

РОЛЬ ЦІЛЬОВОЇ СПРЯМОВАНOSTІ ОСОБИСТОСТІ У КРИЗОВОМУ КОНСУЛЬТУВАННІ

THE ROLE OF GOAL ORIENTED PERSONALITY IN CRISIS COUNSELING

Стаття присвячена проблемі спрямованості особистості як важливому аспекту психологічної допомоги. У роботі приділено увагу цільовому компоненту спрямованості особистості. Розглянуто процес консультативної роботи з клієнтом у кризовому стані. Пріоритетним у роботі спеціаліста має бути пошук механізмів спрямованості особистості. У дослідженні наголошується на заключному етапі консультування, який стосується вибудовування нових життєвих перспектив. У моделі кризового консультування психологічна робота має сприяти готовності клієнта досягати запланованих змін. У статті висвітлюється практика психологічної допомоги індивіду в кризовому стані як розвиток цільової спроможності до самозмінювання в нестабільному життєвому просторі. У статті пропонується використовувати еkleктичний підхід, який об'єднує різні психологічні парадигми визначення сутності особистості на шляху самореалізації. Автор зазначає, що психолог має досить часу приділити ціннісному компоненту спрямованості особистості, саме у якому міститься основний резерв внутрішньої готовності клієнта до відновлювальних змін.

Зазначено, що етап осмисленості майбутнього виступає значущим для психологічного відновлення особистості у кризі: осмислення подій, які можна спрогнозувати, певним чином знімають напругу, що додає впевненості клієнту. Зроблено акцент на логіці консультативного процесу, що будується на пошуках можливостей клієнта для особистісного зростання. Ключовим моментом спрямованості виступає саме те, чого може реально досягти і ким може реально стати людина у посткризовому зростанні. У такому контексті клієнт сприймається активним суб'єктом власного життятворення, а психологічна допомога реалізується через усвідомлення і пошук можливостей для вирішення нового завдання. У статті підкреслено важливість побудови плідної взаємодії між клієнтом і консультантом як невід'ємної частини результативного консультативного процесу.

Ключові слова: життєва перспектива, клієнт, кризове консультування, консультант, майбутнє, особистість, психологічна допомога, цільова спрямованість.

The article is devoted to the problem of personality orientation as an important aspect of psychological assistance. The work pays attention to the goal-oriented component of personality orientation. The process of consultative work with a client in a crisis state is considered. The priority in the work of a specialist should be concentrated on searching of mechanisms of personality orientation. The study emphasizes the final stage of counseling, which concerns the constructing of new life perspectives. In the model of crisis counseling, psychological work should contribute to the client's readiness to achieve planned changes. The article highlights the practice of psychological assistance to an individual in a crisis state as the development of a target opportunity of self-change in an unstable life space. The article proposes to use an eclectic approach that combines different psychological paradigms of defining the essence of the personality on the way to self-realization. The author notes that the psychologist should spend enough time to the value component of the individual's orientation, which contains the main reserve of the client's internal readiness for renewing changes.

It is noted that the stage of meaningfulness of the future performance is important for the psychological recovery of the individual in crisis: understanding events that can be predicted, in a certain way relieves stress, which adds confidence to the client. Emphasis is placed on the logic of the consultative process, which is built on the searching possibilities for client's personal growth. The key moment of orientation is what can be realistically achieved and what a person can realistically become in post-crisis growth. In such context, the client is perceived as an active subject of his own life creation, and psychological assistance is realized through awareness and searching opportunities for solving a new task. The article emphasizes the importance of building fruitful cooperation between the client and the consultant as an integral part of an effective consultative process.

Key words: life perspective, client, crisis counseling, consultant, future, personality, psychological assistance, goal-oriented.

УДК 159.922/923

DOI <https://doi.org/10.32782/2663-5208.2025.70.37>

Хозраткулова І.А.

к.пед.н., доцент кафедри психології та соціальної роботи
Національний університет
«Одеська політехніка»

Вступ. Розуміння ролі спрямованості особистості під час психологічного консультування має велике терапевтичне значення. Запит на кваліфіковану психологічну допомогу постійно збільшується, особливо у ситуації війни, в якій нині перебуває Україна. Дедалі частіше виникають травматичні ситуації, що виходять за грань звичного існування людини, а відповіді щодо психологічної допомоги перебувають у межах кризової психології.

Відомо, що психологічна практика складається з двох великих методологічних аспектів: діагностики і впливу. У моделі кризового консультування

реабілітаційна робота має активізувати психологічний вплив на досягнення клієнтом запланованих змін. У нашому дослідженні ми розглянемо заключний етап впливу – вибудовування нових життєвих перспектив. У такому разі центр уваги спеціаліста має бути прикутий до механізмів спрямованості особистості. У цьому контексті органічно пов'язаними виступають розуміння потреби індивіда, задоволення і незадоволення потреб, що породжує спрямованість суб'єкта.

Постановка проблеми. Найчастіше результатом впливу кризової події виступає перебудова мотиваційної сфери, зміна ціннісних орієнтацій.

Здатність планувати життя, регламентувати час, стимулювати реалізацію довготривалих цілей – усі ці важливі вміння тимчасово втрачаються у кризових станах індивіда [4, с. 23–24]. Одним із симптомом комплексів життєвої кризи є «тунельне мислення» – втрата перспективи, неможливість прогнозувати власне майбутнє, за словами клієнта: «...майбутнього більше немає».

У нашому дослідженні ми приділимо увагу стратегії подолання кризи в процесі активізації цільової спрямованості з метою здорового посткризового буття особистості. Дещо пояснимо щодо дієвості впливу: робота з клієнтом будується через бачення перспективи його розвитку, тобто не рівня, якого хоче/повинен досягти чи вдавати досягнення для оточуючих, а саме розкриття його потенцій. Ключовим моментом спрямованості виступає саме те, чого може реально досягти і ким може реально стати людина.

Стрижневою позицією в консультативній діяльності є важливість в акцентах на предметності суб'єктивних переживань, бажань, очікувань, які здатні породжувати спрямовану діяльність. Відповідно, головним питанням консультацій є визначення предмета суб'єктивних переживань та орієнтація потенціалу клієнта на усвідомлення цінностей і зрушення в напрямі досягнення цілей. Одразу зазначимо два важливі критерії успішності реалізації такого механізму: це, по-перше, клієнтське бажання співпрацювати з психологом, по-друге, його готовність до змін, тобто активність клієнта. У будь-якому разі формується ієрархічна структура спрямованості особистості, що складається з потреб, настанов, мотивів, інтересів, цінностей, ідеалів, яка визначає виникнення будь-якого збуджувального фактора й керується спрямованістю наших думок і вчинків.

Інтерпретація подій безпосередньо впливає на психічний стан суб'єкта, і це багато в чому визначає його подальші дії, що зумовлені зміною життєвих орієнтирів. З огляду на унікальну природу людини психологові складно зрозуміти, наскільки катастрофічно сприймаються людиною непередбачені/невизначені зовнішні події та наскільки оцінюється можливість руйнування і краху її життя у ситуаціях надмірної напруженості й безпорадності. Спілкування в процесі психологічного консультування орієнтоване на минулий досвід, минулі спогади і переживання. У кризовому консультуванні здебільшого позитивний ефект спостерігається в разі бачення клієнтом оптимістичної перспективи. Для консультативного консультування важливо сприймати особистість цілісним суб'єктом як у короткочасному консультуванні, так і протягом усього життєвого шляху.

Мета статті – звернути увагу на активізацію цільової спрямованості особистості в ході кризового консультування як терапевтичного механізму у складних життєвих обставинах.

Відповідно до мети визначено такі завдання: розглянути проблему цільового компо-

нента спрямованості особистості в контексті кризового консультування та визначити роботу над оптимістичною перспективою як необхідною умовою психологічної допомоги.

Виклад основного матеріалу. Кризове консультування, за визначенням С.М. Каліщук, є різновидом психологічного консультування і спрямоване на мінімізацію у клієнта потрясіння від події та надання йому емоційної підтримки, на посилення особистісних стратегій подолання та на побудову позитивної перспективи через вивільнення ресурсів [2, с. 10]. Предметом кризового консультування виступає психологічна напруженість і всі емоційні стани, що з нею пов'язані.

На поведінковому рівні виживання у складних життєвих обставинах набуває двох провідних форм виявлення – це або адаптація через вичікування змін, або адаптація через боротьбу з труднощами [3, с. 30].

У потребнісно-інформаційній теорії П.В. Симоннова розглянуто позитивні емоції як джерело активності навіть після того, як актуальна потреба задоволена. Учений довів: коли потреби не задоволені, виникають негативні емоції, а в процесі їх задоволення знімається напруженість. Отже, поняття напруженості і спрямованості органічно пов'язані.

Аналіз життєвого шляху клієнта і бачення майбутнього є системоутворюючою категорією для пояснення поведінки клієнта в кризових ситуаціях, а знаходження життєвого балансу (рівноваги) знімає напруження психологічної сфери. Осмислення подій, які можна спрогнозувати, певним чином «заземлюють», що дає впевненість і психологічну силу клієнту. Ми вважаємо, що робота з перспективою життєвого шляху клієнта прискорить позитивний результат психологічного втручання.

У психологічній науці особистість є однією з головних парадигм, навколо якої об'єднуються різні погляди й підходи персоністів щодо рушійних сил розвитку особистості. Так, у психоаналізі – інстинкти життя і смерті (З. Фрейд); компенсаторне прагнення до переваги в індивідуальній психології (А. Адлер); індивідуація як мотиваційна сила розглядається в аналітичному напрямі «у людини є схильність розвиватися в напрямі стійкої єдності, результатом якої є «набуття себе» (К. Юнг); у гуманістичному провідним мотивом життя вважається тенденція до актуалізації, здатність до змін (К. Роджерс); прагнення до самоактуалізації (А. Маслоу); здатність до спонтанності й креативності (Я. Морено); причетності до соціуму (А. Адлер).

Погляди екзистенціалістів у сприянні цільовій спрямованості особистості є неймовірно терапевтичними і становлять ціннісний аспект консультування: п'ять екзистенціальних потреб, що визначають силу поведінки (Е. Фром); почуття екзистенціальної свободи (І. Ялом); мужності бути (Р. Мей) та екзистенціальної відваги жити (П. Тілліх).

Класичний біхевіоризм немов «конструктор» спрямовує увагу на набір різних стимулів – від простих до складних, із домінуючим впливом зовнішньої стимуляції, Б. Скіннер у підкріпленні бачить головний засіб формування нової поведінки. Характерною рисою будь-якої свідомої діяльності виступає її спрямованість на досягнення цілей (А. Леонтьєв). У теорії діяльності стверджується: чим змістовнішою й віддаленішою метою керується людина, тим розвиненішою вважається особистість. У кризовому консультуванні глибина кризи корелює із неможливістю бачити далеку перспективу, а її розширення виступає діагностичною ознакою прогресу. Від того, наскільки структурованішим для клієнта буде прогнозоване майбутнє, певним чином буде залежати його психологічний стан.

В основу когнітивно-поведінкового наряду закладено ідею А. Бека, «на людину впливають не самі події, а сенс (значення), якого вона їм надає». Результати психологічної практики довели, що не сама криза становить небезпеку для психіки, а суб'єктивне переживання кризи як загрози і втрати. Отже, для людини головне значення мають не самі події, які відбуваються з нею, а той смисл, яким наділяє людина ці обставини, тому осмисленість майбутнього життєвого завдання стає важливим і заключним етапом консультування. У такому підході системоутворюючим елементом є змінне ставлення до пережитого, яке впливає на змінне бачення способів досягнення мети. Логіка консультування будується на пошуках можливостей для особистісного зростання, і в цьому основна ідея психологічного відновлення.

Психологічна допомога базується на двосторонньому баченні впливу кризи: як руйнівної, так і зростаючої, дозріваючої функції. Внутрішньою системою відліку виступає, так би мовити, поворотний пункт у життєвому світі суб'єкта. Останнім часом навіть з'явилося нове оптимістичне читання абревіатури «ПТСР» – «Посттравматичний стресовий рости», аналогічно «*посттравматичне кризове зростання*». На думку Т. Титаренко, кожна справжня криза – це часткове вмирання [4, с. 15]. Умирання себе вчорашнього з усіма своїми мріями, прагненнями, задумами. Це розчищення внутрішнього плацдарму для новобудови, для оновленого власного життєвого світу. Із новим простором і часом. Новим майбутнім [3, с. 42].

У соціально-когнітивній парадигмі вміння людини усвідомлювати свої здібності та будувати поведінку визначається терміном «самооефективність» (А. Бандура). За Р. Мей, ознакою результативної роботи консультанта можна вважати стан, коли «людина не тільки знаходить свій спосіб самовираження і звільняється від влади оточення, але перетворює його».

Українські науковці С. Максименко та В. Семиченко вважають, що спрямованість особистості проявляється в різних видах діяльності. У ситуаційному підході одиницею психічної діяльності виступає ситуація, а життєдіяльність особистості

представляється як послідовна зміна ситуацій. Останніми роками дослідники ситуаційного підходу дійшли висновку, що людина живе майбутнім і заради майбутнього, навіть усвідомлюючи чи не усвідомлюючи цього. Під час консультативного процесу ситуаційний підхід дає змогу в кожній ситуації бачити реальність життя клієнта.

Аналіз наукових джерел і практична робота з різними запитамі клієнтів (від 18 до 55 років) привела до розуміння важливості усвідомлення ролі майбутнього просторово-часового континууму, спрямованого на визначеність майбутнього. В аналізі унікальної клієнтської ситуації червоною лінією проходить цільова спрямованість, бо цілі завжди орієнтовані на майбутнє. Якщо говорити про конкретні цілі, то А. Адлер вважав, що «кожна людина приходить до конкретної мети, долаючи труднощі за допомогою творчої енергії, яка ідентична їй «Я» [1, с. 180]. У процесі психотерапевтичної роботи Р. Мей дійшов висновку, що людина зупиняється на місці, коли немає мети, але перебувати у стані такої порожнечі довго не може, оскільки придушені можливості трансформуються у хворобливість і відчай.

Зумовлюючи стратегію консультативного процесу, фундаментальною постає теорія особистісних конструктів Дж. Келлі: «...людина орієнтована у майбутнє, вона зацікавлена у побудові планів». У тлумаченні терміна «кризова подія» є істотні ознаки «перехідності» періоду і «дієвості» у часі. О. Солдатова вважає, що в процесі проходження кризи важливим є проживання особистістю всіх її фаз – від руйнування до переструктурування, а потім створення й освоєння нової системи ставлень до світу і себе [3, с. 150]. Психолог-консультант поступово переводить увагу клієнта з минулого на сьогодення, потім, виходячи з наявної ситуації, на майбутнє, але постійно пам'ятає про унікальність досвіду кожного клієнта.

Ми, як і більшість сучасних психологів-практиків, використовуємо еклектичний підхід, тому вся зазначена мозаїка психологічних парадигм так чи інакше відображається в консультативній роботі. Перед психологами-консультантами, які допомагають клієнтам у кризі, постає завдання активізації сфери цільової спрямованості особистості. Ми впевнені, що все індивідуально в психічній діяльності в кожний період людського існування, у кожній парадигмі є своє пояснення природи особистості, свої способи допомоги в травматичних ситуаціях, тому неможливо скласти єдиний алгоритм консультативних зустрічей, але враховувати значущу роль активізації цільової спрямованості клієнта необхідно для тривалого постафекту консультування.

Посилаючись на вітчизняні теорії діяльності необхідно розділити мотиви на смислотвірні (сенс життя) і мотиви – стимули, які мають тільки спонукальну функцію. За роки війни набуло глибшого філософського розуміння поняття трансцендентності В. Франкла. Зазначений підхід є відправною

точкою і може визначати весь процес психотерапевтичної роботи: «...цінностей ми не можемо навчитися – цінності ми повинні пережити». У концептуальному й процесуальному моментах кризового консультування ми маємо приділити увагу ціннісним аспектам. На наш погляд, у консолідації цінностей міститься основний резерв внутрішньої готовності клієнта до відновлення. Зрозуміло, що робота з цінностями має тривалий і системний характер не тільки з клієнтом, а й з населенням. У такому разі йдеться про просвіту та психоедукацію у масштабах суспільства. Так чи інакше, громадяни України вже ніколи не будуть такими, якими були до війни: змінилися погляди, переоцінилися ключові ідеї та ієрархія цінностей.

На думку Ю. Швалба, «подія в житті людини означає виникнення таких нових обставин, які вимагають від особистості зміни у власних настановах і способах діяльності» [3, с. 23]. Дослідник стверджує, що необхідність змінюватися в цьому разі залишається незмінною. Для психологічної практики консультування зазначена позиція є стрижневою: незалежно від змісту події, відповідною психологічною проблемою індивіда стає його власна готовність до змінювання (Ю. Швалб). У такому контексті клієнт сприймається активним суб'єктом побудови життєвого шляху, а психологічна допомога реалізується через «усвідомлення того нового життєвого завдання, яке треба вирішувати» [3, с. 24–25]. У статті «Життєва криза і психологічне здоров'я особистості» [3, с. 47–52] Т. Титаренко характеризує різні типи ставлення індивіда до кризової ситуації: ігнорувальне, перебільшувальне, демонстративне, волюнтаристське і продуктивне. Їх усі об'єднує – у терапевтичному плані – цільова спрямованість. Інтегральним показником психологічного здоров'я індивіда є наявність психологічних ресурсів для долання кризових моментів життя. На думку багатьох дослідників, до особистісних ресурсів належать: адекватна Я-концепція, позитивна самооцінка, низький нейротизм, інтернальний локус-контроль, оптимістичне світосприйняття, здатність до емпатії, аффіліативна тенденція тощо [1]. Практика психологічної допомоги індивіду в кризовому стані має будуватися як розвиток цільової спроможності до самозмінювання в нестабільному життєвому просторі.

Спрямованість особистості включає два утворення – предметний зміст у зовнішньому світі й напруженість потреб у внутрішньому. Для роботи спрямованості особистості в механізмі ситуаційних відносин визначальним компонентом виступають цілі. Діагностичний етап вивчення спрямованості особистості має пов'язуватися консультантом із цілями через потребнісно-мотиваційну сферу для виходу на закономірності цільової спрямованості особистості. З урахуванням зазначеної позиції найбільш вдалим у просуванні до вирішення проблемної ситуації є стан активності в зазначенні цілей. У такому разі структуру консультативного процесу можна розглянути через

функції «ромба цілей» (С. Рубінштейн), на основі якого опрацьовується функціональність різних за віддаленістю цілей (коротко-, довготривалих), а також використовувати методику SMART-цілей.

Із погляду теорії функціональних систем за ситуації майбутнього часу відповідає акцептор дії, він, так би мовити, передбачає аферентні властивості того результату, який має бути отриманий згідно з прийнятим рішенням, і відповідно випереджає хід подій у відносинах між індивідом та зовнішнім світом. У процесі консультативних зустрічей виділяються компоненти саморозвитку, співставляються компоненти самовдосконалення, самоактуалізації, саморозвитку та самодостатності особистості.

Коротко зупинимось на двох важливих факторах успішного консультування: час звернення і форма роботи. Спеціаліст розуміє, що раннє втручання має більше шансів для швидкого відновлення після кризи; очевидно, що в такому разі не відбувається хроніфікації травматичного стану і болюче переживання несправедливості чи незадоволеності життям не заходить у глухий кут.

Відсутність у людини досвіду для вирішення ситуації, що виникла; наднормальний зміст того, що відбувається, негативні прогресуючі зміни, що ускладнюють процес життєдіяльності, і становить предмет клієнтського запиту. Консультант постійно намагається зрозуміти потреби, мотиви, бажання клієнта, але водночас має усвідомлювати можливу похибку – все, що він чує, він проводить через свій досвід, тому потрібно не квапитися із висновками і постійно перевірятися через прийоми зворотного зв'язку.

Потреби спрямовують людину до діяльності, але збуджувальний фактор часто знаходиться у зовнішньому середовищі. Уважаємо, що більш ефективною у роботі з кризою є форма групового консультування за принципом «рівний – рівному» [5, с. 340–342]. Вступають у силу всі терапевтичні механізми емпатійної інтроспекції та соціальної перцепції: об'єднання з іншими зменшує відчуття самотності через можливість поділитися своїми почуттями у безпечному комунікативному просторі, що допомагає опрацювати складні емоції і рухатися далі. Стани відчуженості/самотності позитивно корелюють із невпевненістю. Майже всі практикуючі психологи стверджують, що стихійність, надзвичайність, загрозливість і непередбачуваність визначають тему консультативного процесу багатьох клієнтів, і тому, об'єднуючись у терапевтичну групу, такі клієнти швидше виходять зі стану кризи. У груповій роботі виникає можливість обмінятися досвідом переживань, знайти однодумців, відчуття «ми разом і я не самотній» робить клієнта впевненішим, емоційно стабільнішим, що дає сили для змін. Сама по собі групова психологічна діяльність, спрямована на накопичення життєвих ресурсів, спілкування стає відповідною психологічною конструкцією самого акту виживання і, зрозуміло, обмін думками й емоці-

ями – профілактичним чинником зламу адаптаційного бар'єру.

Питання в тому, що може ще сприяти впевненості клієнта, породжуючи мотивацію до змін? Ми вважаємо, що ефективний консультативний контакт виступає трампліном до проєктування змін у майбутньому клієнта. Відчуттям клієнта, що йому по силах «впоратися», «подолати», «оновити», «відкрити», «вирішити», «розв'язати», «налагодити» допомагає імагінальний підхід, побудований на якісному комунікативному контакті між консультантом і клієнтом.

Труднощами в консультативній роботі виступають складні емоційні нашаровування у психіці клієнта в процесі життєконструювання: занепокоєння, яке відчуває людина в кризі, і нестабільність/невизначеність, яка завжди притаманна планам майбутнього, тож побудова цілей і мотивація до змін можуть зовсім не спостерігатися в консультуванні. Але психолог має бути уважним і активним, бо саме він може забезпечити необхідний позитивний постафект у баченні сенсу життя й перспектив майбутнього. Уже емпірично перевірено, що найкращою психологічною самодопомогою в плані наповнення життя змістом є діяльність, що спирається на загальнолюдські цінності, гуманні цілі в підтримці тих, кому ще гірше.

Терапевтичний альянс, у якому відбувається перехід від винятково внутрішнього переживання клієнта до взаємодії між клієнтом і консультантом, виступає надважливим у кризовому консультуванні. Відносини є невід'ємною частиною консультативного процесу. Кризовий психолог займає активну позицію з фокусом на переживаннях клієнта. Йдеться про те, що емоції клієнта розглядаються крізь призму і завдяки емпатії консультанта. Ми вважаємо, що завдяки довірчому консультативному контакту повертається довіра до себе, довіра до світу; саме в процесі емпатійного єднання з іншими формується відчуття безпеки, що виступає фундаментальною структурною одиницею для побудови цілей і розуміння нових життєвих перспектив. Завдяки спільному взаєморозумінню поступово починає розмежовуватися теперішнє, минуле та майбутнє, клієнт відпускає минулі травматичні стани, починає відчувати існування в теперішньому світі і згодом бачити майбутнє. У безпечній атмосфері емпатійного спіл-

кування клієнтові необхідно знову відкрити себе і продовжувати саморозвиток.

Одним із факторів успішності консультативного процесу є вміння фахівця знаходити можливості та використовувати наявні ресурси людини. Виходячи із зазначеного, позитивними результатами психологічного консультування можна вважати такі ознаки, як: вибір оптимальної стратегії опору складним обставинам, можливість клієнта конструктивно розв'язувати кризові життєві ситуації в майбутньому і виражена потреба у саморозвитку і самореалізації.

Висновки. Кризовий психолог працює на створення для клієнта можливості опанування кризи через активізацію цільового компонента спрямованості клієнта. Терапевтичною ознакою в кризовому консультуванні виступає бажання самореалізації і саморозвитку клієнта. Ми розуміємо, що представлений матеріал не розкриває всієї сутності проблеми цілепокладання особистості. Аналіз методів допомоги клієнтам у кризовому консультуванні має бути продовжений. Перспективу подальших досліджень бачимо в напрацюванні емпіричного матеріалу та систематизації результатів консультативної роботи з різними категоріями клієнтів.

ЛІТЕРАТУРА:

1. Варій М.Й. Психологія особистості : підручник. Львів : Видавництво Львівської політехніки, 2016. 608 с.
2. Каліщук С.М. Психотехніки кризового консультування: моделі, алгоритми, вправи, приклади : навчальний посібник. Київ : Майстер Книг, 2023. 368 с.
3. Особистість як суб'єкт подолання кризових ситуацій: психологічна теорія і практика : монографія / під ред. С.Д. Максименка, С.Б. Кузікової, В.Л. Зливкова. Суми : Вид-во СумДПУ імені А.С. Макаренка, 2017. 540 с.
4. Соціально-психологічні технології відновлення особистості після травматичних подій : практичний посібник / за наук. ред. Т.М. Титаренко. Кропивницький : Імекс-ЛТД, 2019. 220 с.
5. Хозраткулова І.А. Використання мультимодальної арт-терапевтичної методики у психологічній роботі з людьми у посткризових станах. *Посттравматичний стресовий розлад: дорослі, діти та родини в ситуації війни* : міжнародне науково-практичне видання / заг. ред.: І. Маноха, Г. Собчук. Варшава. Київ : ПАН – Гнозис, 2018. С. 339–347.