

Іван Прокопенко,

Київський національний університет імені Тараса Шевченка (Київ, Україна)

<https://orcid.org/0009-0009-3220-4482>

e-mail: i.prokopenko182@gmail.com

ТЕОРЕТИЧНІ АСПЕКТИ СТУДІЙ ТРАВМИ (ТЕРМІНОЛОГІЯ, ПРОБЛЕМАТИЧНІ МОМЕНТИ ТА СХЕМА РОЗБОРУ): СПРОБА АНАЛІЗУ

Стаття присвячена теоретичним аспектам студій травми, спробам обговорити лакуни й проблемні місця в межах методології. Сучасні студії травми, попри досить активний розвиток за останні десятиріччя, мають проблему чітких артикуляцій своїх ключових визначень та методології. Ба більше, сам предмет студій — травма — має проблему називання: при перенесенні терміна з царини психіатрії втрачається чіткість, натомість робиться наголос на неможливості повноцінного розуміння феномену. Тож завданням статті, в першу чергу, є спроба розробки термінологічного апарату й метод аналізу травматичної оповіді. Ця розвідка буде присвячена роздумам щодо ключового терміна — травми — а також спробі виробити термінологічний апарат і методу аналізу тексту в рамках цих студій.

Предметом статті є спроба сформулювати засадничі терміни й запропонувати метод аналізу травми в літературному тексті. Опіраючись першочергово на когнітивно-поведінкову терапію, метод є експериментом із погляду на травму з точки зору когнітивно-поведінкової терапії, психології, нейронауки та філософії.

У цій статті було виокреслено предмет студій травми (травматична подія, травма, наслідки травми) й зауважено проблематичні аспекти студій травми: розмитість деяких її термінів і висловлені застереження щодо тенденційного застосування її понятійного апарату. Основними термінами студій травми були названі наступні: травму окреслили як переживання події, що надмірно засмучує і хоча би тимчасово пригнічує внутрішні ресурси індивіда, а також є причиною стійких психологічних симптомів; травматичною подією назвали власне подію, що призводить до травми; до наслідків травми — усіх можливих реакцій на травматичну подію після її власне переживання — зарахували такі: стрес — сукупність захисних фізіологічних реакцій, що настають в організмі тварин і людини у відповідь на вплив різних несприятливих факторів (стресорів); страх як емоційну реакцію на справжню або вигадану навислу загрозу; а також захисні механізми — сполучені з Я автоматичні несвідомі механізми, що забезпечують психічний захист особистості.

Наостанок був запропонований дескриптивний метод аналізу травми, що складається з п'яти частин і містить: встановлення причини травми, спосіб артикуляції оповіді про неї, опис страхів, продукованих травмою, характеристика стресу та реакцій на нього й захисних механізмів; нарешті, простеження за тим, чи відбулася інтеграція травми в межах самого тексту. Цей метод був апробований на матеріалі оповідання Павла Вишебаби «Марсіани» як прикладу тексту, де травма успішно інтегрується в досвід персонажів. Запропонований метод може бути в подальшому доповнений і застосований до інших текстів як потенційний шаблон аналізу оповідей про травму.

Ключові слова: студії травми, травма, теорія літератури.

Паралітературний чинник війни реактуалізує питання зображення, дослідження й осмислення травми в художній літературі як культурного феномену. Нові тексти, опубліковані після повномасштабного вторгнення, засвідчують усепроникність травми війни в укра-

їнській літературі. Водночас сучасні студії травми, попри досить активний розвиток за останні десятиріччя, і в українському літературознавстві також, — серед інших до напрацювань студій звертались Т. Гундорова, О. Романенко, Н. Довганич, О. Пухонська, Х. Ругар, В. Васи-

ленко, Д. Мельник, О. Бондарева, Л. Даниленко, С. Жигун, О. Кретова, І. Богданова — мають проблему чітких артикуляцій своїх ключових визначень та методології. Ба більше, сам предмет студій — травма — має проблему називання: як пише Христина Рутар, «Терміном “травма” позначають декілька певним чином суперечливих елементів відразу — це й психологічна хвороба, і колекція симптомів, й історична подія. Поняття, яке переступає дисциплінарні межі, ускладнює собі шлях до розуміння та застосування в науці» (Рутар, 2018, с. 295). Власне оця термінологічна розхристаність становить проблему, адже немає ні визначень, ні критеріїв для аналізу текстів.

Травма може бути потрактована у два способи: як термін та як метафора. Почну з другого випадку, бо саме до травми як метафори найчастіше вдаються теоретики студій травми, особливо психоаналітичне-постструктуралістське крило. У своїй книзі «Травма: Розвідки в пам'яті» одна з засновниць студій травми, літературознавиця Кеті Карут дає своє бачення травми:

Патологія (травма) полягає виключно в структурі її переживання або сприйняття: подія своєчасно не асимільована чи пережита в своїй повноті, але з запізненням, із повторюваною obsesією в переживаючої людини. Бути травматизованим означає бути obsesивним щодо зображення або події. <...> Вплив травми полягає власне в оцьому запізненні, в її відмові бути легко віднайденою, у її наполегливій появі поза межами місця та часу. (Caruth, 1995, р. 4–5).

Така розлога цитата потрібна для того, аби звернути увагу на момент переходу «травми» від медичного терміна до центрального поняття студій травми у літературознавиці через спрощення до кількох центральних характеристик, що відтак складають основу для подальших теоретизувань. По суті, відбувається певна синекдоха терміна, його частину переносять з одного наукового поля в інше й абсолютизують як повнокровний термін.

По-друге, важливо відмітити ще один аспект травми як метафори: поглинання пов'язаних із нею або дотичних до неї частин. Бо якщо триматися травми як терміна у вузькому значенні, то наведена характеристика травмою не є. Навпаки, це скупчення й перемішування травми й пов'язаних із нею наслідків, що навіть не зводяться тільки до ПТСР. Пригадувати травму — не означає переживати травму нано-

во, бо інакше кожне подібне повернення характеризувалося би ретравматизацією.

Хоч і не заперечую потребу певної трансформації терміна «травма» під час перенесення й адаптації його на ґрунт студій травми, визначення Кеті Карут видається сумнівним з огляду на те, що травма як метафора не тільки виходить за межі оригінального значення, а й убирає в себе інші дотичні явища. Тому розширення травми до метафори видається сумнівним і навіть контрпродуктивним для студій, бо розмивання визначення центрального терміна підриває змогу розбудови адекватної методології.

Таке прискіплива критика пов'язана з потребою формування усталеного термінологічного апарату для відносно нової методології на засадах чіткості, логіки і ясного розмежування її центральних понять. Отже, видається важливим повернення до травми як терміна, а тому треба відходити від оригінального психіатричного розуміння травми з подальшою його адаптацією для студій травми.

Посібник з діагностики та статистики психічних розладів, 5-те видання (DSM-5: Американська психіатрична асоціація) у розділі про посттравматичний стресовий розлад подає визначення травми як

експозицію (безпосереднє переживання) до смерті або загрози життю, серйозного ушкодження, або сексуального насильства в один чи більше з таких способів: безпосереднє переживання травматичної події або подій; перебування свідком подій, які трапилися з іншими; знання того, що травматична подія трапилася із членом сім'ї або близьким другом — у випадках смерті чи загрози життю члену сім'ї чи другові, якщо ця подія була насильницькою або непередбачуваною; переживання багаторазової чи надмірної експозиції до нестерпних деталей травматичної події або подій. (Американська психіатрична асоціація, 2024, с. 176)

Така ще більш розлога цитата покликана, у першу чергу, показати, що травма є, як уже було згадано, не стільки «obsesією про пережиту, неповні засвоєну подію», але власне переживання травматичної події. Це не патологія, котру також вважають за відхилення від норми, а одна з багатьох життєвих подій, котра з огляду на внутрішню її складність вимагає додаткових ресурсів до інтеграції в свій життєвий досвід.

Принагідно варто зазначити про наявну постійну дискусію щодо критеріїв «травма-

тичності» події. Обмежившись лишень кількома заввагами, стану на бік асоційованого професора психіатрії та психології Джона Бріера та професорки психіатрії та поведінкових наук Кетрін Скотт, які розширюють термін «травма» до стислого, але вичерпного визначення — «подія, що надмірно засмучує і хоча би тимчасово пригнічує внутрішні ресурси індивіда, а також є причиною стійких психологічних симптомів» (Бріер, Скотт, 2023, с. 24). Водночас автори застерігають використовувати версію травми, описувану в DSM, при діагностуванні: оскільки студії травми не мають своїм предметом діагностику або лікування, то є сенс взяти ширше визначення травми як фундаментальне, і розбудувати термінологію саме від нього.

Вважаю потрібним зробити певне уточнення щодо центрального терміна «травма». Оскільки студії травми принаймні в культурологічному, відтак — літературознавчому аспектах працюють із літературною обробкою спогадів про травму, себто відбувається подвійне відчуження від власне травматичних подій: спершу через пам'ять, чії основні характеристики — емоційна прив'язка, забуття й відновлення референції, реконструктивність, шаблонність і здатність до перезаписування — перетворюють враження на епізод із споминів; відтак він художньо оброблюється й подається у вигляді тексту. (Ще Григорій Грабович (2003, с. 573) писав, що «література, усяка література, є і формою і конвенцією, вона завжди робить — мусить робити — свою “щирість” дещо умовною, твореною, а це вже не щирість *sensu stricto*»). А значить, травма як термін має бути зведена до наступної дефініції, як «переживання події, що надмірно засмучує і хоча би тимчасово пригнічує внутрішні ресурси індивіда, а також є причиною стійких психологічних симптомів», із акцентом на переживанні, себто на суб'єктивному погляді й характерові, що, в свою чергу, вимагає від дослідника умисного дистанціювання при аналізі тієї чи іншої травми у художньому творі, по-перше, задля зменшення ризику опосередкованої травматизації, а по-друге, задля мінімізації упередженості щодо тих чи інших аспектів у тексті.

У цьому контексті варто завважити ще кілька дотичних явищ, пов'язаних із травмою: власне травматичну подію, подальшу реакцію на сам досвід травми та чи відбувається або не відбувається її опрацювання. Це також дозволить намітити поле для подальших теоретизувань та зауважити певні дискусійні моменти щодо самих студій травми.

Травматична подія — це, власне, подія, яка

призводить до травми. Напозір незначна різниця між формулюваннями травми і травматичної події є принциповою для розгляду травми *ab initio*, покликаний описати саме епізод із неупередженого боку. Акцент у цьому терміні падає саме на подію, а не на її травматичність; інакше є ризик тенденційного підходу, коли дослідник інтерпретує саму травматичну складову події, а не її саму.

Вельми дискусійним моментом є питання, що саме постає предметом дослідження в студіях травми після того, як травма, власне, відбулася. Бо дослідник, особливо літературознавець, має справу з різноманітними симптомами та реакціями на травматичні події, тому існує велика спокуса ставити персонажам діагнози, тим паче тоді, коли в них нема на те фахової компетенції. Таке комплексне питання на перетині етики й естетики, а також мультидисциплінарного професіоналізму, позаяк вільне використання термінів із психіатрії, особливо розладів, має імплікації зниження їхньої серйозності й розмивання їхніх і без того нечітких меж.

Доречно також порушити питання щодо того, які саме травми складають предмет досліджень у студіях травми стосовно ще однієї дихотомії: опрацьованості (інтеграції) / неопрацьованості (деінтеграції). Коли з останніми все більш-менш зрозуміло — чимала частина світової культури працює власне з такими нерозглянутими травматичними досвідами, котрі впливають і продовжують впливати на фабулу оповіді — опрацьовані досвіди є проблемними через їх слабку вираженість та диференційованість. Слабке позначення аж ніяк не вказує на відсутність травм, радше на їхній невеликий або зменшений вплив на особу, котра має ті досвіди, і тому логічно було би спитати, чи становлять вони теж предмет студій травми і яким методом їх було би доречно аналізувати.

Лишаючи питання, чи варто дослідникам користатися медичними діагнозами, відкритим для подальших дискусій, натомість зосереджуся на тому, що може бути назване «наслідками травми», себто усім можливим реакціям на травматичну подію після її власне переживання. До них можна зарахувати страх, стрес, реакції на стрес, захисні механізми та процес інтеграції / деінтеграції. Можна виділити більше, але в цій статті увага буде лише на них.

Направду, проблема визначення рамок того, що становить предмет дослідження студій травми, проходить по межі того, що дослідник приймає за «наслідки травми». Реакції і на саму травму, і на подальші згадки про пережитий травматичний досвід варіюються і видозміню-

ються з часом. Але головне, що вони не обов'язково мають настільки великий вплив на людину. В «Емоційних гойдалках війни» Володимир Станчишин пише наступне: «те, що в усіх нас сьогодні максимально високий рівень тривожності, не означає, що в нас є проблеми з психікою. У нас немає тривожного розладу» (2023, с. 24). Цю тезу можна й варто екстраполувати для студій травми в дещо переінакшеному вигляді: наявність травми не означає медичний діагноз. Наприклад, у тому самому DSM-5 ризик розвинути ПТСР впродовж життя складає всього 8,7 % — то тільки проєкція, так, але вона лише підтверджує, як упереджено ставляться до травм, її наслідків і розладів, пов'язаних із нею (American Psychiatric Association, 2013, р. 276).

Водночас ці дані не повинні бути причиною зневажливого ставлення до феномену травми або його відкидання. Тут доречно згадати вже цитовану Кеті Карут: «історія, як і травма, ніколи не одноосібна; саме через історію ми проявляємося в травмах одне одного» (Caruth, 1996, р. 24). Хоча тут можливе прочитання, що Карут вдається до «психоаналітичного редукціонізму» (Tomos, р. 1), вважаю, що доречніше акцентувати на спільних рисах цих дисциплін, таких як дескриптивність, реконструкція і тяглість зображуваних подій. Але важливішими, хоч і дискусійними, є радше етичні імплікації: про важливість знання історії та травм, а також відповідальність за них — не в сенсі, що людина несе відповідальність за отримані травми, але за нанесені й також за опрацювання власних травм.

Тоді предмет студій травми можна представити наступним чином: це травматична подія, сама травма й наслідки травми у їх максимально широкому представленні: страх, стрес та реакції на нього, захисні механізми, інтеграція чи дезінтеграція тощо. У такий спосіб можна охопити всі етапи існування травми як феномену, від її появи в тексті до (дез)інтеграції.

Стрес — «стан напруженості — сукупність захисних фізіологічних реакцій, що настають в організмі тварин і людини у відповідь на вплив різних несприятливих факторів (стресорів)» (Шапар, 2007, с. 511). Одним із його підвидів є емоційний стрес, котрий пов'язаний із загрозою чи небезпекою. Не применшуючи значення травми, її можна вважати за такий фактор, вельми серйозний, котрий примушує людину відчувати цей стан напруженості. Психотерапевт Володимир Станчишин зазначає, що реакцій на стрес усього три: напад, утеча та завмирання (2021, с. 19). Кожен із них у міру

дієвий та взаємозамінний, тому людина переважно послуговується усіма.

Страх — це «емоційна реакція на справжню або вигадану навислу загрозу, пов'язану з гострим гіперзбудженням і негайною загрозою» (American Psychiatric Association, 2013, р. 189). Оскільки він є зазвичай наслідком травми, його найбезпосереднішим продуктом, для студій травми важливий опис страху, що проявляється в гострих реакціях на загрозу повторення травматичної події і несе її (події) яскравий відбиток.

Захисні механізми, за словником, — це «сполучені з Я автоматичні несвідомі механізми, що забезпечують психічний захист особистості» (Шапар, 2007, с. 250). Окремо існують також колективні захисні механізми. Різні класифікації подають різні види захисту, як адекватні, так і деструктивні, наприклад групові (Горностаї, 2019, с. 101).

Відтак можна запропонувати метод аналізу, котрий заснований на напрацюваннях із когнітивно-поведінкової терапії (Бріер, Скотт, 2023; Романчук, 2016), психології (Горностаї, 2018, 2019; Станчишин, 2020, 2023), нейронауки (Сапольські, 2020, 2023; Естбю, Естбю, 2023) і філософії (Болак, 2023). Метод теоретичний і відкритий для уточнень, складається з п'яти частин.

1. Травматична подія. Встановлення травматичної події є базисом для подальшого опису травми. Вона (подія) може бути як індивідуальною, так і колективною. Окремо зазначу, що травм і травматичних подій може бути декілька, і в такому випадку варто розглядати кожен окремо, а також їхню взаємодію.

2. Оповідь про травму. Особливості оповіді й оповідача можуть свідчити про травму та/або травматичний досвід в різний спосіб. Наприклад, нелінійна оповідь може бути наслідком проблем інтеграції травматичного досвіду, коли персонажі є лишень проєкціями різних частин травмованої людської психіки; так само постійне нав'язливе повернення до тих самих спогадів можуть бути наслідком пов'язаної з ними травми.

3. Страх. Відслідковування ситуацій і/або ситуацій, що змушують персонажів відчувати страх, допомагають відрізнити різні відтінки травми й оприятити її, якщо в тексті нема прямих згадок щодо причини страху або різних страхів.

4. Стрес (реакції на нього) і захисні механізми. Цей пункт має на увазі способи, із яким персонаж намагається впоратися як із станом напруженості, так із травмою в цілому.

Виокремлення реакцій на стрес і механізмів дозволяє простежити, чи вони є адекватними або деструктивними, чи присутнє надуживання тією чи іншою реакцією чи механізмом над усіма іншими тощо.

5. Інтеграція. Оповідь про травму зазвичай пов'язана зі спробою впоратися з травмою, себто безпечно для себе інтегрувати її в свій загальний досвід, з чи без сторонньої допомоги. Наративи, де травматичний досвід не засвоюється, але притлумлюється, можна вважати дезінтеграційними.

Наостанок спробую застосувати цю модель на прикладі аналізу оповідання «Марсіани» Павла Вишебаби (Вишебаба, 2023, с. 114). Травматичною подією тут є війна, з огляду на дату написання — 20 квітня 2022 року — певно, третій етап російсько-української. За визначенням Горностая, це — групова національна травма, оскільки її (війни) наслідки поширюються на всю націю. Оповідь у тексті лінійна, у межах першої особи, із переходами із я-оповіді до ми-оповіді.

Центральним персонажем є збірний образ бригади, репрезентований неназваним воїнами-оповідачем, Ромчиком та іншими неназваними хлопцями й офіцерами, котрі застосовують два типи реакцій: напад (активна оборона держави) та завмирання (відмежування шляхом перетворення Донеччини на Марс, себе — на колонізаторів, а росіян — на марсіан). Основний захисний механізм — сублімація — виводиться з реакції завмирання: війна в Україні творчо перезаписується в їхній уяві як колонізаторська місія на Марс, в такий спосіб інтегруючи війну у свій загальний досвід.

Також присутній другий персонаж-збірний-образ, цього разу незримий — діти, маніфестований покинутим у зв'язку з евакуацією дитсадком. Зіткнення цих двох персонажів під час пошуку ночівлі призводить до того, що війна себе оприявнює в покинутій будівлі, і у воїнів відбувається ретравматизація (саме тому слово «накриває» курсивом). Це знову групова травма, але тепер колективна, в межах вже існуючої й дотичної до неї національної. Можна говорити, що це страх неспроможности захистити власних дітей від війни.

У відповідь воїни налягають на другу захисну реакцію нападу, де прибирання стає формою активного захисту zagrożеного простору дитсадка від факту війни. Зрештою, бригада сублімує і цей досвід через ототожнення себе з марсіанами, а дітей — із землянами, тим самим ін-

тегруючи й цю подію у свій загальний досвід. Загалом «Марсіани» Вишебаби — приклад інтеграційного травматичного досвіду.

Висновки. У цьому дослідженні розглянуті теоретичні аспекти, пов'язані зі студіями травми. Вони, безперечно, є відносно молодю методологією, чия адаптація на українському науковому ґрунті вимагає не лишень глибокого перепрочитання й з урахуванням не тільки попередніх здобутків у цій царині, але й поступу досліджень у студіях пам'яті й психіатрії та психотерапії. Таке залучення дозволяє дати визначення травми як переживання події, що надмірно засмучує і хоча би тимчасово пригнічує внутрішні ресурси індивіда, а також є причиною стійких психологічних симптомів.

Відтак було дано назву дотичним явищам: травматичній події як власне події, що призводить до травми; та наслідкам травми — усім можливим реакціям на травматичну подію після її власне переживання, котрі разом із самою травмою складають предмет студій травми. Опісля були названі складові наслідків травми: стрес — сукупність захисних фізіологічних реакцій, що настають в організмі тварин і людини у відповідь на вплив різних несприятливих факторів (стресорів), страх як емоційну реакцію на справжню або вигадану навислу загрозу, а також захисні механізми — сполучені з Я автоматичні несвідомі механізми, що забезпечують психічний захист особистості.

Насамкінець було запропоновано дескриптивну модель аналізу травми, котра розглядає різні аспекти травматичного досвіду (власне травматична подія, особливості оповіді про травму, страх, стресові реакції, захисні механізми і її інтеграція у загальний досвід), яка потім була апробована на оповіданні «Марсіани» Павла Вишебаби, де показано, як воїни реагують на травму війни через її сублімування, і як ретравматизація в дитсадку, зрештою, теж безпечно інтегрується. Також під час написання статті було звернуто увагу на низку проблематичних аспектів, пов'язаних із самими студіями травми, зокрема категорії травматичності тієї чи іншої події, а також якісного представлення, опрацьованості (інтеграції) / неопрацьованості (дезінтеграції) травми, певного розмитого характеру «наслідків травми» тощо. Усе це проблеми студій травми, котрі будуть у подальшому висвітленні й надалі опрацьовані.

СПИСОК ВИКОРИСТАНИХ ДЖЕРЕЛ

1. Американська психіатрична асоціація. Довідник діагностичних критеріїв DSM-5-TR від Американської психіатричної асоціації. Львів : Манускрипт, 2024. 592 с.
2. Болак Ж. Пам'ять / Забуття. *Європейський словник філософій. Лексикон неперекладностей*. Т. 1. Київ : Дух і літера, 2023. С. 351–362.
3. Бріер Д., Скотт К.. Основи травмофокусованої психотерапії. Львів : Манускрипт, 2023. 448 с.
4. Вишебаба П. Тільки не пиши мені про війну. Київ : Видавництво Однієї Книги, 2023. 120 с.
5. Естбю Г., Естбю У. Углиб за морським коником. Книжка про пам'ять, що запам'ятається. Київ : Rabulum, 2023. 264 с.
6. Горностай П. Колективна травма як проблема соціальної та політичної психології. *Проблеми політичної психології*. 2018. Т. 21(1). С. 54–68. URL: <https://doi.org/10.33120/popp-Vol21-Year2018-5>
7. Горностай П. Групові захисні механізми як форма реагування на колективні травми. *Проблеми політичної психології*. 2019. Т. 22(1). С. 89–114. URL: <https://doi.org/10.33120/popp-Vol22-Year2019-27>
8. Грабович Г. До історії української літератури. Дослідження, есеї, полеміка. Київ : Критика. 2003. 631 с.
9. Романенко О. Феномен травматичного письма (Олександр Терещенко «Життя після 16:30»). *Синопис: текст, контекст, медіа*. 2021. Вип. 27(2). С. 42–50. URL: <https://doi.org/10.28925/2311-259x.2021.2.1>
10. Романчук О. Сім'я, що зцілює. Основи терапевтичного батьківства дітей, що зазнали скривдження та емоційного занедбаня. Львів : Свічадо, 2016. 256 с.
11. Рутар Х. Травмована чи міфологізована пам'ять? (На матеріалі роману «Танго смерті» Юрія Винничука). *Сучасні проблеми мовознавства та літературознавства*. 2018. № 23(1). С. 294–298. URL: <https://dspace.uzhnu.edu.ua/jspui/handle/lib/22614>
12. Сапольські Р. Чому зебри не страждають на виразку. Харків : Фабула, 2020. 400 с.
13. Станчишин В. Стіни в моїй голові. Жити з тривожністю та депресією. Київ : Віхола, 2020. 176 с.
14. Станчишин В. Емоційні гойдалки війни. Роздуми психотерапевта про війну. Київ : Віхола, 2023. 312 с.
15. Шапар В. Сучасний тлумачний психологічний словник. Харків : Прапор, 2007. 640 с.
16. American Psychiatric Association, DSM-5 Task Force. *Diagnostic and statistical manual of mental disorders: DSM-5*. Arlington: American Psychiatric Publishing, 2013. <https://doi.org/10.1176/appi.books.9780890425596>
17. Caruth C. (Ed.). *Trauma: Explorations in Memory*. Baltimore: Johns Hopkins University Press, 1995. <https://doi.org/10.56021/9781421413525>
18. Caruth C. *Unclaimed experience: Trauma, narrative, and history*. Baltimore: Johns Hopkins University Press, 1996. <https://doi.org/10.1353/book.20656>
19. Tomos A. Critiquing Classical Trauma Theory Paradigms. *Academia.edu*. https://www.academia.edu/36145446/Critical_Review_Critiquing_Classical_Trauma_Theory_Paradigms

REFERENCES

1. American Psychiatric Association, & DSM-5 Task Force. (2013). *Diagnostic and Statistical Manual of Mental Disorders: DSM-5*. Arlington: American Psychiatric Association [in English]. <https://doi.org/10.1176/appi.books.9780890425596>
2. American Psychiatric Association. (2024). *Dovidnyk diahnostychnykh kryteriiv DSM-5 vid Amerykanskoj psykhiatrychnoi asotsiatsii* [Diagnostic and Statistical Manual of Mental Disorders]. Lviv: Manuskrypt [in Ukrainian].
3. Bolak, J. (2023). *Pamiat / Zabuttia* [Memory / Forgetting]. *Yevropeyskyi slovnyk filosofii: Leksykon neperekladnostei*, Vol. 1, Kyiv: Dukh i litera [in Ukrainian].
4. Briere, J. N., & Scott, C. (2023). *Osnovy travmofokusovanoi psykhoterapii* [Principles of Trauma Therapy]. Lviv: Manuskrypt [in Ukrainian].
5. Caruth, C. (1996). *Unclaimed Experience: Trauma, narrative, and history*. Baltimore: Johns Hopkins University Press [in English]. <https://doi.org/10.1353/book.20656>

6. Caruth, C. (Ed.). (1995). *Trauma: Explorations in Memory*. Baltimore: Johns Hopkins University Press [in English].
<https://doi.org/10.56021/9781421413525>
7. Grabowicz, G. (2003). *Do istorii ukrainskoi literatury. Doslidzhennia, esei, polemika* [On the History of Ukrainian Literature. Studies, essays, polemics]. Kyiv: Krytyka [in English].
8. Hornostai, P. (2018). Kolektyvna travma yak problema sotsialnoi ta politychnoi psykholohii [Collective Trauma as a Problem of Social and Political Psychology]. *Problemy politychnoi psykholohii*, 21(1), 54–68 [in Ukrainian].
<https://doi.org/10.33120/popp-Vol21-Year2018-5>
9. Hornostai, P. (2019). Hrupovi zakhysni mekhanizmy yak forma reahuvannia na kolektyvni travmy [Group Defense Mechanisms as a Form of Response to Collective Trauma]. *Problemy politychnoi psykholohii*, 22(1), 89–114 [in Ukrainian].
<https://doi.org/10.33120/popp-Vol22-Year2019-27>
10. Østby, H., Østby, Y. (2020). *Uhlyb za morskym konykom. Knyzhka pro pamiat, shcho zapamiataiatsia* [Diving for Seahorses. The Science and Secrets of Memory]. Kyiv: Pabulum [in Ukrainian].
11. Romanchuk, O. (2016). *Simia, shcho ztsiliuie. Osnovy terapevtychnoho batkivstva ditei, shcho zaznaly skryvdzhennia ta emotsiinoho zanedbannia* [The Healing Family. Fundamentals of therapeutic parenting of children who have been abused and emotionally neglected]. Lviv: Svichado [in Ukrainian].
12. Romanenko, O. (2021). Fenomen travmatychnoho pysma (Oleksandr Tereshchenko “Zhyttia pislia 16:30”) [The Phenomenon of Traumatic Writing (Oleksandr Tereshchenko’s Life After 4:30)]. *Synopsys: tekst, kontekst, media*, 27(2), 42–50 [in Ukrainian].
<https://doi.org/10.28925/2311-259x.2021.2.1>
13. Rutar, K. (2018). Travmovana chy mifolohizovana pamiat? (na materiali romanu “Tanho smerti” Yurii Vynnychuka) [Traumatized or mythologized memory (on the material of the novel “The tango oh death” by Yuri Vynnychuk)]. *Suchasni problemy movoznavstva i literaturoznavstva*, 23(1), 294–298 [in Ukrainian].
<https://dspace.uzhnu.edu.ua/jspui/handle/lib/22614>
14. Sapolsky, R. (2020). *Chomu zebry ne strazhdaiut na vyrazku*. [Why Zebras do not Suffer from Ulcers]. Kharkiv: Fabula [in Ukrainian].
15. Shapar, V. (2007). *Suchasnyi tlumachnyi psykholohichnyi slovnyk* [Modern Explanatory Psychological Dictionary]. Kharkiv: Prapor [in Ukrainian].
16. Stanchyshyn, V. (2021). *Stiny v moii holovi. Zhyty z tryvozhnistiu ta depresieiu* [The Walls in my Head. Living with anxiety and depression]. Kyiv: Vikhola [in Ukrainian].
17. Stanchyshyn, V. (2023). *Emotsiini hoidalky viiny. Rozdumy psykhoterapevta pro viinu* [Emotional Swings of War. Reflections of a psychotherapist on the war]. Kyiv: Vikhola [in Ukrainian].
18. Tomos, A. (n.d.) Critiquing Classical Trauma Theory Paradigms. *Academia.edu* [in English].
https://www.academia.edu/36145446/Critical_Review_Critiquing_Classical_Trauma_Theory_Paradigms
19. Vyshebaba, P. (2023). *Tilky ne pyshy meni pro viinu* [Just don’t Write Me about the War]. Kyiv: Vydavnytstvo Odniei Knyhy [in Ukrainian].

Ivan Prokopenko,

Taras Shevchenko National University of Kyiv (Kyiv, Ukraine)

<https://orcid.org/0009-0009-3220-4482>

e-mail: i.prokopenko182@gmail.com

THEORETICAL ASPECTS OF TRAUMA STUDIES (TERMINOLOGY, PROBLEMATIC ISSUES AND SCHEME OF ANALYSIS): AN ATTEMPT AT ANALYSIS

The article focuses on the theoretical aspects of trauma studies and attempts to discuss the gaps and problematic areas within the methodology. Contemporary trauma studies, despite its rather active development over the past decades, has the problem of clear articulation of its key definitions and methodology. Moreover, the very subject of the studies — trauma — has a naming problem: when the term is transferred from the field of psychiatry, clarity is lost, instead, the emphasis is placed on the impossibility of a full understanding of the phenomenon. Therefore, the purpose of the article is, first of all, an attempt to develop a terminological apparatus and a method of analysing traumatic narratives. This paper will focus on reflections on the key term trauma, as well as an attempt to develop a terminological apparatus and a method of text analysis within these studies.

The subject of the article is an attempt to formulate fundamental terms and propose a method for analysing trauma in a literary text. Drawing primarily on cognitive behavioural therapy, the method is an experiment in looking at trauma from the perspective of cognitive behavioural therapy, psychology, neuroscience and philosophy.

This article outlines the subject of trauma studies (traumatic event, trauma, consequences of trauma) and notes the problematic aspects of trauma studies: the blurring of some of its terms and warnings about the tendentious use of its conceptual apparatus. The main terms of trauma studies were named as follows: trauma was defined as the experience of an event that excessively upsets and at least temporarily suppresses the internal resources of an individual, as well as causes persistent psychological symptoms; the traumatic event was called the event itself, which leads to trauma; the consequences of trauma — all possible reactions to a traumatic event after its actual experience — included the following stress — a set of protective physiological reactions that occur in the body of animals and humans in response to the impact of various adverse factors (stressors); fear as an emotional reaction to a real or imaginary threat; and defence mechanisms — automatic unconscious mechanisms connected with the self that provide mental protection of the individual.

Finally, a five-part descriptive method of trauma analysis was proposed, which includes: identifying the cause of the trauma, the way the narrative is articulated, describing the fears produced by the trauma, characterising stress and reactions to it and defence mechanisms, and finally, seeing whether the trauma is integrated within the text itself. This method was tested on the material of Pavlo Vyshebababa's short story 'The Martians' as an example of a text where trauma is successfully integrated into the experience of the characters. The proposed method can be further expanded and applied to other texts as a potential template for analysing trauma narratives.

Key words: *trauma studies, trauma, literary theory.*

Стаття надійшла до редакції 15.09.2024

Прийнято до друку 16.10.2024