

ПРАКТИЧНЕ ДОСЛІДЖЕННЯ ОСОБИСТІСНОГО ЗРОСТАННЯ ЖІНОК В УМОВАХ НЕОДНОЗНАЧНОЇ ВТРАТИ

Вступ. Проблематика неоднозначної втрати стає надзвичайно актуальною у військові часи, коли виникає необхідність надавати допомогу постраждалим особам, що втратили близьку людину. Тому необхідними на сьогодні є дослідження феномену неоднозначної втрати, того, як люди переживають таку втрату, особливості емоційних реакцій та відновлення. На сьогодні у сфері психологічних досліджень існує пробіл у розумінні можливості позитивних особистісних змін внаслідок неоднозначної втрати. Сумніви щодо цього виникають, так як така втрата супроводжується невизначеністю і дуальністю емоційних реакцій між надією та горем. Цей пробіл викликає певні складнощі у наданні допомоги практичними психологами. Таким чином метою статті було визначити можливість та потенціал особистісного зростання в осіб, що переживають неоднозначну втрату внаслідок зникнення близької людини.

Методи. Для визначення можливості та потенціалу особистісного зростання було сформовано вибірку із 30 осіб ($N = 30$), з яких 30 жінок віком від 19 до 60 років. Для вимірювання рівня зростання використано опитувальник посттравматичного зростання Л. Калхун та Р. Тадеські.

Результати. За результатами емпіричного дослідження встановлено можливість особистісного зростання у жінок, що опинилися в умовах невизначеності внаслідок неоднозначної втрати близької людини. Найвищий рівень зростання спостерігався у доменах "Цінунання життя" – 11,2 з 15 можливих балів (74,6 %), "Духовні зміни" – 5,7 із 10 (57 %) та "Особистісна сила" – 10,5 із 20 можливих (52,5 %). Цікавим і децю неочікуваним також виявився результат домену "Ставлення до інших", де респонденти показали середні значення 14,3 бала із 30 можливих (47,8 %).

Висновки. Було визначено можливість та потенціал особистісного зростання в осіб, що переживають втрату, яка ускладнена характером невизначеності щодо долі зниклої особи. Було встановлено зміни у середніх показниках зростання залежно від наявності освіти, часу, що минув з моменту отримання звістки про зникнення та рівня спорідненості. Ці данні дають можливість краще зрозуміти природу та наслідки неоднозначної втрати та те, як ускладнюючий характер невизначеності впливає на процес зростання.

Ключові слова: посттравматичне зростання, особистісне зростання, неоднозначна втрата, зниклі безвісти.

Вступ

Актуальність. Війна в Україні, що триває понад 10 років, створила низку нових викликів для українського суспільства. Одним із найбільш важливих залишається ментальне здоров'я українців, за яке борються тисячі спеціалістів сфери охорони психічного здоров'я. Психологічна допомога у часи війни є особливо важливим інструментом допомоги не тільки військовим але й цивільним, на яких також діє не тільки тяжкість стресової ситуації, але й її тривалість. Війна дає можливість вивчити психологічні реакції на стрес у тих умовах, які за часів мирного життя отримати неможливо і це має використовуватися спеціалістами області психічного здоров'я особливо активно. Однак, не дивлячись на актуальність проблеми ментального здоров'я в Україні, все ще не вивченою залишається тема неоднозначної втрати. За даними офіційних джерел станом на жовтень 2023 року в Україні налічується 28 тисяч зниклих безвісти осіб (Ostrovsky, 2024). Потенційно така кількість зниклих може утворити близько 100 тисяч постраждалих осіб, що втратили близьку людину.

У зв'язку із значною кількістю потенційно постраждалих осіб, постає необхідність додаткового і поглибленого вивчення проблеми неоднозначної втрати та її окремих аспектів з метою зниження ризиків формування ускладненої реакції на втрату у родичів зниклих безвісти та підготовки спеціалістів сфери охорони психічного здоров'я до роботи з особами, в яких зникла близька людина. Це, перш за все, такі аспекти, як емоційні реакції на втрату, дисфункційна поведінка, дисфункційні когніції та копінги, їхній взаємозв'язок та процес відновлення. Одним з аспектів вивчення неоднозначної втрати також є потенціал формування позитивних психологічних змін в умовах невизначеності. Вважається, що невизначеність блокує процес закриття процесу горювання і людина продовжує

перебувати в стані дуальності емоцій горювання та надії, тому важливо визначити, чи можуть бути бодай якісь позитивні психологічні зміни.

Метою статті є висвітлення результатів дослідження особистісного зростання жінок в умовах неоднозначної втрати.

Огляд літератури. Поштовхом до вивчення феномену неоднозначної втрати були роботи П. Босс. Вона визначає неоднозначну втрату як втрату, яка сталася без чіткого емоційного закриття або розуміння втрати. П. Босс виділяла два типи неоднозначної втрати:

1. Втрата з фізичною присутністю та психічною відсутністю. Такий тип втрати притаманний для старечого віку, коли людина страждає від хвороби Альцгеймера, деменції, а також людям, що страждають залежностями від психоактивних речовин. В такому випадку родина втрачає соціально-психологічний зв'язок з родичем і не може почати процес горювання, тому що особа все ще присутня фізично.

2. Втрата з фізичною відсутністю та психологічною присутністю. Цей тип втрати передбачає зникнення безвісти близької людини, внаслідок чого унеможливується проведення прощального ритуалу поховання та блокується процес горювання. При цьому психологічно людина залишається присутньою серед членів сім'ї. При такому типі втрати основна діяльність спрямовується на пошук, і з часом така поведінка стає дезадаптивною, а сам процес пошуку викликає страждання. (Boss, 2007; 2009)

Таким чином, основною проблемою неоднозначної втрати при фізичному зникненні є невизначеність, яка спонукає людину витрачати всі сили на пошукову діяльність. Це призводить до значних негативних психологічних наслідків. За даними одного з досліджень, проведеного у Боснії і Герцеговині, симптоми посттравматичного стресу були вищими, в осіб, в яких зникла

© Парінов Матвій, 2025

близька людина, ніж у тих, хто постраждав від інших травматичних переживань (Kajtazi-Testa, Hewer, 2018).

Серед психологічних реакцій на неоднозначну втрату та викликану нею невизначеність виділяють:

1. Болісну невизначеність, яку заповнюють активні пошуки, відмова повірити у реальність втрати, тривожне очікування, постійні нав'язливі думки про зниклу людину, коливання між відчаєм та надією.

2. Почуття провини, самозвинувачення та гнів, що викликані особистою відповідальністю, страхом зрадити зниклу людину якщо пошуки безрезультатні або припинені, бажанням вести нормальний, звичний спосіб життя, бажанням покласти край невизначеності.

3. Емоційну відчуженість і втрату інтересу до інших сфер життя. Невизначеність впливає на переважну більшість сфер життя, забирає енергію і не дає родичам зосередити емоційні та інтелектуальні зусилля на чомусь іншому. Участь у іншій діяльності, яка не стосується пошуку зниклої людини, може сприйматися як зрада.

4. Інші ускладнення, такі як психогенні розлади, феномен "застиглого життя", тривога, депресія. Серед ускладнюючих обставин може бути присутність родичів під час подій, під час яких відбувалося зникнення; втрата або зникнення безвісти декількох членів сім'ї (ICRC, 2018).

Хоча вивчення проблеми неоднозначної втрати стосується не тільки фізичного зникнення і військового часу, досліджень на цю тему обмаль. У зв'язку з тим, що одним із наслідків травматичної події є посттравматичне зростання, важливо зрозуміти, чи можливі взагалі позитивні психологічні зміни внаслідок зникнення безвісти близької людини, адже ця втрата не передбачає закриття процесу опрацювання травми і ускладнюється характером невизначеності. Саме через невизначеність і блокування процесу закриття говорити прямо про посттравматичне зростання не є доцільним, так як травма не пройдена і всі позитивні психологічні зміни не можуть вважатися посттравматичними, тому в нашому дослідженні окреслимо це як особистісне зростання.

Особистісне зростання – це певний процес самореалізації та самоактуалізації, який може включати такі етапи розвитку особистості як: 1) формування базової довіри до світу; 2) розвиток відчуттів та уваги; 3) розвиток соціальної чутливості; 4) перебудова локусу контролю всередину; 5) інтерпретація почуттів та емоцій; 6) поглиблення міжособистісних стосунків; 7) побудова зв'язку тілесних відчуттів з емоційними переживаннями; 8) самопізнання та власне самореалізація; 9) зниження активності у процесі зростання; 10) зниження рівня самовираженості; 11) розворот особистості всередину; 12) досягнення гармонії (Андрєєв, 2017). У цьому контексті можна розглядати позитивні психологічні зміни в умовах неоднозначної втрати як окремий прояв особистісного зростання.

Досліджень позитивних психологічних змін внаслідок неоднозначної втрати ще не проводилось, тому неможливо здійснити порівняльний аналіз з результатами інших досліджень. Однак можливо порівняти отримані результати з результатами зростання у людей, що пережили втрату близької людини, про яку вони знали напевно. В одному з досліджень вивчався процес посттравматичного зростання в батьків, що втратили єдину дитину. Втрата єдиної дитини вважається найтяжчою втратою. Це може викликати інтенсивні симптоми горя разом із втратою психосоціальних ресурсів. Результати дослідження показали середні значення посттравматичного зростання у 44,5 бала (Xu et al., 2020). В іншому дослідженні осіб, що втратили своїх коханих автори зазначають, що з огляду на те, що ймовірність

втрати близької людини зростає з віком і що горе вважається однією з найпоширеніших негативних подій, які переживаються в старечому віці, можна припустити, що поширеність ускладненого горя зростає з віком. У цьому дослідженні автори отримали результати посттравматичного зростання на рівні 51,3 бали (Duran, & Çetin, 2024).

Методи

Для визначення наявності та рівня позитивних психологічних змін, що формують процес особистісного зростання, було проведено емпіричне дослідження родичів зниклих безвісти в зоні бойових дій. Дослідження проводилось в період вересня–жовтня 2024 року. Процедура дослідження включала в себе декілька етапів: 1) підбір методики дослідження; 2) складання форми опитування; 3) збір даних; 4) статистичну обробку відповідей респондентів, що передбачає переведення відповідей у цифрові значення. Вибірка формувалася за рахунок пошуку респондентів у тематичних групах з пошуку зниклих безвісти. Емпірична база дослідження: обсяг вибірки становив 30 осіб жіночої статі віком від 19 до 60 років. Усі учасники брали участь в опитуванні добровільно, з усвідомленою згодою.

Було використано такі методи дослідження: теоретичні – аналіз, систематизація і узагальнення психологічних даних з проблеми дослідження, емпіричні – для оцінки наявності та рівня позитивних психологічних змін використовувалася методика "Опитувальник посттравматичного зростання" Л. Калхун та Р. Тадескі. Ця методика зарекомендувала себе як така, що охоплює основні сфери позитивних особистісних змін і підтвердила свою надійність у багатьох дослідженнях. Методика включає п'ять шкал: "Цінування життя", "Духовні зміни", "Нові можливості", "Особистісна сила", "Ставлення до інших".

Результати

У результаті аналізу отриманих даних було зроблено висновок про наявність певних тенденцій, що свідчать про утворення позитивних психологічних змін. За аналізом "Опитувальника посттравматичного зростання" дані свідчили, що усереднені показники становили 51,1 бала. Мінімальна сума балів за опитувальником склала два бали, найбільший рівень за опитувальником "посттравматичного зростання" респонденти показали на рівні 89 балів.

Аналізуючи усереднені дані, було також визначено, що найвищі середні значення позитивних психологічних змін відбулись на шкалі "Цінування життя" на рівні 11,2 бала з 15 максимально можливих. Це може свідчити про той факт, що внаслідок травматичної події особистість змінює свої погляди на наявні в неї ресурси та можливості, що відображається у загальному ставленні до життя. У зникненні близької людини, так чи інакше пов'язаній з вагомою частиною життя особистості, постраждала особистість відчуває зникнення частини і власного життя, втрати певних ролей та можливостей. Після чого може відбуватись переоцінка цінності життя і зв'язків з ним, які будуються опосередковано через надання сенсів і своїх значень речам, людям та подіям.

У наступному вимірі особистісного зростання – "Духовні зміни" – усереднені значення вибірки склали 5,7 бала із 10 можливих. У духовних змінах перш за все мається на увазі певна релігійність та віра в щось надприродне, що не підконтрольне людині, долю. У культурологічному контексті України це частіше за все відображається у зверненні до Бога як до сили, яка здатна змінити хід подій. Як більш вузьке поняття у контексті віри та неоднозначної втрати має місце надія. Надія, як синонімі віри та її менш узагальнена форма, є рушійною

силою людини в умовах неоднозначної втрати, вона підтримує і дає сили на пошуки та життя з цим болем невіршеної втрати далі.

Ще один важливий вимір для дослідження позитивних психологічних змін – "Особистісна сила". Переживаючи будь-яку травматичну подію, одним із важливих чинників є власний досвід. Якщо людина проживає травматичну подію, перебуваючи в рамках її адаптаційних можливостей, що призводить до значних психологічних страждань, то, спираючись на такий досвід, вона починає оцінювати можливість власної особистості по-новому, сприймає себе як більш сильну та стійку. Власний досвід є одним із перших джерел інформації, тому зіставлення "Я–зараз" і "Я–тоді" з огляду на новий досвід може підвищити впевненість у власних силах. У цьому домені усереднені результати респондентів склали 10,5 із максимально можливих 20 балів. Беручи до уваги неможливість закриття травми неоднозначної втрати, все ж таки зростання у вимірі особистісної сили видається складним для особистості, так як хоча особистість і проживає складний період життя, немає підтверджень на позитивне вирішення цієї події.

"Ставлення до інших" є ще одним виміром для потенційного зростання особистості. У цьому вимірі досліджувані показали майже найнижчі результати порівняно з попередніми – 14,3 із максимально можливих 30 балів. Щодо цього домену в розрізі неоднозначної втрати виникає припущення, що зникнення близької людини може стимулювати на побудову нових та зміцнення наявних зв'язків з іншими, однак результати показують дещо

інше. Знижені результати можуть пояснюватися захисним механізмом заміщення, перенесення внутрішнього конфлікту на зовнішній світ та оточуючих. Зокрема, звинувачення у зникненні інших людей (якщо зниклий військовий – то побратимів, у цивільних – членів родини або друзів, які були поруч, тощо). З іншого боку, коли зникла людина є родичем, то стосунки з нею є особливими, їх не можна просто змінити чи замінити. Відбувається перебудова ставлення до життя та ролей, як власних, так і інших значущих людей, які не відбуваються швидко.

У домені "Нові можливості" ми спостерігаємо найменший рівень змін. Респонденти показали середні значення на рівні 9,3 бала із 25 можливих (37,2 %). Дійсно, при такому типі травми як неоднозначна втрата людина втрачає певного носія рольових моделей, ролі якого мають виконуватись іншими людьми, це лише викликає кризовий стан постраждалої особи, яка має вирішувати нові проблеми, зіштовхнувшись з новими викликами. В таких умовах важко знайти нові можливості.

Для визначення часових меж позитивних психологічних змін також було визначено, як змінюється рівень зростання залежно від часу, що минув з моменту отримання повідомлення про зникнення. Для цього респонденти були поділені на три часові групи: до 6 місяців, від 6 до 12 місяців, більше 12 місяців. Результати аналізу показали, що у групі до 6 місяців середній рівень зростання становив 44,1 бала, у групі 6–12 місяців – 56,2 бала, у групі більше 12 місяців – 48,8 бала. Дані змін рівня зростання залежно від часу, що минув від моменту отримання звістки про зникнення, відображене у табл. 1.

Таблиця 1

Описова статистика особистісного зростання залежно від часу, що минув з моменту зникнення

Описові статистики	Час, що минув	PTGIAL	PTGINP	PTGIPS	PTGISG	PTGIIR	PTGI
N	до 6	9	9	9	9	9	9
	6–12	15	15	15	15	15	15
	12+	6	6	6	6	6	6
Середнє	до 6	9,11	7,67	9,00	5,11	13,2	44,1
	6–12	12,3	10,6	11,5	6,53	15,3	56,2
	12+	11,5	8,83	10,3	4,83	13,3	48,8
Мінімум	до 6	2	0	0	0	0	2
	6–12	8	0	0	3	3	24
	12+	5	2	0	3	0	23
Максимум	до 6	14	19	18	10	27	85
	6–12	15	21	20	10	33	89
	12+	15	20	18	8	25	86

Отримані дані підтверджують результати попередніх досліджень щодо часових проміжків формування особистісного зростання, бачимо найвищі показники саме у проміжку 6–12 місяців. У цей час людина вже встигає почати опрацювання травматичного досвіду, приймає реальність та бореться з невизначеністю. На відміну від осіб у групі 6–12 місяців, особи в групі до 6 місяців ще не почали опрацювання травматичного досвіду і перебувають у стані прийняття травматичної події.

Стовпець "PTGIAL" відображає дані домену "Цінування життя". Після періоду у 12 місяців результати у цьому домені знижуються в середньому на 5 %. Стовпець "PTGINP" відображає домен "Нові можливості", у цьому вимірі зростання середні результати знижуються на 7,2 %. У стовпці

"PTGIPS" відображено результати домену "Особистісна сила", які знижуються на 6 % після періоду 12 місяців. У наступному стовпці "PTGISG" наведено результати домену "Духовні зміни", у якому виявились зацікавлюючі результати. Ми бачимо, що середнє значення у період після 12 місяців різко знижується до найнижчого рівня і дорівнює зниженню на 17,3 %. Це може свідчити про дисфункційний характер пошукової діяльності і зниження рівня такого важливого фактору як надія. В останньому стовпці "PTGIIR" наведені результати домену "Ставлення до інших", рівень якого знижується на 5,7 %.

Також було здійснено аналіз середніх значень "опитувальника посттравматичного зростання" в залежності від наявності вищої освіти. Результати висвітлені у табл. 2

Таблиця 2

Описова статистика особистісного зростання залежно від наявності вищої освіти

	Освіта	PTGIAL	PTGINP	PTGIPS	PTGISG	PTGIIR	PTGI
Середнє	Немає	11,1	8,59	10,3	5,29	15,1	50,4
	Вища	11,2	10,4	10,8	6,38	13,3	52,1

Проаналізувавши отримані результати, можемо зазначити, що в осіб з вищою освітою рівень зростання був вищий на 1,7 бала (1,79 % від максимального). Отже, можна припустити, що особи з вищою освітою краще справляються з травматичною подією у формі неоднозначної втрати і краще опрацьовують такий травматичний досвід.

Також важливо було проаналізувати отримані статистичні дані щодо рівня спорідненості зі зниклими особами. Таким чином, за рівнем спорідненості осіб, що втратили

чоловіка, було 13, батька – 3, брата – 9, сина – 3, племінника – 1, дядька – 1. Можна припустити, що залежно від рівня спорідненості середній показник зростання буде зменшуватися по мірі віддаленості спорідненості. Однак отримані дані свідчать про те, що це припущення є скоріше хибним. Дані описових статистик рівня спорідненості та рівня зростання наведені у табл. 3.

Таблиця 3

Описова статистика особистісного зростання залежно від рівня спорідненості

	Спорідненість	PTGIAL	PTGINP	PTGIPS	PTGISG	PTGIIR	PTGI
Середнє	Чоловік	11,2	10,2	13,8	5,69	13,9	54,8
	Батько	12,0	15,3	11,7	5,67	15,3	60,0
	Брат	11,1	7,56	7,67	6,11	13,9	46,3
	Син	14,0	11,0	10,3	7,67	23,3	66,3
	Племінник	10,0	2,00	0,00	4,00	7,00	23,0
	Дядько	2,00	0,00	0,00	0,00	0,00	2,00

Як видно з таблиці, найвищий результат зростання у респондентів, що втратили сина. Аналізуючи цей результат, можна висунути припущення, що матері мають високий рівень надії, яка блокує усвідомлення реальності втрати та не дає розпочатися процесу горювання, що є підґрунтям до віри в себе; що мати зможе вистояти і знайти живого сина. Наступний результат в осіб, що втратили батька. В цих респондентів можна припустити такий рівень зростання через причини значення батьківської фігури і віри, що батько впорається і обов'язково знайдеться живим. У випадку зі зникненням батька та сина може бути високий рівень через високий рівень надії, у випадку з сином – через неможливість опрацювати втрату, вона просто блокується, а у випадку з батьком через "всемогутність" батьківської фігури, так як діти часто надають батькові значення фігури певної опори для них, яка не може "зламатись". Далі можна сказати, що середні значення зростання дійсно знижувалися за рівнем спорідненості. В осіб, що втратили чоловіка середній рівень зростання становив 54,8 бала. У респондентів, що втратили племінника та дядька 23 та 2 бали відповідно. У респондентів, що втратили племінника та дядька, дані не є достатньо репрезентативними, так як усього таких респондентів було двоє – один, що втратив племінника, і один, що втратив дядька.

Дискусія і висновки

У дослідженні вивчалися можливості та потенціал особистісного зростання жінок в умовах неоднозначної втрати та особливості зростання залежно від наявності освіти та часу, що минув з моменту отримання звістки про зникнення. Різниця в рівні особистісного зростання залежно від наявності вищої освіти свідчить про потенційний позитивний вплив освіти на відновлення та зростання у процесі опрацювання неоднозначної втрати. Особи з вищою освітою показали на 1,7 % вищий результат за результатами "Опитувальника посттравматичного зростання". Досліджувані показали найвищі середні результати зростання у період 6–12 місяців, що відповідає загальній теорії посттравматичного зростання та часових рамок його формування.

Більшість досліджень неоднозначної втрати присвячене особливостям емоційних переживань, викликаних втратою та невизначеністю. Було з'ясовано, що люди залишаються у невизначеності і мають надію на повернення зниклої близької людини навіть через 10 років після зникнення. Перш за все, в умовах неоднозначної

втрати люди спрямовують усі сили на пошукову діяльність. Із часом це може ставати дисфункційним патерном поведінки. Додатково до дисфункційної поведінки ускладнюючим фактором можуть стати негативні когніції, перш за все – провини та самозвинувачення. Дисфункційна поведінка та когніції можуть бути підґрунтям для формування підвищеної тривоги, депресії та інших психічних розладів.

Таким чином, було встановлено, що особистісне зростання жінок в умовах неоднозначної втрати можливе на такому ж рівні, як рівень зростання в оглянутих дослідженнях в осіб, які знають про свою втрату. Також було висунуто припущення, що особистісне зростання може залежати від наявності вищої освіти. Отже, в стані невизначеності та постійного емоційного коливання між горем та надією є місце і для зростання особистості, для опрацювання травматичного досвіду і формування нового ставлення до своїх сил, духовних можливостей та цінування життя.

Цікавими виявилися результати аналізу зміни середніх показників зростання залежно від часу, що минув. Лімітуючим фактором дослідження в цьому контексті є той факт, що були отримані дані зрізу респондентів. Тому важливо зрозуміти процес зростання і опрацювання травми у динаміці. За отриманими даними, середні значення зростання знижуються на 5–17 % після 12 місяців після отримання звістки про зникнення. Можливо визначну роль у цьому відіграє саме характер невизначеності і постійної зміни настроїв особистості від жалоби і горювання до надії.

Ще одним важливим результатом став аналіз середнього рівня зростання від спорідненості зі зниклою особою. Найбільше зростання показали досліджувані, що втратили сина або батька. Найнижчі – досліджувані, що втратили племінника або дядька, однак таких досліджуваних було всього двоє. Таким чином, для показника спорідненості є необхідність подальшого дослідження з більшою кількістю респондентів для отримання більш точних результатів.

Отже, основними лімітуючими факторами для цього дослідження став зріз стану зростання респондентів, який не дає змоги оцінити процес зростання у динаміці, а також низька кількість респондентів, що не дає можливість застосувати більш складні методи аналізу, зокрема регресійного, для визначення різних впливів на процес зростання в умовах неоднозначної втрати.

Подальші дослідження можуть бути також націлені на додаткове вивчення психологічних реакцій на неоднозначну втрату, зокрема впливу невизначеності, порівняно з однозначною втратою, вивчення чинників, які впливають на перебіг неоднозначної втрати та процес відновлення. Також важливо вивчити роль надії у процесі переживання неоднозначної втрати, адже, як показало наше дослідження, надія відіграє важливу і не до кінця зрозумілу роль у процесі переживання неоднозначної втрати.

Ще одним виміром вивчення неоднозначної втрати повинні стати психологічні втручання у процесі відновлення. Потрібно дослідити роль цих втручань, особливості психологічного супроводу та психотерапії, визначити наслідки від втручання у різних психотерапевтичних методах та знайти оптимальний шлях фасилітації особистісного зростання.

Подяки, джерела фінансування. Виражаю особливу вдячність своєму науковому керівнику Проскурні Аліні Сергіївні, яка зробила важливий внесок у розвиток цього дослідження неоднозначної втрати та надавала всебічну допомогу у його проведенні.

Список використаних джерел

- Андреев, О. С. (2017). Етапи особистісного зростання. *Психологія і суспільство*, 2, 127–134.
- Boss, P. (2007). Ambiguous loss theory: Challenges for scholars and practitioners. *Family Relations*, 56(2), 105–111. <https://doi.org/10.1111/j.1741-3729.2007.00444.x>
- Boss, P. (2009). *Ambiguous loss: Learning to live with unresolved grief*. Harvard University Press.
- Duran, S., & Altun, A. (2024). Prolonged grief, reconstruction of meaning, and posttraumatic growth in nursing home residents who have lost loved ones. *Geriatrics & Gerontology International*, 24(4), 364–370. <https://doi.org/10.1111/ggi.14843>
- ICRC. (2018). *Accompanying the families of missing persons: A practical handbook*. <https://www.icrc.org/sites/default/files/external/doc/en/assets/files/publications/icrc-002-4110.pdf>

Matvii PARINOV, Master of Arts

ORCID ID: 0009-0005-4301-2137

e-mail: temofey1488@gmail.com

Taras Shevchenko National University of Kyiv, Kyiv, Ukraine

Kajtazi-Testa, L., & Hewer, C. J. (2018). Ambiguous loss and incomplete abduction narratives in Kosovo. *Clinical Child Psychology and Psychiatry*, 23(2), 333–345. <https://doi.org/10.1177/1359104518755221>

Ostrovsky, S. O., & Zima, V. M. (2024). The question of searching for missing and missing persons in the conditions of military aggression in Ukraine. *Kyiv Law Journal*, 2, 190–195. <https://doi.org/10.32782/kij/2024.2.28>

Xu, X., Wen, J., Zhou, N., Shi, G., Tang, R., Wang, J., & Skritskaya, N. A. (2020). Grief and posttraumatic growth among Chinese bereaved parents who lost their only child: The moderating role of interpersonal loss. *Frontiers in Psychology*, 11. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2020.558313>

References

- Andreev, O. S. (2017). Stages of personal growth. *Psychology and Society*, 2, 127–134 [in Ukrainian].
- Boss, P. (2007). Ambiguous loss theory: Challenges for scholars and practitioners. *Family Relations*, 56(2), 105–111. <https://doi.org/10.1111/j.1741-3729.2007.00444.x>
- Boss, P. (2009). *Ambiguous loss: Learning to live with unresolved grief*. Harvard University Press.
- Duran, S., & Altun, A. (2024). Prolonged grief, reconstruction of meaning, and posttraumatic growth in nursing home residents who have lost loved ones. *Geriatrics & Gerontology International*, 24(4), 364–370. <https://doi.org/10.1111/ggi.14843>
- ICRC. (2018). *Accompanying the families of missing persons: A practical handbook*. <https://www.icrc.org/sites/default/files/external/doc/en/assets/files/publications/icrc-002-4110.pdf>
- Kajtazi-Testa, L., & Hewer, C. J. (2018). Ambiguous loss and incomplete abduction narratives in Kosovo. *Clinical Child Psychology and Psychiatry*, 23(2), 333–345. <https://doi.org/10.1177/1359104518755221>
- Ostrovsky, S. O., & Zima, V. M. (2024). The question of searching for missing and missing persons in the conditions of military aggression in Ukraine. *Kyiv Law Journal*, 2, 190–195. <https://doi.org/10.32782/kij/2024.2.28>
- Xu, X., Wen, J., Zhou, N., Shi, G., Tang, R., Wang, J., & Skritskaya, N. A. (2020). Grief and posttraumatic growth among Chinese bereaved parents who lost their only child: The moderating role of interpersonal loss. *Frontiers in Psychology*, 11. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2020.558313>

Отримано редакцією журналу / Received: 03.01.25

Прорецензовано / Revised: 01.04.25

Схвалено до друку / Accepted: 15.06.25

A PRACTICAL STUDY OF WOMEN'S PERSONAL GROWTH IN CONDITIONS OF AMBIGUOUS LOSS

Background. The issue of ambiguous loss becomes highly relevant during wartime, when there is a need to provide qualified assistance to victims who have lost a loved one. Therefore, it is essential today to study the phenomenon of ambiguous loss, how people cope with this type of trauma, and the features of emotional reactions and recovery. Currently, in the field of psychological research, there is a gap in understanding the potential for positive personal changes resulting from ambiguous loss. Doubts about this arise because such loss is accompanied by uncertainty and a duel of emotional reactions - hope and grief. This gap creates difficulties for practical psychologists in providing adequate support. The purpose of this article was to explore the possibility and potential for personal growth in individuals experiencing ambiguous loss due to a loved one's disappearance.

Methods. To assess the potential for personal growth, a sample of 30 women, aged 19 to 60, was selected for study. The level of development was measured using the post-traumatic growth questionnaire developed by L. Calhoun and R. Tedeschi.

Results. The empirical findings confirmed the possibility of personal growth in women who face uncertainty following the ambiguous loss of a loved one. The highest levels of growth were observed in the domains of "Appreciation of Life" (11.2 out of 15 points, 74.6%), "Spiritual Growth" (5.7 out of 10, 57%), and "Personal Strength" (10.5 out of 20 possible, 52.5%). The results for the domain "Improved Relationships" revealed noteworthy findings, with respondents averaging 14.3 points out of 30 (40.8%).

Conclusions. The study identified the potential for personal growth in individuals dealing with loss complicated by uncertainty about the fate of the missing person. Changes in average growth rates varied depending on the availability of education, the time since receiving news of disappearance, and the kinship level. These findings offer valuable insights into the nature and impact of ambiguous loss, as well as how uncertainty influences the process of growth.

Keywords: posttraumatic growth, personal growth, ambiguous loss, missing persons.

Автор заявляє про відсутність конфлікту інтересів. Спонсори не брали участі в розробленні дослідження; у зборі, аналізі чи інтерпретації даних; у написанні рукопису; в рішенні про публікацію результатів.

The author declares no conflicts of interest. The funders had no role in the design of the study; in the collection, analyses or interpretation of data; in the writing of the manuscript; in the decision to publish the results.