а не стан актуалізованих ресурсів у конкретному кризовому контексті, що є принциповим обмеженням для вибірки в умовах хронічного стресу, де дистанція між «загальним» і «актуальним» є особливо значущою.

- по-третє, жоден із наявних інструментів не відображає системного характеру ресурсної моделі, а саме взаємозв'язку між різними групами ресурсів як ланками єдиного герменевтичного циклу. Батарея методик, навіть методологічно узгоджена, вимірює компоненти системи, але не саму систему як ціле. Саме цей вимір – системна організація ресурсів навколо смислу в конкретному кризовому контексті – і є предметом нового конструкту.

Виявлені методологічні лакуни обумовлюють необхідність розробки нового психодіагностичного інструменту, що операціоналізує конструкт смислової інтеграції ментальних ресурсів. Його концептуальна архітектура визначається кількома принципами.

Перший принцип – *процесуальний, а не диспозиційний фокус*. Інструмент вимірює стан ресурсної системи в конкретному кризовому контексті, а не стабільні риси особистості.

Другий принцип – *нاراتивно-герменевтична архітектура процедури*. Форма інструменту структурно відтворює логіку конструкту, який він вимірює: процедура

занурює респондента в рефлексію над власним кризовим досвідом, а не в абстрактне самооцінювання.

Третій принцип – *системне вимірювання*. Чотири виміри конструкту відповідають чотирьом ланкам герменевтичного циклу і виступають формативними компонентами цілісної системи. Це визначає відмінну від класичної стратегію психометричної перевірки: стандартний критерій внутрішньої узгодженості (Cronbach α) є придатним лише на рівні субконструктів, але не на рівні всього інструменту. Обґрунтування інтегрального показника здійснюється через зовнішню критеріальну валідність, зокрема, через зв'язок із показниками психологічного благополуччя як результуючої змінної.

Четвертий принцип – *діалогічна процедура зворотного зв'язку*. Узгоджуючись з герменевтичною ідеєю про те, що розуміння є принципово інтерсуб'єктивним актом [6], інструмент передбачає не лише кількісне вимірювання, а й процедуру спільної інтерпретації результатів, яка перетворює діагностику на діалогічну подію, і тим самим наближає її до логіки наративної практики.

Описана концепція відповідає на ключову методологічну вимогу: інструмент вимірює не лише *що* є у особистості, а *як* вона підтримує власну ресурсну систему в умовах хронічної кризи. Це відкриває нові можливості для диференційованої психологічної підтримки: знаючи, яка саме ланка герменевтичного циклу є виснаженою, практикуючий психолог може обрати цільову стратегію втручання.

Висновки та подальші перспективи дослідження.

Наративно-герменевтична парадигма є не лише альтернативним теоретичним поглядом на ресурсність, а й якісно іншим розумінням самої природи психологічної стійкості. Якщо класичний ресурсний підхід мислить стійкість як збереження наявного, то герменевтична парадигма розуміє її як здатність до безперервного відтворення як динамічну рівновагу, що досягається не завдяки запасам, а завдяки смислотворчій активності. Ця відмінність змінює не лише предмет вимірювання, а й уявлення про те, що є метою психологічної підтримки в умовах тривалої кризи.

Конструкт смислової інтеграції ментальних ресурсів є спробою операціоналізувати саме цю динаміку. Його цінність полягає не в тому, що він вимірює «більше» або «точніше», ніж наявні інструменти, а в тому, що він вимірює якісно інше: не рівень ресурсу як характеристику, а стан ресурсної системи як процес. Така зміна одиниці аналізу відкриває можливість ставити принципово нові емпіричні питання – не «скільки ресурсів має особистість», а «де і чому ланцюг смислотворення розривається» і «що потрібно, щоб він відновився».

Зв'язок між смисловою інтеграцією ресурсів і психологічним благополуччям є перспективною дослідницькою гіпотезою, підкріпленою сучасними даними. Новий інструмент покликаний верифікувати цей зв'язок на матеріалі тривалої воєнної кризи, в умовах, де жоден із наявних зарубіжних інструментів не проходив апробації.

Запропонований підхід має безпосереднє практичне значення. Диференційований профіль ресурсної системи – здатність ідентифікувати, яка саме ланка герменевтичного циклу є виснаженою, — дозволяє перейти від загальної підтримки до адресного втручання. У контексті масштабної психологічної роботи в умовах війни це є не методологічним вишуком, а практичною необхідністю.

Перспективи дослідження охоплюють психометричну верифікацію розроблюваного інструменту на репрезентативних вибірках, а також емпіричне дослідження взаємозв'язку між профілем смислової інтеграції ментальних ресурсів і різними вимірами психологічного благополуччя в умовах тривалої воєнної кризи.

Список використаних джерел

1. Hobfoll S. E. Conservation of resources: A new attempt at conceptualizing stress. *American Psychologist*. 1989. Vol. 44, № 3. P. 513–524. DOI: 10.1037/0003-066X.44.3.513
2. Lazarus R., Folkman S. *Stress, appraisal, and coping*. New York : Springer, 1984. 456 p.
3. Yang Z., Ji L.-J., Yang Y., Wang Y., Zhu L., Cai H. Meaning making helps cope with COVID-19: A longitudinal study. *Personality and Individual Differences*. 2021. Vol. 174. P. 110670. DOI: 10.1016/j.paid.2021.110670

4. Kim B.-N., Kang H. S. H., Park J. Meaning-making while staying connected matters in psychological adaptation during pandemic: a longitudinal moderated mediation study. *Frontiers in Psychology*. 2024. Vol. 15. Article 1364903. DOI: 10.3389/fpsyg.2024.1364903
5. Keyes C. L. M. Atlanta: Brief description of the mental health continuum short form (MHC-SF). URL: <http://www.sociology.emory.edu/ckeyes/> (дата звернення: 01.04.2025).
6. Ricoeur P. Time and narrative. Vol. 1. Chicago : University of Chicago Press, 1984. 274 p.
7. Bruner J. The narrative construction of reality. *Critical Inquiry*. 1991. Vol. 18, № 1. P. 1–21. DOI: 10.1086/448619
8. Чепелева Н. В. Ментальні ресурси особистості в психолого-герменевтичній парадигмі. *Технології розвитку інтелекту*. 2026. № 9(3(39)) <http://psytir.org.ua/>.
9. Janoff-Bulman R. Assumptive worlds and the stress of traumatic events: Applications of the schema construct. *Social Cognition*. 1989. Vol. 7, № 2. P. 113–136. DOI: 10.1521/soco.1989.7.2.113
10. McAdams D. P. The psychology of life stories. *Review of General Psychology*. 2001. Vol. 5, № 2. P. 100–122. DOI: 10.1037/1089-2680.5.2.100
11. Antonovsky A. Unraveling the mystery of health: How people manage stress and stay well. San Francisco : Jossey-Bass, 1987. 218 p.
12. Frankl V. E. Man's search for meaning. Boston : Beacon Press, 2006. 165 p.
13. Park C. L. Meaning making following trauma. *Frontiers in Psychology*. 2022. Vol. 13. Article 844891. DOI: 10.3389/fpsyg.2022.844891
14. Steger M. F., Frazier P., Oishi S., Kaler M. The Meaning in Life Questionnaire: Assessing the presence of and search for meaning in life. *Journal of Counseling Psychology*. 2006. Vol. 53, № 1. P. 80–93. DOI: 10.1037/0022-0167.53.1.80

References:

1. Hobfoll S. E. Conservation of resources: A new attempt at conceptualizing stress. *American Psychologist*. 1989. Vol. 44, № 3. P. 513–524. DOI: 10.1037/0003-066X.44.3.513
2. Lazarus R., Folkman S. Stress, appraisal, and coping. New York : Springer, 1984. 456 p.
3. Yang Z., Ji L.-J., Yang Y., Wang Y., Zhu L., Cai H. Meaning making helps cope with COVID-19: A longitudinal study. *Personality and Individual Differences*. 2021. Vol. 174. P. 110670. DOI: 10.1016/j.paid.2021.110670
4. Kim B.-N., Kang H. S. H., Park J. Meaning-making while staying connected matters in psychological adaptation during pandemic: a longitudinal moderated mediation study. *Frontiers in Psychology*. 2024. Vol. 15. Article 1364903. DOI: 10.3389/fpsyg.2024.1364903

5. Keyes C. L. M. Atlanta: Brief description of the mental health continuum short form (MHC-SF). URL: <http://www.sociology.emory.edu/ckeyes/> (дата звернення: 01.04.2025).
6. Ricoeur P. Time and narrative. Vol. 1. Chicago : University of Chicago Press, 1984. 274 p.
7. Bruner J. The narrative construction of reality. *Critical Inquiry*. 1991. Vol. 18, № 1. P. 1–21. DOI: 10.1086/448619
8. Чепелєва Н. В. Ментальні ресурси особистості в психолого-герменевтичній парадигмі. *Технології розвитку інтелекту*. 2026. № 9(3(39)) <http://psytir.org.ua/>.
9. Janoff-Bulman R. Assumptive worlds and the stress of traumatic events: Applications of the schema construct. *Social Cognition*. 1989. Vol. 7, № 2. P. 113–136. DOI: 10.1521/soco.1989.7.2.113
10. McAdams D. P. The psychology of life stories. *Review of General Psychology*. 2001. Vol. 5, № 2. P. 100–122. DOI: 10.1037/1089-2680.5.2.100
11. Antonovsky A. *Unraveling the mystery of health: How people manage stress and stay well*. San Francisco : Jossey-Bass, 1987. 218 p.
12. Frankl V. E. *Man's search for meaning*. Boston : Beacon Press, 2006. 165 p.
13. Park C. L. Meaning making following trauma. *Frontiers in Psychology*. 2022. Vol. 13. Article 844891. DOI: 10.3389/fpsyg.2022.844891
14. Steger M. F., Frazier P., Oishi S., Kaler M. The Meaning in Life Questionnaire: Assessing the presence of and search for meaning in life. *Journal of Counseling Psychology*. 2006. Vol. 53, № 1. P. 80–93. DOI: 10.1037/0022-0167.53.1.80