

ივანე ჯავახიშვილის სახელობის თბილისის სახელმწიფო უნივერსიტეტის  
ფსიქოლოგიისა და განათლების მეცნიერებათა ფაკულტეტი

„ბავშვთა და მოზარდთა ფსიქოლოგიური შეფასება და კონსულტირება“

ნინო დოლიძე

ინდივიდუალური თავისებურებებიდან პოსტტრავმულ ზრდამდე:  
რუმინაციის გამაშუალებელი როლი მოზარდებთან

ნაშრომი შესრულებულია ფსიქოლოგიის მაგისტრის აკადემიური ხარისხის  
მოსაპოვებლად

ნაშრომის ხელმძღვანელი: ხათუნა მარწყვიშვილი,  
ფსიქოლოგიის დოქტორი  
თსუ, ასოცირებული პროფესორი

თბილისი

2019

## აბსტრაქტი

კვლევითი ნაშრომის მიზანია ინდივიდუალური თავისებურებების, კერძოდ, პიროვნული ნიშნების, ემოციური ინტელექტის და ხასიათის სიმტკიცეების მიმართების კვლევა პოსტტრავმულ ზრდასთან და ამ კავშირში რუმინაციის მედიაციური ეფექტის შესწავლა, ისეთი ბავშვებისა და მოზარდების მაგალითზე, რომლის ერთი ან ორივე მშობელი ემიგრირებულია საზღვარგარეთ. კვლევაში სულ მონაწილეობდა 171 მოზარდი. კვლევაში პოსტტრავმული ზრდის საკვლევად გამოვიყენეთ პოსტტრავმული ზრდის კითხვარი მოზარდებისათვის (ქართული ვერსია: Panjikidze & Martskvishvili, 2015), დიდი ხუთეულის მახასიათებლების შესაფასებლად გამოვიყენეთ პიროვნების შესაფასებელი ათდებულებიანი კითხვარი, რუმინაციის შესაფასებლად გამოვიყენეთ რუმინაციის საკვლევ კითხვარი, ხასიათის სიმტკიცეების შესაფასებლად გამოვიყენეთ ხასიათის სიმტკიცეების საზომი კითხვარი - ხასიათის სიმტკიცეების გლობალური შეფასება (Global Assessment of Character Strengths- 24; GACS-24), ემოციური ინტელექტის შესაფასებლად გამოვიყენეთ ემოციური ინტელექტის, როგორც პიროვნული ნიშნის საკვლევ კითხვარის მოზარდების ვერსია (ქართული ვერსია: Martskvishvili et al, 2013). კვლევის შედეგების მიხედვით აღმოჩნდა, რომ ემოციურ ინტელექტს, ხასიათის სიმტკიცეებსა და პოსტტრავმულ ზრდას შორის არის დადებითი კავშირი. დიდი ხუთეულის მახასიათებლებიდან ექსტრავერსიას, კეთილსინდისიერებას, თანხმობისადმი მზაობასა და პოსტტრავმულ ზრდას შორის არის დადებითი კავშირი, ხოლო ნეიროტიციზმსა და პოსტტრავმულ ზრდას შორის - უარყოფითი. აკვიატებულ და რეფლექსურ რუმინაციას აქვს ნაწილობრივი მედიაციური ეფექტი ემოციურ ინტელექტსა და პოსტტრავმულ ზრდას შორის არსებულ კავშირზე. კვლევის თეორიული ღირებულებაა ხასიათის სიმტკიცეების მნიშვნელოვანი როლის აღმოჩენა პოსტტრავმულ ზრდაში. ასევე, ინდივიდუალურ თავისებურებებსა და პოსტტრავმულ ზრდაში რუმინაციის მედიაციური ეფექტის შესწავლა მოზარდების მაგალითზე.

## Abstract

The aim of the study is to examine relationship between post-traumatic growth and individual differences, specifically emotional intelligence and character strengths, and mediating effect of rumination on this relationship in children and adolescents whose parent has been emigrated abroad. The study involved 171 adolescents aged 12-18 whose one or both parents has been emigrated from the country. We consider parent emigration as potentially traumatic event for the adolescents. To measure the posttraumatic growth, we used Georgian version of Posttraumatic growth scale for children and adolescents (PTGI-C; Cryder, Kilmer, Tedeschi & Calhoun, 2006; Georgian version by Panjikidze & Martskvishvili, 2015); for “Big Five” personality traits we used Ten item of Personality Measure, TIPI (Gosling, Rentfrow, & Swann, 2003); we measured rumination with Ruminative Response Scale, RRS (Nolen-Hoeksema, 1991); for character strengths we used Global Assessment of Character Strengths- 24 (GACS-24, McGrath, 2017); and Emotional Intelligence has been examined with Trait Emotional Intelligence Questionnaire (TEIQue-AF, TEIQue\_AF; Petrides, 2009; Georgian version by: Martskvishvili et al, 2013). The research showed that EI, character strengths and posttraumatic growth are positively associated. From personality traits, Extraversion, Conscientiousness and Agreeableness indicated to have positive correlation with posttraumatic growth, while Neuroticism is negatively correlated. Relationship between EI and posttraumatic growth is partially mediated by brooding and reflection. the theoretical value of the research is its findings about the role of character strengths in post -traumatic growths. Also studying the mediating effect of rumination on relationship between individual differences and post traumatic growth in adolescents

შესავალი .....	4
პოსტტრავმული ზრდა .....	7
პოსტტრავმული ზრდა და რუმინაცია .....	10
პოსტტრავმული ზრდა და პიროვნული ნიშნები .....	15
პოსტტრავმული ზრდა და ხასიათის სიმტკიცეები.....	17
პოსტტრავმული ზრდა და ემოციური ინტელექტი .....	19
მშობლების ემიგრაცია .....	21
კვლევის მეთოდი .....	23
კვლევის მონაწილეები.....	23
კვლევის ინსტრუმენტები.....	23
კვლევის პროცედურა.....	24
შედეგები .....	25
კორელაციური ანალიზი .....	26
რეგრესია.....	34
მედიაციური ანალიზი.....	41
შედეგების ანალიზი (დისკუსია).....	44
დასკვნა .....	47
გამოყენებული ლიტერატურა: .....	49

## შესავალი

თანამედროვე სამყაროში ადამიანთა ცხოვრების თანმდევია კრიზისული, ტრავმული მოვლენები, რომელთაც მრავალი გამომწვევი მიზეზი აქვს. ტრავმული მოვლენა მნიშვნელოვან გავლენას ახდენს ადამიანთა ცხოვრებაზე. ტერმინები ტრავმა, კრიზისი და ძლიერი სტრესული მოვლენა, ისეთი მოვლენის აღსაწერად გამოიყენება, რომელიც წარმოადგენს მნიშვნელოვან გამოწვევას ადამიანის ადაპტური სისტემისთვის. ასევე, წარმოადგენს მნიშვნელოვან გამოწვევას ადამიანისთვის, რომელიც ცდილობს გაიგოს რა არის სამყარო და ამ სამყაროში საკუთარი ადგილი (Janoff-Bulman, 1992). ტრავმული მოვლენის შედეგად ადამიანი შეიძლება გაიზარდოს. ტერმინი „პოსტტრავმული ზრდა“ სწორედ მსგავსი პიროვნული ზრდის აღსანიშნად გამოიყენება. საკითხის აქტუალობიდან გამომდინარე, მნიშვნელოვანია პოსტტრავმული ზრდის არსის გაგება და მისი გავლენის შესწავლა ადამიანთა ცხოვრებაზე.

ტერმინი “პოსტტრავმული ზრდა” გულისხმობს ადამიანის ცხოვრებაში არსებულ პოზიტიურ ფსიქოლოგიურ ცვლილებას, რომელიც ცხოვრებისეულ გამოწვევებთან/კრიზისებთან ბრძოლის შედეგად მიიღწევა (Calhoun & Tedeschi, 1999). ჩვეულებრივ, ადამიანები ტრავმულ მოვლენას ხვდებიან ძლიერი უარყოფითი ემოციებით. ტრავმა საფრთხეს უქმნის ადამიანის ფსიქოლოგიურ კეთილდღეობას. იზრდება ფსიქოლოგიური დარღვევების განვითარების რისკი. მსგავსი კრიზისული მოვლენის საპასუხო რეაქცია შესაძლოა იყოს ხანგძლივი სევდა და დეპრესია. თუმცა, გავრცელებული მოსაზრების თანახმად, ფსიქოლოგიური დისტრესი და პიროვნული ზრდა ხშირად თანაარსებობენ ერთმანეთთან. მკვლევრები (Calhoun & Tedeschi, 1999) თანხმდებიან, რომ ადამიანის რწმენებსა თუ ქცევაში პოზიტიური ცვლილება ხუთ განსხვავებულ სფეროში შეიძლება გამოვლინდეს: გაუმჯობესებული ინტერპერსონალური ურთიერთობები, ადამიანის ცხოვრებაში აღმოჩენილი ახალი შესაძლებლობები, გაზრდილი პიროვნული სიძლიერის აღქმა, სულიერი ზრდა და ცხოვრების დაფასება. ადამიანების დაახლოებით 70%, რომლებმაც გამოიარეს სხვადასხვა სახის ტრავმა, აღნიშნავენ პოზიტიური ცვლილების არსებობას ცხოვრების ერთ-ერთ სფეროში მაინც (Linley & Joseph, 2004).

ტრავმული მოვლენა შეიძლება იყოს მნიშვნელოვანი უარყოფითი მოვლენა ადამიანის ცხოვრებაში, რომელიც, საფრთხეს უქმნის ადამიანის ფსიქოლოგიურ კეთილდღეობას. ერთ-ერთი კვლევის (Calhoun, Cann, Tedeschi & McMillan 2000) მიხედვით, კვლევის მონაწილეების მიერ ყველაზე ხშირად დასახელებული ტრავმული მოვლენა იყო საყვარელი ადამიანის მოულოდნელი გარდაცვალება და ავტოსაგზაო შემთხვევის შედეგად მიღებული სერიოზული დაზიანებები.

კვლევების მიხედვით პოსტტრავმული ზრდა დაკავშირებულია ისეთ ინდივიდუალურ მახასიათებლებთან, როგორცაა ემოციური ინტელექტი, დიდი ხუთეულის ნიშნები, ხასიათის სიმტკიცეები და რუმინაცია. კვლევების (Peterson, Park, Pole, & Seligman, 2008; Guse, Hudson, 2013; Li, et. al. 2014; Finzi-Dottan, et.al. 2010) მიხედვით, ემოციურ ინტელექტს, ხასიათის სიმტკიცეებსა და პოსტტრავმულ ზრდას შორის არის დადებითი კავშირი. სხვა კვლევების (Owens, 2016; Wilson, & Boden, 2008; Garnefski, Kraaij, Schroevers, & Somsen, 2008) მიხედვით, დიდი ხუთეულის ნიშნებიდან ექსტრავერსიას, კეთილსინდისიერებას, გამოცდილებისადმი ღიაობას, თანხმობისადმი მზაობასა და პოსტტრავმულ ზრდას შორის არის დადებითი კავშირი, ხოლო ნეიროტიციზმსა და პოსტტრავმულ ზრდას შორის - უარყოფითი. ასევე, სხვა კვლევების (Stockton, Hunt & Joseph, 2011; Calhoun, Cann, & Tedeschi, 2006) მიხედვით, აკვიატებულ რუმინაციასა და პოსტტრავმულ ზრდას შორის არის უარყოფითი კავშირი, ხოლო გამიზნულ რუმინაციასა და პოსტტრავმულ ზრდას შორის - დადებითი. ეს კვლევები გვთავაზობს ინდივიდუალურ მახასიათებლებსა და პოსტტრავმულ ზრდას შორის არსებული მიმართების შესახებ ინფორმაციას, თუმცა პოსტტრავმული ზრდის პრედიქტორები შეიძლება იცვლებოდეს იმის მიხედვით, თუ როგორია პოტენციური მატრავმირებელი მოვლენა. მაგალითად, ბევრია ნაკვლევები ისეთ პოტენციურ მატრავმირებელ მოვლენებზე, როგორცაა ქრონიკული დაავადებები, ომი, მიწისძვრა (Ho, S. M. Y. Et al. 2003; Xu, J. Liao, Q. 2011; Powell, S. et al. 2002), თუმცა მწირია ინფორმაცია რუმინაციის გამაშუალებელი როლის შესახებ ინდივიდუალურ მახასიათებლებსა და პოსტტრავმულ ზრდას შორის არსებულ კავშირზე, ასევე, მწირია ბავშვებსა და მოზარდებზე ჩატარებული კვლევების რაოდენობა და ამ კვლევაში არაა ინფორმაცია ემიგრანტი მშობლების შვილების ფსიქოლოგიური მახასიათებლებისა და პოსტტრავმული ზრდის შესახებ. სწორედ ამიტომ, ჩვენი კვლევის მიზანია პიროვნული თავისებურებებისა და რუმინაციის როლის შესწავლა პოსტტრავმული ზრდის პროცესში, 12-18 წლამდე ასაკის მოზარდების მაგალითზე, რომელთა ერთი მშობელი მაინც იმყოფება ემიგრაციაში. ინდივიდუალური თავისებურებები მოიცავს ემოციურ ინტელექტს, ხასიათის სიმტკიცეებს და დიდი ხუთეულის ნიშნებს. ერთ-ერთი (ან ორივე) მშობლის ემიგრაციაში ყოფნა, კვლევაში პოტენციურ მატრავმირებელ მოვლენად მიიჩნევა. კვლევის მიზანია პასუხი გავცეთ შემდეგ კითხვებს:

1. რა მიმართებაა მოზარდის ინდივიდუალურ თავისებურებებს, კერძოდ, ემოციურ ინტელექტს, ხასიათის სიმტკიცეებს, დიდი ხუთეულის მახასიათებლებსა და პოსტტრავმულ ზრდას შორის? რომელი მათგანია პოსტტრავმული ზრდის უფრო ძლიერი პრედიქტორი?
2. რა მიმართებაა რუმინაციასა და პოსტტრავმულ ზრდას შორის და განსხვავდება თუ არა ეს კავშირი რუმინაციის სხვადასხვა ფორმის მიხედვით?

3. რა გავლენას ახდენს რუმინაცია პიროვნულ მახასიათებლებსა და პოსტტრავმულ ზრდას შორის არსებულ კავშირზე?

კვლევის ჰიპოთეზებია:

1. ემოციურ ინტელექტსა და პოსტტრავმულ ზრდას შორის არის დადებითი კავშირი.
2. დიდი ხუთეულის მახასიათებლებიდან, ექსტრავერსიას, გამოცდილებისადმი ღიაობას, თანხმობისადმი მზაობას, კეთილსინდისიერებასა და პოსტტრავმულ ზრდას შორის არის დადებითი კავშირი, ხოლო ნეიროტიციზმსა და პოსტტრავმულ ზრდას შორის არის უარყოფითი კავშირი.
3. ხასიათის სიმტკიცეებსა და პოსტტრავმულ ზრდას შორის არის დადებითი კავშირი.
4. რუმინაციასა და პოსტტრავმულ ზრდას შორის არის უარყოფითი კავშირი.
5. ინდივიდუალურ მახასიათებლებსა და პოსტტრავმულ ზრდას შორის კავშირი გაშუალებული იქნება რუმინაციით.

## პოსტტრავმული ზრდა

გავრცელებული აზრი იმის შესახებ, რომ ტანჯვა და ძლიერი ფსიქოლოგიური დისტრესი შესაძლოა იყოს ცხოვრებაში პოზიტიური ცვლილების დასაბამი, ათასობით წლისაა. მაგალითად, ზოგიერთი ადრეული იდეა და ჩანაწერი უძველესი ებრაელების, ბერძნების, ქრისტიანების, ინდუიზმის, ბუდიზმის და ისლამის მოძღვრებაში, შეიცავს ტანჯვის, როგორც პოტენციური გარდამქმნელი ძალის იდეებს (Tedeschi & Calhoun, 1995). ზოგიერთ ისლამურ ტრადიციაში, ტანჯვა ეს არის ალაჰთან მიახლების საშუალება (Bowker, 1970). მრავალი ფილოსოფიური კვლევისა თუ ნოველისტების, დრამატისტების და პოეტების ნაშრომების ძირითადი მიზანი, ადამიანური ტანჯვის არსის გაგება და აღმოჩენა არაერთხელ ყოფილა (Tedeschi & Calhoun, 1995).

არსებობს პოსტტრავმული ზრდის ოთხი განსხვავებული თეორეტიკული მოდელი (Jayawickreme & Blackie, 2014) - ტედეშის და კალჰონის (Calhoun & Tedeschi, 2004) მოდელი, რომლის მიხედვითაც პოზიტიური ცვლილება ხდება ცხოვრების ხუთ სხადასხვა სფეროში; ჯოსეფის და ლინლის (Joseph & Linley, 2005) კონცეფცია - პოსტტრავმული ზრდა როგორც კარგად ყოფნის განცდის ზრდა; პალსისა და მაკადამსის (Pals & McAdams, 2004) პოსტტრავმული ზრდის მოდელი - ადამიანის ცხოვრების ნარატივის ცვლილება და ჰობფოლის (Hobfoll, 2007) მოქმედებაზე ფოკუსირებული ზრდის თეორია, რომლის მიხედვითაც პოსტტრავმული ზრდა დაკავშირებულია სოციალურ და ფსიქოლოგიური რესურსების ზრდასთან (Jayawickreme & Blackie, 2014).

ლიტერატურაში ყველაზე დომინანტური მოდელი ეს არის ტედეშისა და კალჰონის (Calhoun & Tedeschi, 2004) მოდელი (Jayawickreme & Blackie, 2014). ამ მოდელის მიხედვით, პოსტტრავმული ზრდა ეს არის პოზიტიური ფსიქოლოგიური ცვლილება, რომელიც ცხოვრებისეულ გამოწვევებთან ბრძოლის შედეგად მიიღწევა. ის იწვევს ცვლილებებს ცხოვრების ხუთ სფეროში - ცხოვრების დაფასება, უფრო ახლო სოციალური ურთიერთობები, პერსონალური სიძლიერის ზრდა, სულიერებისა და ახალი შესაძლებლობების ზრდა ადამიანის ცხოვრებაში. თეორიის მიხედვით, მართალია პოზიტიური ცვლილება წარმოადგენს, როგორც შედეგს, თუმცა ის გრძელვადიანი პროცესია, რომელიც ასევე შესაძლოა უკავშირდებოდეს ცხოვრებით კმაყოფილებას.

ამდენად, პოსტტრავმული ზრდა განიხილება, როგორც მრავალგანზომილებიანი კონსტრუქტი, რომელიც მოიცავს ხუთ განსხვავებულ სფეროს (Taku, Cann, Calhoun, & Tedeschi, 2008; Tedeschi & Calhoun, 1996). პოსტტრავმული ზრდა „პიროვნული სიძლიერის“ სფეროში ხდება მაშინ, როდესაც ადამიანში მნიშვნელოვნად იზრდება თავდაჯერებულობა, საკუთარი თავის რწმენა



ტრავმული გამოცდილების შემდეგ. „ახალი შესაძლებლობები“ ჩნდება მაშინ, როდესაც ადამიანი აღმოაჩენს ახალ გზებს, საშუალებებს, რომელიც მისთვის არ იყო ხელმისაწვდომი ცხოვრებისეული კრიზისის/ტრავმის გადატანამდე. „სხვებთან ურთიერთობების“ სფეროში ზრდა ხდება მაშინ, როდესაც ადამიანი სხვებთან უფრო მეტ თანაგრძნობასა და სიახლოვეს გრძნობს ტრავმული მოვლენის შემდეგ. „ცხოვრების დაფასების“ სფეროში ზრდა უკავშირდება ადამიანის მიერ გაცნობიერებას იმის შესახებ, რომ ცხოვრების ყოველი დღე მნიშვნელოვანია და ყოველი დღე უნდა დავაფასოთ. „სულიერ და ეგზისტენციალურ“ სფეროში ზრდა დაკავშირებულია სულიერი საკითხების უკეთ გაგებისა და სამყაროში ჰარმონიულობის შეგრძნების ზრდასთან (Tedeschi, Cann, Taku, Senol-Durak, & Calhoun, 2017).

ჯოსეფისა და ლინლის (Joseph & Linley, 2005) თეორიის მიხედვით, პოსტტრავმული ზრდა დამოუკიდებლად არ არსებობს ფსიქოლოგიური კარგად ყოფნის განცდისგან. მათი მტკიცებით ადამიანში იზრდება კარგად ყოფნის განცდა ცხოვრების სხვადასხვა სფეროებში. მათი მტკიცებით, პოსტტრავმული ზრდა ხდება მაშინ, როდესაც ადამიანის ტრავმული გამოცდილება იწვევს ზრდას სპეციფიკურ სფეროებში - საკუთარი თავის მიმღებლობა, ცხოვრების მიზანი, გარესამყაროს გაგება, დამოუკიდებლობა და სხვებთან დადებითი ურთიერთობები (Ryff, 1989). ამდენად, ტრავმულ მოვლენას შეუძლია ადამიანს შემატოს ძალა იმოქმედოს დამოუკიდებლად და უფრო ეფექტურად გაუმკლავდეს გამოწვევებს. ჯოსეფისა და ლინლის მიხედვით, ეს დადებითი ცვლილებები - სიცოცხლის ახალი ხედვა და ცხოვრებისეული პრიორიტეტების გადაფასება - განიხილება, როგორც ზრდის მთავარი მექანიზმი.

პალსი და მაკადამსი (Pals & McAdams, 2004) ამტკიცებდნენ, რომ ადამიანის ცხოვრების ნარატივის ცვლილება, რომელიც უკავშირდება ტრავმულ გამოცდილებას და შედეგად იწვევს კოგნიტურ და ქცევით ცვლილებებს, საფუძვლად უდევს პოსტტრავმულ ზრდას. მაკადამსის (1994) მიხედვით, ადამიანი განისაზღვრება სამ პარალელურ დონეზე: დისპოზიციური მახასიათებლებით, პიროვნული დამოკიდებულებებით (მიზნები, პრიორიტეტები) და ცხოვრების ნარატივით. ის ამტკიცებს, რომ მაშინ როდესაც პიროვნული ნიშნები მეტნაკლებად ცხოვრების განმავლობაში სტაბილურია, პიროვნული დამოკიდებულებები მგრნობიარეა სიტუაციური გარემოებების მიმართ და, თავის მხრივ, ის განსაზღვრავს ცხოვრების ნარატივს. ამ თვალსაზრისით, ცხოვრების ნარატივის ცვლილება ეს არის პროცესი რომელშიც ადამიანი ახდენს საკუთარი ცხოვრებისეული ისტორიის რეკონსტრუირებას იმ მიზნით, რომ გაიგოს როგორ შეიცვალა ის შემთხვევის შემდეგ.

აქედან გამომდინარე, არსებობს გარკვეული სახის ნარატივები, რომლებსაც შესაძლოა თან სდევდეს ცვლილებები ადამიანის პიროვნულ დამოკიდებულებებში,

რის შედეგადაც მეტად ან ნაკლებად მოსალოდნელია პოსტტრავმული ზრდა. მაგ: მაკადამსის მიხედვით, პოსტტრავმული ზრდა მეტად მოსალოდნელია ისეთი პიროვნული მახასიათებლების მქონე ადამიანისთვის, რომელიც ხასიათდება დეპრესიულობის დაბალი მაჩვენებლით, მაღალი თვითშეფასებითა და ცხოვრების კმაყოფილების მაღალი დონით (McAdams & de St. Aubin, 1992).

მნიშვნელოვანია იმ ფსიქოლოგიური და სოციალური მექანიზმების მიმოხილვა, რომლებიც ხელს უწყობენ, ან პირიქით ხელს უშლიან პოსტტრავმულ ზრდას. ერთ-ერთი დომინანტური თეორიული მოსაზრების მიხედვით, ტრავმა თავისთავად არ განაპირობებს პოსტტრავმულ ზრდას (Joseph & Linley, 2005; Park, 2010; Tedeschi & Calhoun, 2004). ამ თეორიის მომხრეები ამტკიცებენ, რომ ადამიანი დამოკიდებულია ძირითად დაშვებებზე სამყაროს წინასწარმეტყველებადობისა და უსაფრთხოების შესახებ. მაგ: ბევრ ადამიანს სწამს, რომ ჩვენ ვცხოვრობთ სამართლიან სამყაროში და ყველა იმას იღებს, რასაც იმსახურებს. ტრავმულ გამოცდილებას აქვს უნარი დაარღვიოს მსგავსი რწმენები სამყაროს წინასწარმეტყველებადობის, სამართლიანობისა და კანონზომიერობის შესახებ. ამ პროცესის შედეგად იქმნება ადამიანის ახალი რეალობა და იცვლება მისი სქემები სამყაროს შესახებ, რაც განაპირობებს პოსტტრავმულ ზრდას. ამდენად, ადამიანი უნდა გათავისუფლდეს აპრიორი რწმენებისა და დაშვებებისგან და შექმნას ახალი რწმენები და მიზნები (Park, 2010).

პოსტტრავმული ზდრის პროცესი შეიძლება შევადაროთ ფიზიკურ განახლებას, რომელიც ხდება მიწისძვრის შემდეგ - ტრავმული ცხოვრებისეული მოვლენა ცვლის პიროვნების დაშვებებს სამყაროს შესახებ და ქმნის ახალ კოგნიტურ სქემებს. თუ ადამიანი არ მოახდენს მსგავს ცვლილებებს საკუთარ აღქმებსა და სქემებში და უბრალოდ ახალი გამოცდილების ასიმილირებას მოახდენს საწყის რწმენებთან სამყაროს შესახებ ( მაგ: ადამიანს სჯერა, რომ ცუდი მოვლენები ხდება ხოლმე), ამ შემთხვევაში პოსტტრავმულ ზრდას არ ექნება ადგილი (Tedeschi & Calhoun, 2004) ამასთანავე, პოსტტრავმული ზრდა არ არის მოსალოდნელი თუ ადამიანი ახალი გამოცდილების აკომოდაციას მოახდენს ნეგატიური გზით (მაგ: ცუდი მოვლენები ხდება და არაფრის გაკეთება არ შეგვიძლია მის თავიდან ასაცილებლად). ჯოზეფი და ლინლი (Joseph & Linley, 2005) ამტკიცებენ, რომ ადამიანი, რომელიც ახდენს ახალი გამოცდილების აკომოდაციას უარყოფითი გზით, მოწყვლადია უიმედობისა და პოსტტრავმული სტრესული აშლილობის განვითარების მიმართ. ტედეშმა და კალჰუმ (Tedeschi & Calhoun, 2004) შემოგვთავაზეს ყველაზე ამომწურავი მოდელი პოსტტრავმული ზრდის მექანიზმის. ისინი ამტკიცებენ, რომ განსჯითი (deliberative) რუმინაცია, მოვლენისთვის მნიშვნელობის მინიჭება და სოციალური მხარდაჭერა ეს ის არსებითი პროცესებია, რომლებიც ხელს უწყობენ პოსტტრავმულ ზრდას (Jayawickreme & Blackie, 2014).

## პოსტტრავმული ზრდა და რუმინაცია

ტედეშისა და კალჰუნის (2004) მოდელის მიხედვით, ორი ერთმანეთთან დაკავშირებული პროცესი - განსჯითი რუმინაცია და მოვლენისთვის მნიშვნელობის მინიჭება - ეხმარება ადამიანს გათავისუფლდეს მტანჯველი შეფასებებისგან და განაპირობებს პოსტტრავმულ ზრდას. მოვლენასთან დაკავშირებული რუმინაცია, რომელიც მოიცავს ფიქრებს რატომ და როგორ მოხდა მოვლენა, თან სდევს ძლიერ დისტრესს და ხასიათდება მომაბეზრებელი, განმეორებადი ფიქრებით, მოგონებებით და ფაქტების საწინააღმდეგო ფიქრებით, თუ როგორ შეიძლებოდა მოვლენა თავიდან აგვერიდებინა. თუმცა, როდესაც ადამიანი იწყებს ტრავმული მოვლენისთვის მნიშვნელობის მიმნიჭებელ ფიქრს - აწონ-დაწონის თუ რატომ მოხდა ის და რა შეიძლება ისწავლოს ამ გამოცდილებიდან (პროცესი, რომელსაც უწოდებენ განსჯით რუმინაციას, რომელსაც თან ახლავს მოვლენისადმი მნიშვნელობის მიმნიჭებელი ფიქრები), ამ შემთხვევაში მეტად მოსალოდნელია პოზიტიური ცხოვრებისეული ცვლილებები ახლო მომავალში (Tedeschi & Calhoun, 2004).

არსებობს რუმინაციის რამდენიმე განსხვავებული მოდელი. ყველაზე პროდუქტული რუმინაციის თეორია ეს არის ნოლენ-ჰეკსემას (Nolen-Hoeksema, 1991) თეორია. ამ თეორიის მიხედვით რუმინაცია მოიცავს განმეორებად ფიქრებს უარყოფითი მოვლენის გამომწვევი მიზეზების, სიტუაციური ფაქტორებისა და შედეგების შესახებ. კიდევ ერთი მოდელის - სტრესზე საპასუხო რუმინაციის მოდელის მიხედვით, რუმინაცია ჩნდება სტრესული მოვლენის შემდეგ (Alloy et al., 2000). თუმცა, ამ მოდელის შეზღუდვა არის ის რომ რუმინაცია განიხილება, როგორც სტრესთან დაკავშირებული ფიქრები და ის არ მოიცავს სხვა მნიშვნელოვან თემებს, როგორცაა საკუთარი თავის მიმართ უარყოფითი დამოკიდებულების გამომხატველი ფიქრები, რომლებიც სტრესორს არ უკავშირდება. კიდევ ერთი თეორია - მიზანზე ორიენტირებული თეორია გვთავაზობს რუმინაციის განსხვავებულ კონცეფციას, არა როგორც განწყობასთან დაკავშირებული რეაქცია, არამედ მარცხზე საპასუხო რეაქცია, რომელიც მიზნისკენაა ორიენტირებული. თუმცა თეორიათა უმეტესობა გვთავაზობს, რომ რუმინაცია და დეპრესია ორივე წარმართება მარცხის შემცველი გამოცდილების შედეგად, კვლევები საპირისპიროს გვიჩვენებენ. რუმინაცია სტრახილურად არსებობს რეალურად გადატანილი ან განცდილი მარცხის არარსებობის პირობებშიც (Nolen-Hoeksema & Morrow, 1991; Spasojevic & Alloy, 2001).

არსებობს რუმინაციასთან დაკავშირებული კვლევები, რომლებიც აზრთა სხვადასხვაობას იწვევს. ხშირ შემთხვევაში რუმინაციას უკავშირებენ დეპრესიას და სხვა ფსიქიკურ პრობლემებს, თუმცა საინტერესო აღმოჩენაა ის, რომ განმეორებადი

ფიქრების მაღალი მაჩვენებლები დაკავშირებულია პოსტტრავმული ზრდის მაღალ მაჩვენებლებთან (Stockton, Hunt & Joseph, 2011). ეს საინტერესოა იმ მხრივ, რომ განმეორებადი ფიქრები ჩვეულებრივ განიხილება, როგორც პოსტტრავმული სტრესის ინდიკატორი.

ემპირიული მონაცემების (Creamer, Burgess, & Pattison, 1992; Greenberg, 1995) მიხედვით, განმეორებადი ფიქრები წარმოადგენს კოგნიტურ პროცესს და ამდენად ის არის ნორმალური და ამასთანავე აუცილებელი ნაწილი ადაპტაციის პროცესის, რომელიც გამოცდილების მიღების პროცესში ხდება. კვლევებმა გვიჩვენა, რომ განმეორებადი ფიქრების სიხშირე დაკავშირებულია პოსტტრავმულ ზრდასთან (e.g., Jaarsma, Pool, Sanderman, & Ranchor, 2006; Morris, Shakespeare-Finch, Rieck, & Newbery, 2005; Park & Fenster, 2004; Shakespeare-Finch & De Dassel, 2009; Taku et al., 2007). ჯოსეფისა და ლინლის (2004) სისტემატური მიმოხილვა და ჰელგესონის, რეიმონდისა და ტომიჩის (Helgeson, Reynolds & Tomich's, 2006) მეტა-ანალიზური კვლევა, ასევე გვიჩვენებს, რომ განმეორებადი ფიქრების მაღალი მაჩვენებლები დაკავშირებულია პოსტტრავმულ ზრდასთან.

ზოგადად, შეიძლება ითქვას, რომ განმეორებადი ფიქრები პოსტტრავმული ზრდის ერთ-ერთი მნიშვნელოვანი განმსაზღვრელი ფაქტორია (Stockton, Hunt & Joseph, 2011). აქვე უნდა აღინიშნოს, რომ გარკვეული სახის განმეორებად ფიქრებს უფრო მეტი წვლილი შეაქვს კოგნიტური პროცესების წარმოებაში, მაშინ როდესაც სხვა სახის განმეორებადი ფიქრები აბრკოლებს კოგნიტურ პროცესებს და შესაბამისად პოსტტრავმულ ზრდასაც (Joseph, 2000; Siegle, Moore, & Thase, 2004). ბოლო დროს ყურადღება გამახვილებულია რუმინაციულ ფიქრებზე, როგორც განმეორებად ფიქრებზე წარსული ტრავმის შესახებ. სულ უფრო იზრდება იმ კვლევების რიცხვი, რომლებიც რუმინაციას განიხილავენ ტრავმის რეგულატორის/მაკორექტირებლის თალსაზრისით. ტრეინორმა, გონსალესმა და ნოლენ-ჰექსემამ (Treyner, Gonzalez, & Nolen-Hoeksema 2003) შემოგვთავაზეს რუმინაციის განმარტება, რომელიც უკავშირდება პოსტტრავმულ ზრდას. მათ ერთმანეთისგან გამოყვეს დარდი/გამუდმებული წუხილი „brooding“ და რეფლექსური ფიქრი/გააზრება “reflective pondering”. დარდი ხასიათდება პასიური ფოკუსით უარყოფითი ემოციების ან გამოცდილების გამომწვევი მიზეზებისა და შედეგების მიმართ, ამის ნაცვლად ადამიანი ამ დროს განმეორებითად ადარებს არსებულ სიტუაციას მიუღწეველ სტანდარტს რითაც აბრკოლებს პრობლემის მოგვარებას. ამის საპირისპიროდ, რეფლექსური ფიქრი წარმოადგენს პროცესს, რომლის საშუალებითაც ადამიანი ორიენტირებულია არსებული პრობლემის მოგვარებაზე. ის რუმინაციის შედარებით მსუბუქ ფორმას წარმოადგენს.

სწორედ ამ მიზნით - ერთმანეთისგან გამოეყოთ რუმინაციის განსხვავებული ტიპები და შეესწავლათ მათი გავლენა პოსტტრავმულ ზრდაზე, არაერთი

ბოლოდროინდელი კვლევა დაინტერესებულა. ერთ-ერთი მსგავსი კვლევა - სტოქტონის, ჰანტისა და ჯოსეფის (Stockton, Hunt & Joseph, 2011) კვლევა მოიცავდა ორ კროსსექციულ კვლევას, რომელთაგანაც პირველში ისინი იკვლევდნენ შემაწუხებელ (brooding) და რეფლექსურ (reflective) რუმინაციას, ხოლო მეორე კვლევაში მიზანმიმართული (deliberate) და აკვიატებულ (intrusive) რუმინაციას და მათ მიმართებას პოსტტრავმულ ზრდასთან. შედეგების მიხედვით აღმოჩნდა, რომ შემაწუხებელ (brooding), აკვიატებულ (intrusive) რუმინაციასა და პოსტტრავმულ ზრდას შორის არ იყო მნიშვნელოვანი კავშირი, მაშინ როდესაც მიზანმიმართული (deliberate) რუმინაცია დადებითად კორელირებდა პოსტტრავმულ ზრდასთან და რეფლექსურ (reflection) რუმინაციასა და პოსტტრავმულ ზრდას შორის იყო ასევე, მნიშვნელოვანი დადებითი კავშირი.

მნიშვნელოვანია, ასევე, რუმინაციის სხვადასხვა ტიპების დროითი თვალსაზრისით ერთმანეთისგან გამოყოფა. გამოყოფენ აკვიატებულ (Intrusive) რუმინაციას, რომელიც მოსდევს შემთხვევას მალევე; აკვიატებული რუმინაცია შემთხვევიდან მოგვიანებით არსებული; მიზანმიმართული (deliberate) რუმინაცია შემთხვევიდან მალევე არსებული და გამიზნული რუმინაცია შემთხვევიდან მოგვიანებით არსებული (Cann, Tedeschi & Calhoun, 2007). კვლევაში (Cann, Tedeschi & Calhoun, 2007) შეისწავლიდნენ დროითი თვალსაზრისით განსხვავებული ტიპის რუმინაციის როლს პოსტტრავმულ ზრდაში. შერჩევა შედგებოდა ამერიკელებისა და იაპონელებისგან. შედეგების მიხედვით აღმოჩნდა, რომ შემთხვევიდან მალევე არსებული აკვიატებული რუმინაცია დადებითად კორელირებდა პოსტტრავმულ ზრდასთან, თუმცა მიზანმიმართული (deliberate) რუმინაციის ორივე ტიპი უფრო ძლიერად წინასწარმეტყველებდა პოსტტრავმულ ზრდას. ასევე, გამოვლინდა კულტურული განსხვავებები. ამერიკელებისთვის შემთხვევიდან მოგვიანებით არსებული გამიზნული რუმინაცია, უფრო მნიშვნელოვანი იყო პოსტტრავმული ზრდისთვის, ვიდრე გამიზნული რუმინაცია შემთხვევიდან დაუყოვნებლივ არსებული, მაშინ როდესაც იაპონელებისთვის გამიზნული რუმინაციის ორივე ტიპი დადებითად იყო დაკავშირებული პოსტტრავმულ ზრდასთან (Cann, Tedeschi & Calhoun, 2007).

კიდევ ერთ კვლევაში (Calhoun, Cann, & Tedeschi, 2006), რომელშიც შეისწავლიდნენ რუმინაციას, ფსიქოლოგიურ დისტრესსა და პოსტტრავმულ ზრდას შორის მიმართებებს, მონაწილეობდნენ იაპონელი სტუდენტები. კვლევაში წარმოდგენილი იყო ორი სახის რუმინაცია აკვიატებული (intrusive) და მიზანმიმართული (deliberate) რუმინაცია. შედეგების მიხედვით, აღმოჩნდა, რომ შემაწუხებელი რუმინაცია დაკავშირებულია ფსიქოლოგიურ დისტრესსთან, ხოლო მიზანმიმართული რუმინაცია მნიშვნელოვნად კორელირებს პოსტტრავმულ ზრდასთან.

ერთ-ერთ კვლევაში (Zhang, Yan, Du, & Liu 2013) შეისწავლიდნენ მიმართებას გამკლავების სტრატეგიას, რუმინაციასა და პოსტტრავმულ ზრდას შორის აუტიზმის სპექტრის მქონე ბავშვების მშობლებში. შედეგების მიხედვით აღმოჩნდა, რომ მიზანმიმართული რუმინაცია დადებითად კორელირებდა პოსტტრავმული ზრდის „ცხოვრების დაფასების“ სუბსკალასთან. ხოლო აკვიატებული (intrusive) რუმინაცია უარყოფითად კორელირებდა „პიროვნული სიძლიერის“, „ახალი შესაძლებლობებისა“ და „სულიერი ცვლილების“ სუბსკალებთან. ნეგატიურ გამკლავების სტრატეგიებსა და პოსტტრავმულ ზრდას შორის არ იყო მნიშვნელოვანი კავშირი.

კიდევ ერთ კვლევაში (Calhoun, Cann, Tedeschi & McMillan 2000) შეისწავლიდნენ მიმართებებს შემთხვევასთან დაკავშირებულ რუმინაციას, რელიგიურ ორიენტაციასა და პოსტტრავმულ ზრდას შორის. კითხვარში მოცემული იყო ტრავმული მოვლენების ჩამონათვალი, რომელთაგანაც სტუდენტს უნდა შემოეხაზა ბოლო 3 წლის მანძილზე გადატანილი ტრავმული მოვლენა. ყველაზე ხშირად დასახელებული ტრავმული მოვლენა იყო საყვარელი ადამიანის მოულოდნელი გარდაცვალება და ავტოსაგზაო შემთხვევის შედეგად მიღებული სერიოზული დაზიანებები.

შემთხვევასთან დაკავშირებული რუმინაციის შესაფასებლად კვლევის მონაწილეებს ეკითხებოდნენ ჰქონდათ თუ არა შემთხვევიდან 2 კვირის განმავლობაში შემაწუხებელი ფიქრები და ანალიზებდნენ თუ არა შემთხვევას. რელიგიური ორიენტაციის საზომად გამოიყენეს QUEST სკალა (Batson, Schoenrade, & Ventis, 1993), რომელიც აფასებს სამ განზომილებას: ეგზისტენციალურ საკითხებთან შეხვედრის მზადყოფნა, რელიგიური ცვლილებისადმი ღიაობა და რელიგიურ რწმენასთან დაკავშირებული ეჭვები. კვლევაში გამოიყენეს, ასევე, პოსტტრავმული ზრდის 21 დებულებიანი კითვარი (PTGI: Tedeschi & Calhoun, 1996), რომელიც აფასებდა ხუთ განზომილებას: პიროვნული სიძლიერე, ინტერპერსონალური ურთიერთობები, სულიერება, ახალი შესაძლებლობები ადამიანის ცხოვრებაში და ცხოვრების დაფასება. კვლევის შედეგად აღმოჩნდა, რომ არსებობს კორელაცია პოსტტრავმულ ზრდას, შემთხვევასთან დაკავშირებულ რუმინაციასა და რელიგიურ ღიაობას შორის.

ამდენად, რუმინაციის განსხვავებული ტიპები განსხვავებული გავლენის მქონეა და შესაბამისად, მათი მიმართებაც პოსტტრავმულ ზრდასთან ერთმანეთისგან განსხვავებულ შედეგებს გვაძლევს. არსებულ კვლევებში მწირია ინფორმაცია რუმინაციის გამაშუალებელი როლის შესახებ პოსტტრავმულ ზრდასა და ინდივიდუალურ თავისებურებებს შორის არსებულ კავშირზე.



## პოსტტრავმული ზრდა და პიროვნული ნიშნები

ტენენისა და აფლეკის (Tennen and Affleck, 1998) მიხედვით, ასევე, მნიშვნელოვანი გავლენა ენიჭება პოსტტრავმულ ზრდაში პიროვნულ ნიშნებს. მაგალითად, ექსტრავერტი ადამიანები, რომლებიც ჩვეულებრივ ხალისიანები და სოციალურად აქტიურები არიან, მეტად მოსალოდნელია, რომ სოციალურ ურთიერთობებში უფრო პოზიტიურ ცვლილებებს აღიქვამენ, მაშინ როდესაც გამოცდილებისადმი ღია ადამიანები, უფრო მოსალოდნელია, რომ აღმოაჩინენ ცხოვრების ახალ საზრისს და მიზნებს. თეორეტიკოსები, ასევე, მიუთითებენ, რომ ადამიანებს მაღალი კოგნიტური შესაძლებლობებით, მაღალი თვითეფექტურობითა და იმედიანობით, პოსტტრავმული ზრდის მაღალი მაჩვენებლები აქვთ (Tedeschi & Calhoun, 1995; Tennen & Affleck, 1998). ამავე თვალსაზრისით, ადამიანები, რომლებიც ხასიათდებიან ადვილად შეგუებადობით ადრინდელი ტრავმული გამოცდილებისადმი, მეტად მოსალოდნელია, რომ ისინი კვლავ გამოცდიან პოზიტიურ ცხოვრებისეულ ცვლილებებს (Jayawickreme & Blackie, 2014).

არსებობს კორელაციური მონაცემები, რომლებიც წარმოადგენს მხარდაჭერ მტკიცებულებას ჰიპოთეზებისა, რომლის მიხედვითაც გარკვეული პიროვნული მახასიათებლები დაკავშირებულია პოსტტრავმული ზრდის თვითანგარიშის ტიპის კითხვარების მაღალ მაჩვენებლებთან. კერძოდ, ისეთი პიროვნული მახასიათებლები, როგორცაა ოპტიმიზმი, ექსტრავერსია და გამოცდილებისადმი ღიაობა, წარმოადგენენ პოსტტრავმული ზრდის მაღალი მაჩვენებლის მნიშვნელოვან პრედიქტორებს (Tedeschi & Calhoun, 1996).

დიდი ხუთეულის მახასიათებლებსა და პოსტტრავმულ ზრდას შორის მიმართების შესწავლას წლებია კვლევების მნიშვნელოვანი ნაწილი უთმობს დროს. კვლევების მიხედვით თანხმობისადმი მზაობა, კეთილსინდისიერება და გამოცდილებისადმი ღიაობა დადებითად კორელირებს პოსტტრავმულ ზრდასთან (Karanci et al., 2012). სხვა კვლევებმა გვიჩვენა, რომ თანხმობისადმი მზაობას, კეთილსინდისიერებას, ექსტრავერსიასა და პოსტტრავმულ ზრდას შორის არის ყველაზე ძლიერი დადებითი კავშირი (Owens, 2016; Wilson, & Boden, 2008). სხვა კვლევებმაც მსგავსი შედეგები შემოგვთავაზეს. კერძოდ, ექსტრავერსია და გამოცდილებისადმი ღიაობა არის პოსტტრავმული ზრდის ორი მთავარი პრედიქტორი (Staugaard et al., 2015; Zerach, 2015). დიდი ხუთეულის ამ მახასიათებლების გავლენა პოსტტრავმულ ზრდაზე ასე, თუ ისე საყოველთაო შეთანხმებას აღწევს, თუმცა უნდა ითქვას, რომ ნეიროტიციზმის მიმართება პოსტტრავმულ ზრდასთან ყველაზე მეტად ბუნდოვანი და ორაზროვანია. არსებობს კვლევები, რომლებშიც ნეიროტიციზმსა და პოსტტრავმულ ზრდას შორის დადებით კავშირზე (Karanci et al., 2012), ნეგატიურ კავშირზე (Garnefski, Kraaij, Schroevers, &



Somsen, 2008), ან საერთოდ კავშირის არარსებობაზე (Gul & Karanci, 2017; Shakespeare-Finch, Gow, & Smith, 2005; Staugaard et al., 2015) მიუთითებენ (McLarnon, 2018).

საინტერესოა პიროვნულ მახასიათებლებსა და პოსტტრავმულ ზრდას შორის არსებულ კავშირზე სხვადასხვა ცვლადის გავლენის შესწავლა. ერთ-ერთ კვლევაში შეისწავლიდნენ პიროვნული ნიშნების და პოსტტრავმული სტრესის როლს პოსტტრავმულ ზრდაზე. შედეგად აღმოჩნდა, რომ კეთილსინდისიერება, თანხმობისადმი მზაობა და გამოცდილებისადმი ღიაობა მნიშვნელოვნად და დადებითად კორელირებდა პოსტტრავმულ ზრდასთან. თუმცა ექსტრავერსიას, ნეიროტიციზმს, გამოცდილებისადმი ღიაობასა და პოსტტრავმული ზრდის ზოგიერთ განზომილებას შორის კავშირი სუსტდებოდა პოსტტრავმული სტრესის გავლენით (Isikli, et. al. 2012).

აღნიშნულ კვლევებში გვთავაზობენ პიროვნულ ნიშნებსა და პოსტტრავმულ ზრდას შორის არსებულ მიმართებაზე ინფორმაციას, თუმცა მათში მწირია ინფორმაცია იმის შესახებ, თუ რა გავლენას ახდენს რუმინაციის განსხვავებული ფორმები პიროვნულ ნიშნებსა და პოსტტრავმულ ზრდას შორის არსებულ კავშირზე. სწორედ ამ საკითხის გარკვევას ვეცდებით კვლევაში.

## პოსტტრავმული ზრდა და ხასიათის სიმტკიცეები

პოსტტრავმული ზრდის ფენომენის შესწავლის გზაზე, მნიშვნელოვანია, ასევე, ისეთი პიროვნული მახასიათებლის როლის განსაზღვრა, როგორც არის ხასიათის სიმტკიცეები. პოზიტიური ფსიქოლოგიის წარმომადგენლები ყურადღებას ამახვილებენ ხასიათის სიმტკიცეების შესწავლაზე, რადგან ეს ერთ-ერთი მთავარია იმ მნიშვნელოვან კონსტრუქტთა შორის, რომლებიც დაკავშირებულნი არიან ფსიქოლოგიურ კეთილდღეობასა და კარგად ყოფნის განცდასთან (Seligman & Csikszentmihalyi, 2000). ხასიათის სიმტკიცეები შეიძლება განისაზღვროს, როგორც პიროვნების პოზიტიური მახასიათებლები, რომლებიც გავლენას ახდენს ადამიანის ფიქრებზე, გრძნობებსა და ქცევებზე (Park, Petersons, & Seligman, 2004). პეტერსონისა და სელიგმანის (2004) მიხედვით, „კარგი ხასიათი“ არსებითად მნიშვნელოვანია ადამიანის ფუნქციონირებისთვის. მათ შემოგვთავაზეს 24 ხასიათის სიმტკიცე, რომლებიც გაერთიანებულია 6 განზომილებაში:

1. სიბრძნე და ცოდნა.
  - შემოქმედებითობა
  - ცნობისმოყვარეობა
  - გონებაგახსნილობა/კრიტიკული აზროვნება
  - სწავლის სიყვარული
  - შორსმჭვრეტელობა/სიბრძნე
2. სიამაყე
  - გულწრფელობა
  - სიმტკიცე/გამბედაობა
  - შეუპოვრობა
  - ცხოვრების წყურვილი
3. ჰუმანურობა
  - სიკეთე
  - სიყვარული
  - სოციალური ინტელექტი
4. სამართლიანობა
  - სამართლიანობა
  - ლიდერობა
  - გუნდური მუშაობა
5. ზომიერება
  - მიმტევებლობა
  - თავმდაბლობა
  - წინდახედულება
  - საკუთარი-თვის მართვა

## 6. ტრანსცედენტულობა

- მშვენიერებისა და სრულყოფილების დაფასება
- მაღლიერება
- იმედი
- იუმორი
- სულიერება/საზრისის განცდა

პეტერსონისა და სელიგმანის მიხედვით, ხასიათის სიმტკიცე აძლიერებს ფსიქოლოგიური კარგად ყოფნის განცდას და განაპირობებს უფრო დადებით ემოციებს, მიზნისკენ სწრაფვას, წარმატებასა და ადამიანებთან უფრო კარგ ურთიერთობებს (Peterson and Seligman, 2004; Seligman, 2011).

კვლევების მიხედვით ხასიათის სიმტკიცეები დადებითად კორელირებს ცხოვრებით კმაყოფილებასთან, ბედნიერებისა და კარგად ყოფნის განცდასთან (Ruch, et.al 2007; Tsukayama, et.al 2010; Lee, et.al 2015). ის ასევე, დაკავშირებულია სუბიექტური კარგად ყოფნის განცდასთან, მენტალურ და ფიზიკურ ჯანმრთელობასთან და სამუშაოთი კმაყოფილებასთან (Peterson & Park, 2011; Allan & Duffy, 2014; Douglass & Duffy, 2014).

რაც შეეხება ხასიათის სიმტკიცეებსა და პოსტტრავმულ ზრდას შორის არსებულ მიმართებას, რადმენიმე თანამედროვე კვლევა გვთავაზობს, მათ შორის მიმართების მიმოხილვას. კვლევების მიხედვით, ხასიათის სიმტკიცეების ყველა მახასიათებელსა და პოსტტრავმულ ზრდას შორის არის მცირე დადებითი, თუმცა მნიშვნელოვანი კავშირი (Peterson, Park, Pole, & Seligman, 2008; Guse, Hudson, 2013). ხასიათის სიმტკიცეების მახასიათებლებიდან სიკეთე, მაღლიერება და სულიერება არის პოსტტრავმული ზრდის ყველაზე ძლიერი პრედიქტორი (Peterson, Park, Pole, & Seligman, 2008).

ერთ-ერთ კვლევაში შეისწავლიდნენ ხასიათის სიმტკიცეების როლს გამოჯანრთელებაში. კვლევის შედეგად, აღმოჩნდა, რომ ხასიათის სიმტკიცეების მახასიათებლებს - სილამაზის დაფასება, სიმამაცე, ცნობისმოყვარეობა, სამართლიანობა, პატიება, მაღლიერება, იუმორი, სიკეთე, სწავლის სიყვარული და სულიერება სუსტად და დადებითად უკავშირდებოდა ავადმყოფობის ისტორიას იმ ადამიანებთან, რომლებიც გამოჯანმრთელდნენ (Peterson, Park, Seligman, 2007). ამდენად, მსგავსი კავშირი იმ კვლევების სასარგებლოდ მეტყველებს, რომლებმაც ხასიათის სიმტკიცეებსა და პოსტტრავმულ ზრდას შორის დადებითი კავშირი დაადასტურეს. თუმცა, არსებულ კვლევებში მწირია ინფორმაცია რუმინაციის განსხვავებული ფორმების გავლენის შესახებ პოსტტრავმულ ზრდასა და ხასიათის სიმტკიცეებს შორის არსებულ კავშირზე.

## პოსტტრავმული ზრდა და ემოციური ინტელექტი

კიდევ ერთი პიროვნული მახასიათებელი, რომელიც უნდა მიმოვიხილოთ პოსტტრავმულ ზრდასთან მიმართებით, არის ემოციური ინტელექტი. არსებობს ემოციური ინტელექტის ორი ფართოდ გავრცელებული მოდელის ჯგუფი: ემოციური ინტელექტი როგორც უნარი და ემოციური ინტელექტი როგორც პიროვნული ნიშანი. ემოციური ინტელექტი, როგორც პიროვნული ნიშანი არის ემოციებთან დაკავშირებული თვით-პერცეფციების ერთობლიობა, სხვა სიტყვებით რომ ვთქვათ, ემოციებთან დაკავშირებული დისპოზიციების და უნარების თვითაღქმა (Petrides, Furnham, 2001). ემოციური ინტელექტი, როგორც პიროვნული ნიშანი იზომება თვითანგარიშის ტიპის კითხვარით (Trait Emotional Intelligence Questionnaire TEIQue-AF, TEIQue\_AF; Petrides, 2009), რომელიც აფასებს 15 განზომილებას: ადაპტაცია, რაც გულისხმობს მოქნილობას და ახალ სიტუაციაში ადაპტირების მზადყოფნას; ასერტულობა, რაც გულისხმობს გულახდილობას, პირდაპირობას, გულწრფელობასა და სამართლიანობას; საკუთარი და სხვისი ემოციების აღქმა, რაც გულისხმობს საკუთარი და სხვების ემოციების გაგებას; ემოციების გამოხატვა, უნარი ურთიერთობა დაამყარო სხვებთან ემოციების გამოყენებით; სხვების ემოციების მართვა, უნარი გავლენა მოახდინო სხვების გრძნობებზე; ემოციების რეგულაცია, უნარი მართო ემოციები; იმპულსის კონტროლი, უნარი აკონტროლო ძლიერი სურვილები; ურთიერთობები, უნარი გქონდეს დამაკმაყოფილებელი ურთიერთობები სხვებთან; თვითშეფასება; თვითმოტივაცია, რაც გულისხმობს მოქმედებას/აქტიურობას და სირთულეებთან გამკლავებას; სოციალური ცნობიერება, რაც გულისხმობს ძალიან კარგ სოციალურ უნარებს; სტრესის მართვა, უნარი გაუძლო ზეწოლას და გაუმკლავდე სტრესს; ემპათია, როგორც პიროვნული ნიშანი, უნარი დაინახო სხვისი პერსპექტივიდან; ბედნიერება, როგორც პიროვნული ნიშანი, რაც გულისხმობს მხიარულებასა და ცხოვრებით კმაყოფილებას და ოპტიმიზმი, როგორც პიროვნული ნიშანი, უნარი აღიქვას სამყარო ნათელ ფერებში. ის ზომავს, ასევე, 4 ძირითად ფაქტორს: ემოციურობა, სოციალურობა, კარგად ყოფნის განცდა და თვითკონტროლი.

კვლევების მიხედვით ემოციური ინტელექტი დადებითად კორელირებს ლიდერობასთან, სამუშაოს შესრულებასთან, (Kerr, et. al. 2006; Higg, & Aitken, 2003; Rosete, & Ciarrochi, 2005), სამუშაოთი კმაყოფილებასთან (Sy, Tram, O'Hara, 2006; Chiva, & Alegre, 2008). სხვა კვლევებმა გვიჩვენა, რომ ემოციური ინტელექტი დადებითად და ძლიერად კორელირებს სუბიექტურ და ემოციურ კარგად ყოფნის განცდასთან და თვითშეფასებასთან (Schutte, et.al. 2010). რაც შეეხება ემოციურ ინტელექტსა და პოსტტრავმატულ ზრდას შორის არსებულ მიმართებას, კვლევების მიხედვით, ემოციურ ინტელექტსა და პოსტტრავმულ ზრდას შორის კავშირი დადებითია (Li, et. al. 2014; Finzi-Dottan, et.al. 2010), პიროვნული ზრდა მნიშვნელოვნად უკავშირდება

ემოციების რეგულაციას (Gruhn et al., 2008; Monson et al., 2004; Milanak et al, 2009) და ემოციური ინტელექტი მოდერატორია პტზ-სა და ემოციების ექსპრესიას შორის (Linley, Felus, Gillett, & Joseph, 2011). თუმცა ამ კვლევებში მწირია ინფორმაცია რუმინაციის გამაშუალებელი როლის შესახებ პოსტტრავმულ ზრდასა და ემოციურ ინტელექტს შორის არსებულ კავშირზე, მით უფრო, ისეთი სპეციფიკური პოტენციური მატრავმირებელი გამოცდილების მქონე მოზარდების მაგალითზე, რომელთა მშობლებიც ემიგრირებულები არიან საქართველოდან .

## მშობლების ემიგრაცია

მშობლების ემიგრაციაში წასვლა და შვილების მშობლიურ ქვეყანაში დატოვება, სხვადასხვა სახის სოციალურ-ეკონომიკური პრობლემის გამო, გავრცელებული პრობლემაა განვითარებადი ქვეყნებისთვის. ევროსტატის მონაცემების მიხედვით, მხოლოდ 2017 წელს 2,4 მილიონი იმიგრანტი ჩავიდა ევროპაში არაევროპული ქვეყნებიდან (eurostat, 2019). 2016 წელს ემიგრანტებმა განვითარებადი ქვეყნებიდან, დაახლოებით \$413 ბილიონი ოდენობის ფულადი გზავნილი განახორციელეს ოჯახებში (United Nations, 2017). სწორედ ფულადი გზავნილები წარმოადგენს ძირითად შემოსავალს განვითარებად ქვეყანაში მცხოვრები ოჯახებისთვის. არსებობს ერთი მხრივ, მსგავსი სახის ეკონომიკური სარგებელი, რომლის საშუალებითაც უმჯობესდება მშობლიურ ქვეყანაში დარჩენილი ოჯახის წევრების ცხოვრების პირობები (Alcaraz, C. P. et al., 2012), ხოლო მეორე მხრივ ამ ყველაფრის უკან დგას მშობლის მზრუნველობის გარეშე დარჩენილი ბავშვები და მოზარდები, რომლებიც მრავალი სახის პრობლემის წინაშე აღმოჩნდებიან ხოლმე, რადგან მათი კეთილდღეობა არ უკავშირდება მხოლოდ უკეთეს სოციალურ-ეკონომიკურ პირობებს, მათ, ასევე, არსებითად სჭირდებათ მშობლის გვერდით ყოფნა და მზრუნველობა.

მნიშვნელოვანი გავლენა ენიჭება, ასევე, იმ ფაქტორს თუ რომელი მშობელი იმყოფება ემიგრაციაში. კვლევის მიხედვით (Cortes, 2013), დედის ემიგრაციაში ყოფნა უფრო მნიშვნელოვან უარყოფით გავლენას ახდენს ბავშვის ცხოვრების სხვადასხვა სფეროზე, ვიდრე მამის. განსაკუთრებით ზარალდება აკადემიური სფერო.

ერთ-ერთი კვლევის (Batistella & Conaco, 1998) მიხედვით, რომელშიც ერთმანეთს ადარებდნენ ემიგრანტი მშობლის შვილების და მათი თანაკლასელების (არაემიგრანტი მშობლების) აკადემიურ მოსწრებასა და ემოციურ მდგომარეობას აღმოჩნდა, რომ ემიგრანტი მშობლის შვილებს ჰქონდათ უფრო დაბალი აკადემიური მოსწრება მათ თანაკლასელებთან შედარებით. ასევე, ისინი ხასიათდებოდნენ ბრაზის მაღალი დონით და აპათიურობით.

ერთ-ერთი კვლევის (Smith, A., Lalonde, R. N., & Johnson, S., 2004) მიხედვით, რომელშიც იკვლევდნენ თუ რა გავლენას ახდენს მშობლის ემიგრაციაში ყოფნა ბავშვსა და მშობელს შორის ურთიერთობაზე, ბავშვის თვითშეფასებასა და ქცევაზე, აღმოჩნდა, რომ მშობლის ემიგრაციაში ყოფნას უარყოფითი გავლენა აქვს ბავშვის თვითშეფასებასა და ქცევაზე, ხოლო ბავშვსა და მშობელს შორის ურთიერთობისთვის კრიტიკულად მნიშვნელოვანი აღმოჩნდა მშობლის ემიგრაციაში ყოფნის ხანგძლივობა. მშობლის ხანგძლივ სიმორეს უარყოფითი გავლენა აქვს მშობელსა და შვილს შორის ურთიერთობაზე.

ამდენად, მშობლის ემიგრაციაში ყოფნასთან დაკავშირებით შეგვიძლია ვისაუბროთ ორმაგ ეფექტზე - დადებითსა და უარყოფითზე. დადებითი ეს არის ეკონომიკური სარგებელი და ცხოვრების გაუმჯობესებული პირობები (Alcaraz, C. P. et al., 2012), ხოლო უარყოფითი ბავშვების სოციალურ-ემოციური სფერო და აკადემიური მოსწრება.

## კვლევის მეთოდი

### კვლევის მონაწილეები

კვლევაში მონაწილეობა მიიღო 12-18 წლამდე ასაკის მოზარდმა, რომელთა მშობელი იმყოფებოდა ემიგრაციაში. სულ 171 მონაწილე, მათ შორის 68 ბიჭი და 103 გოგო. საშუალო ასაკი 14.6, სტანდარტული გადახრით 1.78. მონაწილეთა 35%-ის შემთხვევაში ემიგრაციაში იმყოფება მამა, 48% - დედა, 17% - ორივე მშობელი. მშობლების ემიგრაციაში ყოფნის ხანგრძლივობა მინიმუმ 1 თვე და მაქსიმუმ - 430 თვე. საშუალო მაჩვენებელი - 53,9, სტანდარტული გადახრით - 54,9.

### კვლევის ინსტრუმენტები

პოსტტრავმული ზრდის შესაფასებლად, გამოვიყენეთ პოსტტრავმული ზრდის კითხვარი მოზარდებისათვის (Posttraumatic growth for children and adolescents (PTGI-C; Cryder, Kilmer, Tedeschi & Calhoun, 2006) (ქართული ვერსია: Panjikidze & Martskvishvili, 2015), რომელიც შედგება 21 დებულებისგან. მოცემულ კვლევაში კითხვარს აქვს კარგი ინტერნალური შეთანხმებულობა, Cronbach's alpha = .87. თითოეულ დებულების შესაფასებლად გამოიყენება 4-ბალიანი სკალა, სადაც 1 ნიშნავს სრულიად არ ვეთანხმები, 4 - სრულიად ვეთანხმები. კითხვარი აფასებს 5 ძირითად სფეროს: 1. ახალი შესაძლებლობები; 2. სხვებთან კავშირი; 3. პიროვნული სიძლიერე; 4. სულიერი ცვლილება და 5. ცხოვრების დაფასება.

რუმინაციის შესაფასებლად კვლევაში გამოვიყენეთ რუმინაციის საკვლევი კითხვარი (Ruminative Response Scale, RRS; Nolen-Hoeksema, 1991), რომელიც შედგება 22 დებულებისგან. თითოეული დებულების შესაფასებლად გამოიყენება ლაიკერტის ტიპის 4-ბალიანი სკალა, სადაც 1 ნიშნავს არასოდეს, 4- ყოველთვის. მოცემულ კვლევაში კითხვარს აქვს კარგი ინტერნალური შეთანხმებულობა, Cronbach's alpha = .9.

დიდი ხუთეული მახასიათებლების შესაფასებლად კვლევაში გამოვიყენეთ პიროვნების შესაფასებელი ათდებულიანი კითხვარი (Ten item of Personality Measure, TIPI; Gosling, Rentfrow, & Swann, 2003), რომელიც შედგება 10 დებულებისგან. თითოეული დებულება ფასდება ლაიკერტის ტიპის 7-ბალიანი სკალით, სადაც 1 ნიშნავს სრულიად არ ვეთანხმები, 7 - სრულიად ვეთანხმები. კითხვარი აფასებს პიროვნების ხუთ განზომილებას - ექსტრავერსია, გამოცდილებისადმი ღიაობა, თანხმობისადმი მზაობა, კეთილსინდისიერება და ნეიროტიციზმი.

ხასიათის სიმტკიცეების შესაფასებლად გამოვიყენეთ ხასიათის სიმტკიცეების საზომი კითხვარი - ხასიათის სიმტკიცეების გლობალური შეფასება (Global



Assessment of Character Strengths- 24; GACS-24) (McGrath, 2017), რომელიც შედგება 24 დებულებისგან და აფასებს 6 განზომილებას: სიბრძნე, სიმამაცე, ჰუმანურობა, სამართლიანობა, ზომიერება და ტრანსცედენტულობა. თითოეული დებულება ფასდება ლაინკერტის ტიპის 7-ბალიან სკალაზე, სადაც 1 ნიშნავს სრულიად არ ვეთანხმები, 7 -სრულიად ვეთანხმები. მოცემულ კვლევაში კითხვარს აქვს კარგი შინაგანი შეთანხმებულობა Cronbach's alpha = .86.

ემოციური ინტელექტის შესაფასებლად გამოვიყენეთ ემოციური ინტელექტის როგორც პიროვნული ნიშნის საკვლევი კითხვარის მოზარდების ვერსია (Trait Emotional Intelligence Questionnaire TEQue-AF, TEIQUe\_AF; Petrides, 2009; ქართული ვერსია: Martskvishvili et al, 2013), რომელიც შედგება 153 დებულებისგან. თითოეული დებულება ფასდება 7-ბალიანი სკალით, სადაც 1 ნიშნავს სრულიად არ ვეთანხმები, 7 - სრულიად ვეთანხმები. კითხვარი აფასებს 15 განზომილებას: ადაპტაცია, ასერტულობა, ემოციების აღქმა, ემოციების გამოხატვა, ემოციების მართვა, ემოციების რეგულაცია, იმპულსის კონტროლი, ურთიერთობები, თვითშეფასება, თვითმოტივაცია, სოციალური გაცნობიერება, სტრესის მართვა, ემპათია, როგორც პიროვნული ნიშანი, ბედნიერება, როგორც პიროვნული ნიშანი და ოპტიმიზმი, როგორც პიროვნული ნიშანი. ის ასევე, აფასებს 4 ძირითად ფაქტორს: ემოციურობა, სოციალურობა, კარგად ყოფნის განცდა და თვითკონტროლი. კითხვარს აქვს ძალიან კარგი ინტერნალური შეთანხმებულობა Cronbach's alpha = .94.

### კვლევის პროცედურა

მონაცემები შეგროვდა ქალაქ თბილისის მასშტაბით 15 საჯარო სკოლაში, მე-6-დან მე-11 კლასის ჩათვლით მოსწავლეებთან. როგორც მონაწილეებისაგან, ასევე, მშობლებისგან მივიღეთ ინფორმირებული თანხმობა კვლევაში მოზარდის მონაწილეობის შესახებ. კითხვარის ადმინისტრირება საშუალოდ გრძელდებოდა 50 წუთის განმავლობაში. მონაწილეები კითხვარზე მუშაობას იწყებდნენ სტანდარტული ზეპირი ინსტრუქციის შემდეგ, რომელიც ასევე მოცემული იყო კითხვარის დასაწყისშიც წერილობითი სახით.

## შედეგები

ინსტრუმენტის აღწერითი სტატისტიკისა და სანდოობის მაჩვენებლები  
მოტანილია ცხრილში N1.

ცხრილი N1. აღწერითი სტატისტიკა და სანდოობის მაჩვენებლები

	ბიჭები				გოგონები			
	N	$\alpha$	M	SD	$\alpha$	M	SD	t
<b>რუმინაცია</b>								
დეპრესიასთან დაკავშირებული	12	.84	25.27	6.4	.88	26.95	7.78	-1.45
აკვიატებული	5	.70	11.82	3.38	.76	12.36	3.65	-.97
რეფლექსური	5	.69	11.87	3.46	.68	12.59	3.23	-1.39
რუმინაცია - კომპოზიტი	22	.89	49.30	11.43	.92	51.79	13.09	-1.24
<b>პოსტტრავმული ზრდა</b>								
სხვებთან ურთიერთობა	7	.76	20.46	4.37	.76	19.84	4.34	.903
ახალი შესაძლებლობები	5	.59	15.02	3.15	.70	14.98	3.39	.067
პიროვნული სიძლიერე	4	.66	12.73	2.38	.72	12.88	2.67	-.37
სულიერი ცვლილება	2	.71	5.61	1.82	.66	5.18	1.84	1.46
ცხოვრების დაფასება	3	.56	9.31	2.12	.74	9.62	2.22	-.92
პოსტტრავმული ზრდა-კომპოზიტი	21	.87	63.63	10.52	.88	62.86	10.84	.44
<b>ხასიათის სიმტკიცეები</b>								
სიბრძნე და ცოდნა	5	.72	23.91	5.86	.75	24.77	6.03	-.91
სიმაღაცე	4	.53	22.21	4.09	.64	21.52	4.56	.99
ჰუმანურობა	3	.51	16.5	3.37	.64	17.05	3.34	-1.04
სამართალი	3	.44	15.49	3.8	.53	15.71	3.51	-.4
თავშეკავებულობა	4	.55	18.64	4.72	.55	20.01	4.55	-1.8
ტრანსცედენტულობა	5	.60	26.89	5.33	.58	26.21	5.32	.8
ხასიათის სიმტკიცეები-კომპოზიტი	24	.84	124.33	18.72	.88	126.6	20.38	-.7
<b>დიდი ხუთეული</b>								
ექსტრავერსია	2	.32	9.78	3.10	.44	10.14	3.09	-.74
ნეიროტიციზმი	2	.08	7.9	2.94	.28	8.1	3.02	.42
კეთილსინდისიერება	2	.15	10.71	2.58	.27	10.59	2.49	.29
თანხმობისადმი მზაობა	2	.31	10.28	3.05	.31	10.64	2.73	-.81
გამოცდილებისადმი ღიაობა	2	.30	9.78	2.88	.06	10.04	2.49	-.74

	ბიჭები				გოგონები			
	N	$\alpha$	M	SD	$\alpha$	M	SD	t
<b>ემოციური ინტელექტი</b>								
ადაპტურობა	9	.57	4.34	0.82	.70	4.27	0.95	0.51
ასერტულობა	9	.67	4.70	0.97	.65	4.56	0.98	0.88
ემოციების გამოხატვა	10	.65	4.59	1.00	.78	4.34	1.19	1.37
ემოციების მართვა	9	.51	4.76	0.87	.69	5.03	0.92	-1.86
ემოციების აღქმა	10	.63	4.58	0.86	.73	4.36	1.03	1.39
ემოციების რეგულაცია	12	.67	4.09	0.91	.63	3.93	0.86	1.17
იმპულსურობა	9	.62	4.32	0.96	.74	4.15	1.08	1.02
ურთიერთობები	9	.62	5.296	0.91	.70	5.11	0.99	1.21
თვითშეფასება	11	.81	4.94	1.09	.84	4.78	1.13	0.92
თვითმოტივაცია	10	.45	4.63	0.76	.75	4.70	1.01	-0.52
სოციალური ცნობიერება	11	.59	4.87	0.82	.66	4.82	0.83	0.38
სტრესის მართვა	10	.62	4.49	0.90	.58	4.12	0.90	<b>2.62**</b>
ემპათია	9	.55	4.85	0.86	.67	5.09	0.89	-1.67
ბედნიერება	8	.79	5.27	1.18	.85	5.17	1.28	0.54
ოპტიმიზმი	8	.78	5.08	1.09	.85	5.06	1.23	0.13
ემოციურობა	4	.65	4.88	0.62	.72	4.73	.753	1.21
სოციალურობა	3	.63	4.78	0.67	.66	4.79	.714	-0.2
კარგად ყოფნის განცდა	3	.86	5.09	0.99	.86	5.02	1.05	0.04
თვითკონტროლი	3	.67	4.30	0.72	.77	4.08	0.79	1.76
ემოციური ინტელექტი გლობ.	15	.86	4.74	0.55	.89	4.65	.635	0.83

*\*\*p<.01; \*p<.05; \*\*\*p<.001*

სტატისტიკურად სანდო აღმოჩნდა ცალკეული სკალის მიხედვით სქესთა შორის განსხვავებები სტრესის მართვის მიხედვით (იხ. ცხრილი N1). კერძოდ:

- სტრესის მართვის სკალის მაჩვენებელი უფრო მაღალია მამაკაცებთან ( $M = 4.5$ ,  $SD = 0.9$ ), ვიდრე ქალებთან ( $M = 4.12$ ,  $SD = 0.9$ ),  $t(163) = 2.62$ ,  $p < .01$ .

### კორელაციური ანალიზი

#### პოსტტრავმული ზრდა და ემოციური ინტელექტი

მონაცემთა კორელაციური ანალიზის შედეგად (პირსონის  $r$  კორელაციის კოეფიციენტი) აღმოჩნდა, რომ პოსტტრავმული ზრდის საერთო მაჩვენებელს, ცალკეულ სკალებსა და ემოციური ინტელექტის გლობალურ მაჩვენებელს და ცალკეულ სკალებს შორის არსებობს სტატისტიკურად მნიშვნელოვანი კავშირი (იხ. ცხრილი N2). კერძოდ:

- პოსტტრავმული ზრდის სხვებთან ურთიერთობების სკალა სუსტად და დადებითად კორელირებს ემოციური ინტელექტის ემოციების გამოხატვის ( $r = .22, p < .01$ ), ურთიერთობების ( $r = .27, p < .01$ ), სოციალური ცნობიერების ( $r = .2, p < .01$ ), სტრესის მართვის ( $r = .22, p < .01$ ), ემპათიის ( $r = .2, p < .05$ ), ოპტიმიზმის ( $r = .29, p < .01$ ), ემოციურობის ( $r = .26, p < .01$ ), კარგად ყოფნის განცდის ( $r = .27, p < .01$ ), თვითკონტროლის სკალასა ( $r = .17, p < .05$ ) და ემოციური ინტელექტის საერთო მაჩვენებელთან ( $r = .26, p < .01$ ).
- პოსტტრავმულ ზრდის სხვებთან ურთიერთობების სკალა საშუალო, ზომიერი სიძლიერით კორელირებს ემოციური ინტელექტის ბედნიერების, როგორც პიროვნული ნიშნის შესაფასებელი სკალის მაჩვენებელთან ( $r = .35, p < .01$ ).
- პოსტტრავმული ზრდის ახალი შესაძლებლობების სკალა სუსტად და დადებითად კორელირებს ემოციური ინტელექტის ასერტულობის ( $r = .17, p < .05$ ), სოციალური ცნობიერების ( $r = .24, p < .01$ ), სტრესის მართვის ( $r = .18, p < .05$ ), ემპათიის ( $r = .16, p < .05$ ), ბედნიერების ( $r = .18, p < .05$ ), ოპტიმიზმის ( $r = .15, p < .05$ ), სოციალურობის სკალასა ( $r = .17, p < .05$ ) და ემოციური ინტელექტის საერთო მაჩვენებელთან ( $r = .24, p < .01$ ).
- პოსტტრავმული ზრდის ახალი შესაძლებლობების სკალა საშუალო, ზომიერი სიძლიერით კორელირებს ემოციური ინტელექტის თვითმოტივაციის ფაქტორთან ( $r = .34, p < .01$ ).
- პოსტტრავმული ზრდის პიროვნული სიძლიერის სკალა სუსტად და დადებითად კორელირებს ემოციური ინტელექტის ადაპტურობის ( $r = .22, p < .01$ ), ასერტულობის ( $r = .29, p < .01$ ), ემოციების აღქმის ( $r = .24, p < .01$ ), იმპულსურობის ( $r = .21, p < .01$ ), სოციალური ცნობიერების ( $r = .29, p < .01$ ), სტრესის მართვის ( $r = .25, p < .01$ ), ემპათიის ( $r = .19, p < .05$ ), ემოციურობის ( $r = .27, p < .01$ ) და თვითკონტროლის სკალის მაჩვენებელთან ( $r = .24, p < .01$ ).
- პოსტტრავმული ზრდის პიროვნული სიძლიერის სკალა საშუალო, ზომიერი სიძლიერით კორელირებს ემოციური ინტელექტის თვითშეფასების ( $r = .35, p < .01$ ), თვითმოტივაციის ( $r = .40, p < .01$ ), ბედნიერების, ( $r = .36, p < .01$ ), ოპტიმიზმის ( $r = .30, p < .01$ ), სოციალურობის ( $r = .30, p < .01$ ), კარგად ყოფნის განცდის სკალის ( $r = .37, p < .01$ ) და ემოციური ინტელექტის საერთო მაჩვენებელთან ( $r = .43, p < .01$ ).
- პოსტტრავმული ზრდის სულიერი ცვლილების სკალა სუსტად და დადებითად კორელირებს ემოციური ინტელექტის თვითმოტივაციის ( $r = .21, p < .01$ ), სოციალური ცნობიერების ( $r = .25, p < .01$ ), სტრესის მართვის ( $r = .2, p < .01$ ), ბედნიერების ( $r = .28,$

$p < .01$ ), ოპტიმიზმის ( $r = .24, p < .01$ ), კარგად ყოფნის განცდის სკალის ( $r = .2, p < .05$ ) და ემოციური ინტელექტის საერთო მაჩვენებელთან ( $r = .18, p < .05$ ).

- პოსტტრავმული ზრდის ცხოვრების დაფასების სკალა სუსტად და დადებითად კორელირებს ემოციური ინტელექტის ემოციების გამოხატვის ( $r = .17, p < .05$ ), თვითშეფასების ( $r = .27, p < .01$ ), თვითმოტივაციის ( $r = .29, p < .01$ ), სოციალური ცნობიერების ( $r = .27, p < .01$ ), ემპათიის ( $r = .15, p < .05$ ), ემოციურობის ( $r = .25, p < .01$ ) და თვითკონტროლის სკალის მაჩვენებლებთან ( $r = .22, p < .01$ ).
- პოსტტრავმული ზრდის ცხოვრების დაფასების სკალა საშუალო, ზომიერი სიძლიერით დადებითად კორელირებს ემოციური ინტელექტის ურთიერთობების ( $r = .33, p < .01$ ), სტრესის მართვის ( $r = .304, p < .01$ ), ბედნიერების ( $r = .49, p < .01$ ), ოპტიმიზმის ( $r = .47, p < .01$ ), კარგად ყოფნის განცდის სკალის ( $r = .45, p < .01$ ) და ემოციური ინტელექტის საერთო მაჩვენებელთან ( $r = .36, p < .01$ ).
- პოსტტრავმული ზრდის სკალის საერთო მაჩვენებელი სუსტად და დადებითად კორელირებს ემოციური ინტელექტის იმპულსურობის ( $r = .17, p < .05$ ), ურთიერთობების ( $r = .25, p < .01$ ), თვითშეფასების ( $r = .22, p < .01$ ), ემპათიის ( $r = .21, p < .01$ ), ემოციურობის ( $r = .26, p < .01$ ) და თვითკონტროლის სკალის მაჩვენებელთან ( $r = .23, p < .01$ ).
- პოსტტრავმული ზრდის საერთო მაჩვენებელი საშუალოდ, ზომიერი სიძლიერით კორელირებს ემოციური ინტელექტის თვითმოტივაციის ( $r = .36, p < .01$ ), სოციალური ცნობიერების ( $r = .32, p < .01$ ), სტრესის მართვის ( $r = .31, p < .01$ ), ბედნიერების ( $r = .43, p < .01$ ), ოპტიმიზმის ( $r = .37, p < .01$ ), კარგად ყოფნის სკალის ( $r = .38, p < .01$ ) და ემოციური ინტელექტის გლობალურ მაჩვენებელს შორის ( $r = .37, p < .01$ ).

## ცხრილი N2. კორელაციები პოსტტრავმული ზრდის მაჩვენებლებსა და ემოციური ინტელექტის ცალკეულ ასპექტებს შორის

	სხვებთან ურთ.	ახალი შესაძლ.	პირ. სიძლიერე	სულიერი ცვლ.	ცხოვრ. დაფ.	PTG
ადაპტურობა	.019	.112	<b>.216**</b>	.084	.111	.128
ასერტულობა	-.118	<b>.165*</b>	<b>.293**</b>	.069	-.048	.089
ემოციების გამოხატვა	<b>.216**</b>	.013	.063	.094	<b>.172*</b>	.149
ემოციების მართვა	-.067	-.054	.106	-.076	.006	-.038
ემოციების აღქმა	.107	.084	<b>.236**</b>	.023	.117	.149
ემოციების რეგულაცია	.039	.080	.068	.101	.136	.086
იმპულსურობა	.128	.067	<b>.212**</b>	.038	.122	<b>.174*</b>
ურთიერთობები	<b>.272**</b>	.024	.136	.054	<b>.327**</b>	<b>.250**</b>
თვითშეფასება	.075	.077	<b>.351**</b>	.050	<b>.269**</b>	<b>.222**</b>
თვითმოტივაცია	.135	<b>.341**</b>	<b>.403**</b>	<b>.205**</b>	<b>.292**</b>	<b>.364**</b>
სოციალური ცნობიერება	<b>.201**</b>	<b>.242**</b>	<b>.285**</b>	<b>.247**</b>	<b>.267**</b>	<b>.318**</b>
სტრესის მართვა	<b>.218**</b>	<b>.177*</b>	<b>.249**</b>	<b>.204**</b>	<b>.304**</b>	<b>.307**</b>
ემპათია	<b>.200*</b>	<b>.164*</b>	<b>.189*</b>	.119	<b>.154*</b>	<b>.208**</b>
ბედნიერება	<b>.354**</b>	<b>.181*</b>	<b>.358**</b>	<b>.284**</b>	<b>.492**</b>	<b>.434**</b>
ოპტიმიზმი	<b>.286**</b>	<b>.154*</b>	<b>.303**</b>	<b>.244**</b>	<b>.466**</b>	<b>.371**</b>
ემოციურობა	<b>.255**</b>	.096	<b>.266**</b>	.081	<b>.249**</b>	<b>.261**</b>
სოციალურობა	.002	<b>.165*</b>	<b>.302**</b>	.094	.094	.158
კარგად ყოფნის განცდა	<b>.272**</b>	.152	<b>.370**</b>	<b>.198*</b>	<b>.454**</b>	<b>.376**</b>
თვითკონტროლი	<b>.170*</b>	.138	<b>.238**</b>	.131	<b>.215**</b>	<b>.234**</b>
ემოციური ინტელექტი	<b>.261**</b>	<b>.238**</b>	<b>.427**</b>	<b>.178*</b>	<b>.362**</b>	<b>.372**</b>

\*\* $p < .01$ ; \* $p < .05$ ; \*\*\* $p < .001$

## პოსტტრავმული ზრდა და ხასიათის სიმტკიცეები

მონაცემთა კორელაციური ანალიზის შედეგად (პირსონის  $r$  კორელაციის კოეფიციენტი) აღმოჩნდა, რომ ხასიათის სიმტკიცეების საერთო მაჩვენებელს, ცალკეულ სკალებსა და პოსტტრავმული ზრდის საერთო მაჩვენებელს და ცალკეულ სკალებს შორის არსებობს სტრატისტიკურად მნიშვნელოვანი კავშირი (იხ. ცხრილი N3). კერძოდ:

- სუსტი დადებითი კორელაცია ხასიათის სიმტკიცეების სიბრძნე და ცოდნის ფაქტორსა და პოსტტრავმული ზრდის სხვებთან ურთიერთობების ( $r = .21, p < .01$ ) და ცხოვრების დაფასების სკალის მაჩვენებელს შორის ( $r = .27, p < .01$ ).
- საშუალო, ზომიერი სიძლიერის დადებითი კორელაცია ხასიათის სიმტკიცეების სიბრძნე და ცოდნის ფაქტორსა და პოსტტრავმული ზრდის ახალი შესაძლებლობების ( $r = .3, p < .01$ ), პიროვნული სიძლიერის სკალის ( $r = .39, p < .01$ ) და პოსტტრავმული ზრდის გლობალურ მაჩვენებელს შორის ( $r = .34, p < .01$ ).

- სუსტი დადებითი კორელაცია ხასიათის სიმტკიცეების სიმამაცის ფაქტორსა და პოსტტრავმული ზრდის სხვებთან ურთიერთობების ( $r=.27, p<.01$ ) და სულიერი ცვლილების სკალის მაჩვენებელს შორის ( $r=.2, p<.05$ ).
- საშუალო, ზომიერი სიძლიერის დადებითი კორელაცია ხასიათის სიმტკიცეების სიმამაცის ფაქტორსა და პოსტტრავმული ზრდის ახალი შესაძლებლობების ( $r=.35, p<.01$ ), პიროვნული სიძლიერის ( $r=.37, p<.01$ ), ცხოვრების დაფასების სკალის ( $r=.32, p<.01$ ) და პოსტტრავმული ზრდის გლობალურ მაჩვენებელს შორის ( $r=.42, p<.01$ ).
- სუსტი დადებითი კორელაცია ხასიათის სიმტკიცეების ჰუმანურობის ფაქტორსა და პოსტტრავმული ზრდის სულიერი ცვლილების სკალის მაჩვენებელს შორის ( $r=.18, p<.05$ ).
- საშუალო, ზომიერი სიძლიერის დადებითი კორელაცია ხასიათის სიმტკიცეების ჰუმანურობის ფაქტორსა და პოსტტრავმული ზრდის სხვებთან ურთიერთობების ( $r=.42, p<.01$ ), ახალი შესაძლებლობების ( $r=.39, p<.01$ ), პიროვნული სიძლიერის ( $r=.31, p<.01$ ), ცხოვრების დაფასების სკალის ( $r=.36, p<.01$ ) და პოსტტრავმული ზრდის გლობალურ მაჩვენებელს შორის ( $r=.49, p<.01$ ).
- სუსტი დადებითი კორელაცია ხასიათის სიმტკიცეების სამართლიანობის ფაქტორსა და პოსტტრავმული ზრდის სხვებთან ურთიერთობების ( $r=.19, p<.05$ ), ახალი შესაძლებლობების ( $r=.24, p<.01$ ) და ცხოვრების დაფასების სკალის მაჩვენებელს შორის ( $r=.29, p<.01$ ).
- საშუალო, ზომიერი სიძლიერის დადებითი კორელაცია ხასიათის სიმტკიცეების სამართლიანობის ფაქტორსა და პოსტტრავმული ზრდის პიროვნული სიძლიერის სკალის ( $r=.34, p<.01$ ) და პოსტტრავმული ზრდის გლობალურ მაჩვენებელს შორის ( $r=.31, p<.01$ ).
- სუსტი დადებითი კორელაცია ხასიათის სიმტკიცეების ზომიერების ფაქტორსა და პოსტტრავმული ზრდის სხვებთან ურთიერთობების ( $r=.26, p<.01$ ), ახალი შესაძლებლობების ( $r=.28, p<.01$ ), პიროვნული სიძლიერის ( $r=.18, p<.05$ ) და სულიერი ცვლილების სკალის მაჩვენებელს შორის ( $r=.19, p<.05$ ).
- საშუალო, ზომიერი სიძლიერის დადებითი კორელაცია ხასიათის სიმტკიცეების ზომიერების ფაქტორსა და პოსტტრავმული ზრდის ცხოვრების დაფასების სკალის ( $r=.35, p<.01$ ) და პოსტტრავმული ზრდის გლობალურ მაჩვენებელს შორის ( $r=.35, p<.01$ ).
- სუსტი დადებითი კორელაცია ხასიათის სიმტკიცეების ტრანსცედენტულობის ფაქტორსა და პოსტტრავმული ზრდის პიროვნული სიძლიერის სკალის მაჩვენებელს შორის ( $r=.26, p<.01$ ).

- საშუალო, ზომიერი სიმღიერის დადებითი კორელაცია ხასიათის სიმტკიცეების ტრანსცედენტულობის ფაქტორსა და პოსტტრავმული ზრდის სხვებთან ურთიერთობების ( $r=.46, p<.01$ ), ახალი შესაძლებლობების ( $r=.37, p<.01$ ) და სულიერი ცვლილების სკალის მაჩვენებელს შორის ( $r=.37, p<.01$ ).
- ძლიერი დადებითი კორელაცია ხასიათის სიმტკიცეების ტრანსცედენტულობის ფაქტორსა და პოსტტრავმული ზრდის ცხოვრების დაფასების სკალის ( $r=.51, p<.01$ ) და პოსტტრავმული ზრდის გლობალურ მაჩვენებელს შორის ( $r=.53, p<.01$ ).
- სუსტი დადებითი კორელაცია ხასიათის სიმტკიცეების საერთო ქულასა და პოსტტრავმული ზრდის სულიერი ცვლილების სკალის მაჩვენებელს შორის ( $r=.25, p<.01$ ).
- საშუალო, ზომიერი სიმღიერის დადებითი კორელაცია ხასიათის სიმტკიცეების საერთო ქულასა და პოსტტრავმული ზრდის სხვებთან ურთიერთობების ( $r=.4, p<.01$ ), ახალი შესაძლებლობების ( $r=.41, p<.01$ ), პიროვნული სიმღიერის ( $r=.41, p<.01$ ) და ცხოვრების დაფასების სკალის მაჩვენებელს შორის ( $r=.46, p<.01$ ).
- ძლიერი დადებითი კორელაცია ხასიათის სიმტკიცეების საერთო ქულასა და პოსტტრავმული ზრდის გლობალურ მაჩვენებელს შორის ( $r=.54, p<.01$ ).

ცხრილი N3. კორელაციები პოსტტრავმული ზრდის მაჩვენებლებსა და ხასიათის სიმტკიცეების ცალკეულ ასპექტებს შორის.

	სხვებთან ურთ.	ახალი შესაძლ.	პირ. სიმღიერე	სულიერი ცვლ.	ცხოვრ. დაფ.	PTGI
სიბრძნე და ცოდნა	.212**	.303**	.385**	.085	.269**	.344**
სიამაგე	.269**	.349**	.365**	.195*	.321**	.420**
ჰუმანურობა	.423**	.390**	.307**	.176*	.358**	.485**
სამართლიანობა	.191*	.236**	.335**	.147	.286**	.314**
ზომიერება	.258**	.280**	.177*	.193*	.351**	.353**
ტრანსცედენტულობა	.458**	.370**	.255**	.365**	.508**	.533**
ხასიათის სიმტკიცეები	.395**	.411**	.407**	.251**	.460**	.539**

\*\* $p<.01$ ; \* $p<.05$ ; \*\*\* $p<.001$



## პოსტტრავმული ზრდა და დიდი ხუთეულის მახასიათებლები

მონაცემთა კორელაციური ანალიზის შედეგად (პირსონის  $r$  კორელაციის კოეფიციენტი) აღმოჩნდა, რომ დიდი ხუთეულის მახასიათებლებსა და პოსტტრავმული ზრდის საერთო მაჩვენებელს და ცალკეულ სკალებს შორის არსებობს სტრატისტიკურად მნიშვნელოვანი კავშირი (იხ. ცხრილი N4). კერძოდ:

- სუსტი დადებითი კორელაცია დიდი ხუთეულის ექსტრავერსიის მახასიათებელსა და პოსტტრავმული ზრდის პიროვნული სიძლიერის ( $r=.19$ ,  $p<.05$ ), ცხოვრების დაფასების სკალის ( $r=.17$ ,  $p<.05$ ) და პოსტტრავმული ზრდის გლობალურ მაჩვენებელს შორის ( $r=.17$ ,  $p<.05$ ).
- სუსტი უარყოფითი კორელაცია დიდი ხუთეულის ნეიროტიციზმის მახასიათებელსა და პოსტტრავმული ზრდის სხვებთან ურთიერთობების ( $r = -.21$ ,  $p<.01$ ), ცხოვრების დაფასების სკალის ( $r = -.27$ ,  $p<.01$ ) და პოსტტრავმული ზრდის საერთო მაჩვენებელს შორის ( $r = -.23$ ,  $p<.01$ ).
- სუსტი დადებითი კორელაცია დიდი ხუთეულის კეთილსინდისიერების მახასიათებელსა და პოსტტრავმული ზრდის სხვებთან ურთიერთობების ( $r=.25$ ,  $p<.01$ ), ახალი შესაძლებლობების ( $r=.18$ ,  $p<.05$ ), პიროვნული სიძლიერის ( $r=.22$ ,  $p<.01$ ), სულიერი ცვლილების ( $r=.23$ ,  $p<.01$ ) და ცხოვრების დაფასების სკალის მაჩვენებელს შორის ( $r=.28$ ,  $p<.01$ ).
- საშუალო, ზომიერი სიძლიერის დადებითი კორელაცია დიდი ხუთეულის კეთილსინდისიერების მახასიათებელსა და პოსტტრავმული ზრდის გლობალურ მაჩვენებელს შორის ( $r=.36$ ,  $p<.01$ ).
- სუსტი დადებითი კორელაცია დიდი ხუთეულის თანხმობისადმი მზაობის მახასიათებელსა და პოსტტრავმული ზრდის სხვებთან ურთიერთობების სკალის ( $r=.28$ ,  $p<.01$ ) და პოსტტრავმული ზრდის გლობალურ მაჩვენებელს შორის ( $r=.23$ ,  $p<.01$ ).
- საშუალო, ზომიერი სიძლიერის დადებითი კორელაცია დიდი ხუთეულის თანხმობისადმი მზაობის მახასიათებელსა და პოსტტრავმული ზრდის ცხოვრების დაფასების სკალის მაჩვენებელს შორის ( $r=.34$ ,  $p<.01$ ).
- სუსტი დადებითი კორელაცია დიდი ხუთეულის გამოცდილებისადმი ღიაობის მახასიათებელსა და პოსტტრავმული ზრდის პიროვნული სიძლიერის სკალის მაჩვენებელს შორის ( $r=.21$ ,  $p<.01$ ).

ცხრილი N4. კორელაციები პოსტტრავმული ზრდის მაჩვენებლებსა და დიდი ხუთეულის მახასიათებლებს შორის.

	სხვებთან ურთ.	ახალი შესაძლ.	პირ. სიძლიერე	სულიერი ცვლ.	ცხოვრ. დაფ.	PTGI
ექსტრავერსია	.144	.054	<b>.192*</b>	.078	<b>.165*</b>	<b>.168*</b>
ნეიროტიციზმი	<b>-.211**</b>	.072	.051	.100	<b>-.271**</b>	<b>-.226**</b>
კეთილსინდისიერება	<b>.246**</b>	<b>.181*</b>	<b>.223**</b>	<b>.232**</b>	<b>.275**</b>	<b>.358**</b>
თანხმობისადმი მზაობა	<b>.278**</b>	.079	.131	.046	<b>337**</b>	<b>.233**</b>
გამოცდილებ. ღიაობა	-.039	.122	<b>.211**</b>	.024	.028	.076

*\*\* $p < .01$ ; \* $p < .05$ ; \*\*\* $p < .001$*

### პოსტტრავმული ზრდა და რუმინაცია

მონაცემთა კორელაციური ანალიზის შედეგად (პირსონის  $r$  კორელაციის კოეფიციენტი) აღმოჩნდა, რომ პოსტტრავმული ზრდის საერთო მაჩვენებლებს, ცალკეულ სკალებსა და რუმინაციის ცალკეულ სკალებს შორის არსებობს სტატისტიკურად მნიშვნელოვანი კავშირი (იხ. ცხრილი N5). კერძოდ:

- სუსტი უარყოფითი კორელაცია დეპრესიასთან დაკავშირებულ რუმინაციასა და პოსტტრავმული ზრდის პიროვნული სიძლიერის სკალის მაჩვენებელს შორის ( $r = -.21, p < .01$ ).
- სუსტი უარყოფითი კორელაცია დეპრესიასთან დაკავშირებულ რუმინაციასა და პოსტტრავმული ზრდის ცხოვრების დაფასების სკალის მაჩვენებელს შორის ( $r = -.18, p < .05$ ).
- სუსტი უარყოფითი კორელაცია დეპრესიასთან დაკავშირებულ რუმინაციასა და პოსტტრავმული ზრდის გლობალურ მაჩვენებელს შორის ( $r = -.16, p < .05$ ).
- სუსტი დადებითი კორელაცია აკვიატებულ რუმინაციასა და პოსტტრავმული ზრდის ახალი შესაძლებლობების სკალის მაჩვენებელს შორის ( $r = .21, p < .01$ ).
- სუსტი დადებითი კორელაცია რეფლექსურ რუმინაციასა და პოსტტრავმული ზრდის ახალი შესაძლებლობების სკალის მაჩვენებელს შორის ( $r = .22, p < .01$ ).

ცხრილი N5. კორელაციები პოსტტრავმული ზრდის მაჩვენებლებსა და რუმინაციის ცალკეულ ასპექტებს შორის.

	სხვებთან ურთ.	ახალი შესაძლ.	პირ. სიძლიერე	სულიერი ცვლ.	ცხოვრ. დაფ.	PTGI
დეპრესიასთან დაკავშირ.	-.044	-.023	<b>-.214**</b>	-.036	<b>-.184*</b>	<b>-.160*</b>
აკვიატებული	.107	<b>.205**</b>	-.051	.079	.034	.067
რეფლექსური	.102	<b>.216**</b>	.084	.055	.066	.105

*\*\*p<.01; \*p<.05; \*\*\*p<.001*

## რეგრესია

### პოსტტრავმული ზრდა და ხასიათის სიმტკიცეები

- მონაცემთა რეგრესიულმა ანალიზმა (სტანდარტული, მრავლობითი რეგრესია) აჩვენა, რომ ხასიათის სიმტკიცეების ძირითადი ფაქტორების კომბინაციის მოდელი ხსნის მონაცემთა ვარიაციის 36,3% ( $R^2_{ADJ} = 33,7$ ,  $F(6,147)=13.988$ ,  $p<.0001$ ), 6 ძირითადი ფაქტორიდან მხოლოდ ჰუმანურობა ( $\beta = .21$ ,  $p<.05$ ) და ტრანსცედენტულობა ( $\beta = .34$ ,  $p<.0001$ ) აღმოჩნდა პოსტტრავმული ზრდის პრედიქტორი (იხ. ცხრილი N7).
- მონაცემთა რეგრესიულმა ანალიზმა (სტანდარტული, მრავლობითი რეგრესია) აჩვენა, რომ ხასიათის სიმტკიცეების ძირითადი ფაქტორების კომბინაციის მოდელი ხსნის მონაცემთა ვარიაციის 21,8% ( $R^2_{ADJ} = 18,7$ ,  $F(6,151)=7.021$ ,  $p<.0001$ ), 6 ძირითადი ფაქტორიდან მხოლოდ ჰუმანურობა ( $\beta = .19$ ,  $p<.05$ ) აღმოჩნდა პოსტტრავმული ზრდის ახალი შესაძლებლობების სკალის პრედიქტორი (იხ. ცხრილი N7).
- მონაცემთა რეგრესიულმა ანალიზმა (სტანდარტული, მრავლობითი რეგრესია) აჩვენა, რომ ხასიათის სიმტკიცეების საერთო ქულა ხსნის მონაცემთა ცვალებადობის 29,1% ( $R^2_{ADJ} = 28,6$ ,  $F(1,143)=56.685$   $p<.0001$ ) და წარმოადგენს პოსტტრავმული ზრდის პრედიქტორს ( $\beta = .54$ ,  $p<.0001$ ).

ცხრილი N7. რეგრესიული ანალიზის შედეგები ხასიათის სიმტკიცეების ფაქტორებსა და პოსტტრავმული ზრდის მაჩვენებელს შორის.

	PTGI			New-Possibl.		
	<i>B</i>	<i>SE B</i>	$\beta$	<i>B</i>	<i>SE B</i>	$\beta$
სიბრძნე-ცოდნა	.147	.147	.082	.059	.05	.107
სიმაჟაცე	.226	.229	.092	.085	.077	.119
ჰუმანურობა	.654	.279	<b>.205*</b>	.190	.094	<b>.194*</b>
სამართლიანობა	-.300	.257	-.102	-.092	.087	-.102
ზომიერება	.312	.174	.136	.078	.059	.110
ტრანსცედენტულობა	.682	.179	<b>.339***</b>	.104	.060	.167
GACS_Total	.293	.038	<b>.539***</b>			
<i>R</i> <sup>2</sup>		.363			.218	
<i>F</i>		<b>13.988***</b>			<b>7.21***</b>	

“ *p* < .01; \* *p* < .05; \*\*\* *p* < .001

#### პოსტტრავმული ზრდა და დიდი ხუთეული

- მონაცემთა რეგრესიულმა ანალიზმა (სტანდარტული, მრავლობითი რეგრესია) აჩვენა, რომ დიდი ხუთეულის ძირითადი ფაქტორების კომბინაციის მოდელი ხსნის მონაცემთა ვარიაციის 18,5% ( $R^2_{ADJ} = 15,8$ ,  $F(5,149) = 6.781$ ,  $p < .001$ ), ხუთი ძირითადი ფაქტორიდან მხოლოდ კეთილსინდისიერება ( $\beta = .31$ ,  $p < .001$ ) აღმოჩნდა პოსტტრავმული ზრდის პრედიქტორი (იხ. ცხრილი N7).

ცხრილი N7. რეგრესიული ანალიზის შედეგები პოსტტრავმული ზრდის საერთო მაჩვენებელსა და დიდი ხუთეულის მახასიათებლებს შორის.

	PTGI		
	<i>B</i>	<i>SE B</i>	$\beta$
ექსტრავერსია	.457	.273	.132
ნეიროტიციზმი	-.373	.294	-.104
კეთილსინდისიერება	1.301	.339	<b>.307***</b>
თანხმობისადმი მზაობა	.369	.307	.099
ღიაობა	.395	.352	.089
<i>R</i> <sup>2</sup>		.185	
<i>F</i>		<b>6.781***</b>	

\*\* $p < .01$ ; \* $p < .05$ ; \*\*\* $p < .001$

პოსტტრავმული ზრდა და ემოციური ინტელექტი

- მონაცემთა რეგრესიულმა ანალიზმა (სტანდარტული, მრავლობითი რეგრესია) აჩვენა, რომ ემოციური ინტელექტის ძირითადი მახასიათებლების კომბინაციის მოდელი ხსნის მონაცემთა ვარიაციის 34,5% ( $R^2_{ADJ} = 27,3$ ,  $F(15,137)=4.807$   $p < .0001$ ), 15 ძირითადი მახასიათებლიდან მხოლოდ ემოციების მართვა ( $\beta = -.29$ ,  $p < .01$ ), თვითმოტივაცია ( $\beta = .18$ ,  $p < .05$ ), სოციალური ცნობიერება ( $\beta = .28$ ,  $p < .01$ ), სტრესის მართვა ( $\beta = .199$ ,  $p = .05$ ) და ბედნიერება, როგორც პიროვნული ნიშანი ( $\beta = .32$ ,  $p < .05$ ) აღმოჩნდა პოსტტრავმული ზრდის პრედიქტორი (იხ, ცხრილი N8).

ცხრილი N8. რეგრესიული ანალიზის შედეგები პოსტტრავმული ზრდის საერთო მაჩვენებელსა და ემოციური ინტელექტის ასპექტებს შორის.

	PTGI		
	<i>B</i>	<i>SE B</i>	$\beta$
ადაპტურობა	-.694	1.019	-.059
ასერტულობა	.082	.910	.008
ემ._გამოხატვა	-1.40	.914	-.147
ემ._მართვა	-3.369	1.037	<b>-.287***</b>
ემ._აღქმა	.627	1.094	.570
ემ._რეგულაცია	-1.611	1.112	-.133
იმპულსურობა	-.080	.928	-.008
ურთიერთობები	.075	1.064	.007
თვითშეფასება	-1.554	1.016	-.163
თვითმოტივაცია	2.044	1.003	<b>.175*</b>
სოც. ცნობიერება	3.645	1.287	<b>.282**</b>
სტრესის მართვა	2.307	1.167	<b>.199*</b>
ემპათია	1.901	1.047	.158
ბედნიერება	2.793	1.170	<b>.324*</b>
ოპტიმიზმი	.327	1.290	.36
$R^2$		.345	
<i>F</i>		<b>4.807***</b>	

\*\* $p < .01$ ; \* $p < .05$ ; \*\*\* $p < .001$

- მონაცემთა რეგრესიულმა ანალიზმა (სტანდარტული, მრავლობითი რეგრესია) აჩვენა, რომ ემოციური ინტელექტის ძირითადი ფაქტორების კომბინაციის მოდელი ხსნის მონაცემთა ვარიაციულობის 14,7% ( $R^2_{ADJ}=12,3$ ,  $F(4,142)=6,134$ ,  $p<.0001$ ), 4 ძირითადი ფაქტორიდან მხოლოდ კარგად ყოფნის განცდა ( $\beta=.32$ ,  $p<.01$ ) აღმოჩნდა პოსტტრავმული ზრდის პრედიქტორი (იხ. ცხრილი N9).
- მონაცემთა რეგრესიული ანალიზის (სტანდარტული, მრავლობითი რეგრესია) შედეგად აღმოჩნდა, რომ ემოციური ინტელექტის საერთო ქულა ხსნის მონაცემთა ვარიაციულობის 13,8% ( $R^2_{ADJ}=13,2$ ,  $F(1,138)=22,137$   $p<.0001$ ) და წარმოადგენს პრედიქტორს პოსტტრავმული ზრდისთვის ( $\beta=.37$ ,  $p<.0001$ ) (იხ. ცხრილი N9).

ცხრილი N9. რეგრესიული ანალიზის შედეგები პოსტტრავმული ზრდის საერთო მაჩვენებელსა და ემოციური ინტელექტის ძირითად ფაქტორებს შორის.

	PTGI		
	<i>B</i>	<i>SE B</i>	$\beta$
ემოციურობა	.082	1.679	.005
სოციალურობა	.589	1.370	.038
კარგად ყოფნა	3.369	1.064	<b>.324**</b>
თვითკონტროლი	1.075	1.252	.078
ემოციური ინტელექტი	6.600	1.403	<b>.372***</b>
$R^2$		.147	
$F$		<b>6.134***</b>	

\*\* $p<.01$ ; \* $p<.05$ ; \*\*\* $p<.001$

- მონაცემთა რეგრესიულმა ანალიზმა (სტანდარტული, მრავლობითი რეგრესია) აჩვენა, რომ ემოციური ინტელექტის, რუმინაციისა და ხასიათის სიმტკიცეების კომბინაციის მოდელი ხსნის მონაცემთა ვარიაციულობის 32,3% ( $R^2_{ADJ}= 30,7$ ,  $F(3,130)=20,666$ ,  $p<.0001$ ), მათგან მხოლოდ ემოციური ინტელექტი ( $\beta=.24$ ,  $p<.05$ ) და ხასიათის სიმტკიცეები ( $\beta=.44$ ,  $p<.001$ ) აღმოჩნდა პოსტტრავმული ზრდის პრედიქტორი (იხ. ცხრილი N10).

ცხრილი N10. რეგრესიული ანალიზის შედეგები პოსტტრავმული ზრდის, ემოციური ინტელექტის, რუმინაციის და ხასიათის სიმტკიცეების საერთო მაჩვენებელს შორის.

	PTGI		
	<i>B</i>	<i>SE B</i>	$\beta$
ემოციური ინტელექტი	4.302	1.764	<b>.242*</b>
რუმინაცია	.086	.077	.101
ხასიათის სიმტკიცეები	.240	.045	<b>.441***</b>
<i>R</i> <sup>2</sup>		.323	
<i>F</i>		<b>20.666***</b>	

\*\* *p* < .01; \* *p* < .05; \*\*\* *p* < .001

იერარქიული, მრავლობითი რეგრესია

მონაცემთა რეგრესიულმა ანალიზმა (იერარქიული, მრავლობითი რეგრესია) აჩვენა, რომ კეთილსინდისიერება ხსნის მონაცემთა ვარიაციულობის 12,8% ( $R^2_{adj} = 12,3$ ,  $F(1,152)=22,363$ ,  $p < .0001$ ), მაშინ როდესაც, კეთილსინდისიერების, ჰუმანურობისა და ტრანსცედენტულობის კომბინაციის მოდელი ხსნის მონაცემთა ვარიაციულობის 37,7% ( $R^2_{adj} = 36,5$ ,  $F(3,150)=30,264$ ,  $p < .0001$ ), ხოლო კეთილსინდისიერების, ჰუმანურობის, ტრანსცედენტულობის, ემოციების მართვის, თვითმოტივაციის, სტრესის მართვის, სოციალური ცნობიერებისა და ბედნიერების, როგორც პიროვნული ნიშნის კომბინაციის მოდელი ხსნის მონაცემთა ვარიაციულობის 48,9% ( $R^2_{adj} = 46,1$ ,  $F(8,145)=17,36$ ,  $p < .0001$ ). დიდი ხუთეულის პრედიქტორი ცვლადის (კეთილსინდისიერება) და ხასიათის სიმტკიცეების პრედიქტორი ცვლადების (ჰუმანურობა, ტრანსცედენტულობა) კონტროლის ფონზე საბოლოო მოდელში მხოლოდ კეთილსინდისიერება ( $\beta = .19$ ,  $p < .01$ ), ტრანსცედენტულობა ( $\beta = .23$ ,  $p < .01$ ), ჰუმანურობა ( $\beta = .25$ ,  $p < .01$ ), ემოციების მართვა ( $\beta = -.22$ ,  $p < .01$ ), თვითმოტივაცია ( $\beta = .14$ ,  $p < .01$ ) და ბედნიერება ( $\beta = .16$ ,  $p < .05$ ) აღმოჩნდა პოსტტრავმული ზრდის პრედიქტორი (იხ. ცხრილი N11).

ცხრილი N11. იერარქიული, მრავლობითი რეგრესიის შედეგები პოსტტრავმული ზრდის პრედიქტორებს შორის.

	PTGI		
	<i>B</i>	<i>SE B</i>	<i>β</i>
კეთილსინდისიერება	.039	.013	<b>.194**</b>
ტრანსცედენტულობა	.022	.007	<b>.226**</b>
ჰუმანურობა	.038	.011	<b>.251**</b>
ემოციების მართვა	-.122	.038	<b>-.218**</b>
სოციალური ცნობიერება	.049	.048	.080
სტრესის მართვა	.044	.039	.080
თვითმოტივაცია	.078	.039	<b>.141*</b>
ბედნიერება	.065	.031	<b>.157*</b>
<i>R</i> <sup>2</sup>		.489	
<i>F</i>		<b>17.36***</b>	

*\*\*p<.01; \*p<.05; \*\*\*p<.001*

მონაცემთა რეგრესიულმა ანალიზმა (იერარქიული მრავლობითი რეგრესია) აჩვენა, რომ ხასიათის სიმტკიცეების საერთო მაჩვენებელი ხსნის მონაცემთა ვარიაბილობის 29.1% ( $F(1,132)=54.171$   $p<.001$ ), ხოლო ხასიათის სიმტკიცეების და ემოციური ინტელექტის გლობალური მაჩვენებლის კომბინაციის მოდელი ხსნის მონაცემთა ვარიაბილობის 31,6% ( $F(2,131)=30.32$   $p<.001$ ). ემოციური ინტელექტის გლობალური მაჩვენებლის კონტროლის ფონზე ხასიათის სიმტკიცეების საერთო მაჩვენებელი ( $\beta=.47$ ,  $p<.001$ ) და ემოციური ინტელექტის საერთო მაჩვენებელი ( $\beta=.18$ ,  $p<.05$ ) აღმოჩნდა პოსტტრავმული ზრდის პრედიქტორი.

ნაწილობრივი პარციალური კორელაცია

- მონაცემთა კორელაციურმა ანალიზმა (ნაწილობრივი, პარციალური კორელაცია) აჩვენა, რომ პოსტტრავმულ ზრდასა და ემოციურ ინტელექტს შორის კორელაცია ( $r=.37$ ,  $p<.001$ ) მცირდება დეპრესიასთან დაკავშირებული რუმინაციის გაკონტროლების პირობებში ( $r=.35$ ,  $p<.001$ ) (იხ. ცხრილი N12).



ცხრილი N12. ნაწილობრივი კორელაცია - დეპრესიასთან დაკავშირებული რუმინაციის გავლენა პოსტტრავმულ ზრდასა და ემოციურ ინტელექტს შორის კავშირზე.

საკონტროლო ცვლადი		პოსტტრავმული ზრდა	ემოციური ინტელექტი	დეპრეს.დაკავშ. რუმინაცია
-	პოსტტრავმული ზრდა	1.000	<b>.372***</b>	<b>-.160*</b>
	ემოციური ინტელექტი	<b>.372***</b>	1.000	<b>-.631***</b>
	დეპრეს. დაკავშ. რუმინაცია	<b>-.160*</b>	<b>-.631***</b>	1.000
დეპრეს. დაკავშ. რუმინაცია	პოსტტრავმული ზრდა	1.000	<b>.354***</b>	
	ემოციური ინტელექტი	<b>.354***</b>	1.000	

**\*\*p<.01; \*p<.05; \*\*\*p<.001**

- მონაცემთა კორელაციურმა ანალიზმა (ნაწილობრივი, პარციალური კორელაცია) აჩვენა, რომ პოსტტრავმულ ზრდასა და თანხმობისადმი მზაობას შორის კორელაცია ( $r=.23, p<.01$ ) მცირდება დეპრესიასთან დაკავშირებული რუმინაციის გაკონტროლების პირობებში ( $r=.21, p<.01$ ) (იხ. ცხრილი N13).

ცხრილი N13. პარციალური კორელაცია - დეპრესიასთან დაკავშირებული რუმინაციის გავლენა პოსტტრავმულ ზრდასა და თანხმობისადმი მზაობას შორის კავშირზე.

საკონტროლო ცვლადი		პოსტტრავმული ზრდა	თანხმობ. მზაობა	დეპრეს.დაკავშ. რუმინაცია
-	პოსტტრავმული ზრდა	1.000	<b>.233**</b>	<b>-.160*</b>
	თანხმობისადმი მზაობა	<b>.233**</b>	1.000	<b>-.195*</b>
	დეპრეს. დაკავშ. რუმინაცია	<b>-.160*</b>	<b>-.195*</b>	1.000
დეპრეს. დაკავშ. რუმინაცია	პოსტტრავმული ზრდა	1.000	<b>.209**</b>	
	თანხმობისადმი მზაობა	<b>.209**</b>	1.000	

**\*\* $p \leq .01$ ; \* $p \leq .05$ ; \*\*\* $p \leq .001$**

- მონაცემთა კორელაციურმა ანალიზმა (ნაწილობრივი, პარციალური კორელაცია) აჩვენა, რომ პოსტტრავმულ ზრდასა და ნეიროტიციზმს შორის კორელაცია ( $r = -.23$ ,  $p < .01$ ) მცირდება დეპრესიასთან დაკავშირებული რუმინაციის გაკონტროლების პირობებში ( $r = -.19$ ,  $p < .05$ ) (იხ. ცხრილი N14)

ცხრილი N14. ნაწილობრივი კორელაცია - დეპრესიასთან დაკავშირებული რუმინაციის გავლენა პოსტტრავმულ ზრდასა და ნეიროტიციზმს შორის კავშირზე.

საკონტროლო ცვლადი		პოსტტრავმული ზრდა	ნეიროტიციზმი	დეპრეს. დაკავშ. რუმინაცია
-	პოსტტრავმული ზრდა	1.000	<b>-.226**</b>	<b>-.160*</b>
	ნეიროტიციზმი	<b>-.226**</b>	1.000	<b>.257**</b>
	დეპრეს. დაკავშ. რუმინაცია	<b>-.160*</b>	<b>.257**</b>	1.000
დეპრეს. დაკავშ. რუმინაცია	პოსტტრავმული ზრდა	1.000	<b>-.194*</b>	
	ნეიროტიციზმი	<b>-.194*</b>	1.000	

**\*\* $p \leq .01$ ; \* $p \leq .05$ ; \*\*\* $p \leq .001$**

### მედიაციური ანალიზი

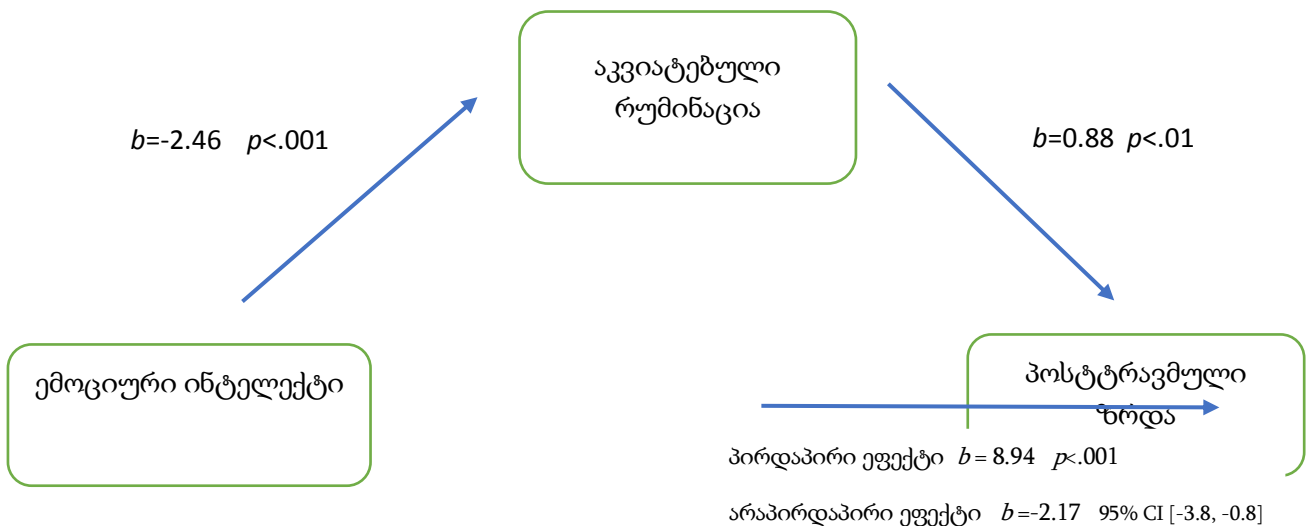
ემოციურ ინტელექტსა და პოსტტრავმულ ზრდას შორის არსებულ კავშირზე აკვიატებული რუმინაციის მედიაციური ეფექტის შესასწავლად გამოვიყენეთ მედიაციური ანალიზი (PROCESS by Andrew F. Hayes). პრედიქტორი - ემოციური ინტელექტი, მედიატორი - აკვიატებული რუმინაცია, დამოკიდებული ცვლადი - პოსტტრავმული ზრდა (იხ. სურათი N1).

- მედიაციური ანალიზის შედეგად აღმოჩნდა, რომ პირველი მოდელი, რომლის მიხედვითაც ემოციური ინტელექტი არის აკვიატებული რუმინაციის (მედიატორი) პრედიქტორი  $b = -2.46$ ,  $t(137) = -5.43$ ,  $p < .001$ , არის სტატისტიკურად მნიშვნელოვანი ( $F(1,137) = 19.5$ ,  $P < .001$ ,  $R^2 = .18$ ). მეორე მოდელი, რომელშიც ფასდება დამოუკიდებელი ცვლადისა და მედიატორის

უნიკალური პრედიქტული ძალა პოსტტრავმულ ზრდაში, არის სტატისტიკურად მნიშვნელოვანი ( $F(2,136)=17,12$   $P<.001$   $R^2=.2$ ) ემოციური ინტელექტი არის პოსტტრავმული ზრდის პრედიქტორი  $b=8.94$ ,  $t(136)=5.767$   $p<.001$ . აკვიატებული რუმინაცია არის პოსტტრავმული ზრდის პრედიქტორი  $b=0.88$   $t(136)=3.33$   $p<.01$ . მედიატორის გაკონტროლების პირობებში ემოციური ინტელექტის პრედიქტული ძალა მნიშვნელოვნად მცირდება  $b=-2.17$  95% CI [-3.8, -0.8].

შესაბამისად, აკვიატებული რუმინაცია ნაწილობრივი მედიატორის როლს ასრულებს ემოციურ ინტელექტსა და პოსტტრავმულ ზრდას შორის არსებულ კავშირზე.

სურათი N1. მედიაციური ანალიზი ემოციურ ინტელექტს, აკვიატებულ რუმინაციასა და პოსტტრავმულ ზრდას შორის.

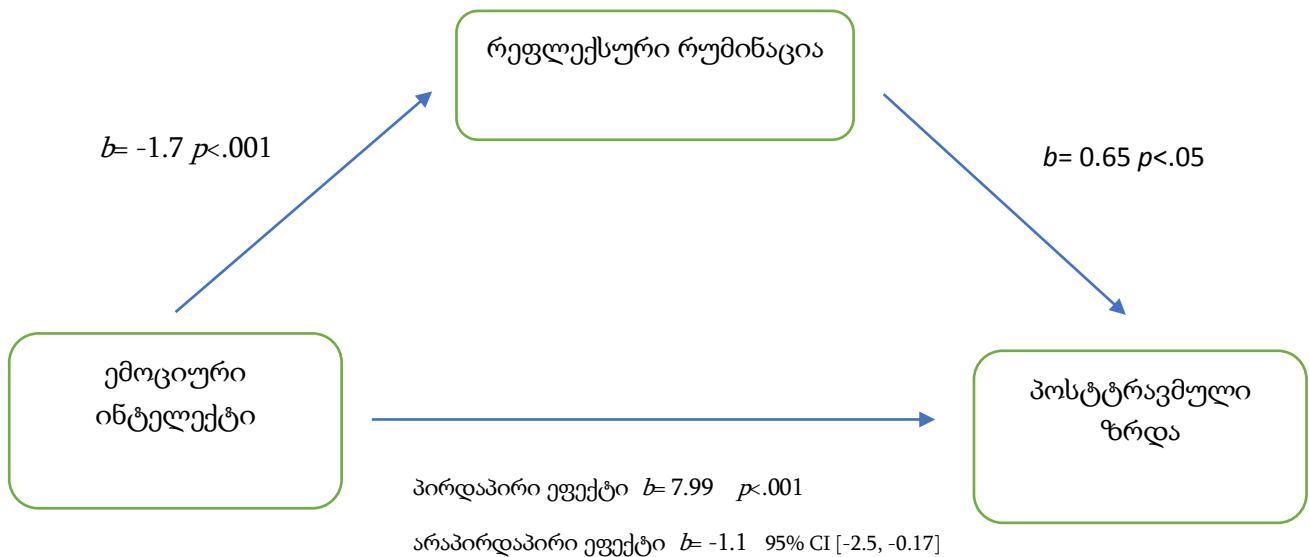


ემოციურ ინტელექტსა და პოსტტრავმულ ზრდას შორის რეფლექსური რუმინაციის მედიაციური ეფექტის შესასწავლად გამოვიყენეთ მედიაციური ანალიზი (PROCESS by Andrew F. Hayes). პრედიქტორი - ემოციური ინტელექტი, მედიატორი - რეფლექსური რუმინაცია, დამოკიდებული ცვლადი - პოსტტრავმული ზრდა (იხ. სურათი N2).

- მედიაციური ანალიზის შედეგად აღმოჩნდა, რომ პირველი მოდელი, რომლის მიხედვითაც ემოციური ინტელექტი არის რეფლექსური რუმინაციის (მედიატორი) პრედიქტორი  $b=-1.72$ ,  $t(137)=-3.82$   $p<.001$ , არის სტატისტიკურად მნიშვნელოვანი ( $F(1,137)=14.6$   $P<.001$   $R^2=.096$ ). მეორე მოდელი, რომელშიც ფასდება დამოუკიდებელი ცვლადისა და მედიატორის უნიკალური პრედიქტული ძალა პოსტტრავმულ ზრდაში, არის სტატისტიკურად მნიშვნელოვანი ( $F(2,136)=14,6$   $P<.001$   $R^2=.18$ )

ემოციური ინტელექტი არის პოსტტრავმული ზრდის პრედიქტორი  $b=8$ ,  $t(136)=5.348$   $p<.001$ . რეფლექსური რუმინაცია არის პოსტტრავმული ზრდის პრედიქტორი  $b=0.65$   $t(136)=2.4$   $p<.05$ . მედიატორის გაკონტროლების პირობებში ემოციური ინტელექტის პრედიქტული ძალა მნიშვნელოვნად მცირდება  $b=-1.1$  95% CI [-2.5, -0.17]. შესაბამისად, რეფლექსური რუმინაცია ნაწილობრივი მედიატორის როლს ასრულებს ემოციურ ინტელექტსა და პოსტტრავმულ ზრდას შორის არსებულ კავშირზე.

სურათი N2. მედიაციური ანალიზი ემოციურ ინტელექტს, რეფლექსურ რუმინაციასა და პოსტტრავმულ ზრდას შორის.



## შედეგების ანალიზი (დისკუსია)

კვლევამ გვიჩვენა, რომ რუმინაციის განსხვავებული ფორმები განსხვავებულ გავლენას ახდენს პოსტტრავმულ ზრდაზე. დეპრესიულ რუმინაციასა და პოსტტრავმულ ზრდას შორის აღმოჩნდა უარყოფითი კორელაცია, ხოლო რეფლექსურ რუმინაციას, აკვიატებულ რუმინაციასა და პოსტტრავმული ზრდის პიროვნული სიძლიერის სკალას შორის დადებითი კორელაცია. ეს შედეგები ეთანხმება იმ კვლევათა შედეგებს (e.g., Jaarsma, Pool, Sanderman, & Ranchor, 2006; Morris, Shakespeare-Finch, Rieck, & Newbery, 2005; Park & Fenster, 2004; Shakespeare-Finch & De Dassel, 2009; Taku et al., 2007), რომელთა საფუძველზეც დაასკვნეს, რომ გარკვეული სახის განმეორებადი ფიქრების მაღალი მაჩვენებელი დაკავშირებულია პოსტტრავმულ ზრდასთან. ფიქრები, რომლებიც ორიენტირებულია არსებული პრობლემის მოგვარებაზე, რაც დამახასიათებელია რეფლექსური რუმინაციისთვის, დადებით გავლენას ახდენს კოგნიტური პროცესების წარმოებაში, რაც, თავის მხრივ არსებითად მნიშვნელოვანია პოსტტრავმული ზრდის პროცესში (Joseph, 2000; Siegle, Moore, & Thase, 2004). ხოლო დეპრესიასთან დაკავშირებულ რუმინაციას დამაბრკოლებელი გავლენა აქვს კოგნიტური პროცესების წარმოებაში, რაც, თავის მხრივ, აფერხებს პოსტტრავმულ ზრდას.

კვლევამ გვიჩვენა, რომ დადებითი კავშირია ემოციურ ინტელექტს, ხასიათის სიმტკიცეებს და პოსტტრავმულ ზრდას შორის. შესაბამისად, რაც უფრო მაღალია ემოციური ინტელექტი და ხასიათის სიმტკიცეების რაც უფრო მაღალი მაჩვენებელი აქვს ადამიანს, მით უფრო მოსალოდნელია პოსტტრავმული ზრდა. ეს შედეგები ადასტურებს წინა კვლევების შედეგებს (Peterson, Park, Pole, & Seligman, 2008; Guse, Hudson, 2013; Li, et. al. 2014; Finzi-Dottan, et.al. 2010).

ემოციური ინტელექტის 15 განზომილების კომბინაციის მოდელი მონაცემთა ვარიაციის 34,5% -ს ხსნის. მათგან ემოციების მართვა, თვითმოტივაცია, სოციალური ცნობიერება, სტრესის მართვა და ბედნიერება როგორც პიროვნული ნიშანი აღმოჩნდა პოსტტრავმული ზრდის პრედიქტორი. მათგან ბედნიერებას, როგორც პიროვნულ ნიშანს არსებითი როლი შეაქვს პოსტტრავმული ზრდის ვარიაციის ახსნაში. ხოლო, 4 ძირითადი ფაქტორიდან მხოლოდ კარგად ყოფნის განცდა აღმოჩნდა პოსტტრავმული ზრდის პრედიქტორი. მნიშვნელოვანია აღინიშნოს, რომ ამ სკალაში ერთიანდება ნიშანი ბედნიერება, ნიშანი ოპტიმიზმი და ნიშანი თვითშეფასება, რაც პიროვნების შედარებით სტაბილური დისპოზიციური ნიშნებია. შედეგად შეიძლება ითქვას, რომ პოსტტრავმულ ზრდას განსაზღვრავს სტაბილური ნიშნებისა და შედარებით ცვალებადი მახასიათებლების კომბინაცია, რომელთა შორისაა ემოციების მართვა, რაც გულისხმობს სხვების ემოციებზე გავლენის მოხდენის უნარს, თვითმოტივაცია, რაც გულისხმობს მოქმედებასა და სირთულეებთან გამკლავებას,

სოციალური ცნობიერება, რაც გულისხმობს ძალიან კარგ სოციალურ უნარებს, სტრესის მართვა, უნარი გაუძლო ზეწოლას და გაუმკლავდე სტრესს და ბედნიერება, როგორც პიროვნული ნიშანი, რაც უკავშირდება ცხოვრებით კმაყოფილებას.

პიროვნული ნიშნები მონაცემთა ვარიაბილობის 18,5%-ს ხსნის. ხუთი ძირითადი ფაქტორიდან პოსტტრავმული ზრდის პრედიქტორია მხოლოდ კეთილსინდისიერება, ამდენად, კეთილსინდისიერების მაღალი დონე არსებითად მნიშვნელოვანია პოსტტრავმული ზრდის პროცესში. პოსტტრავმულ ზრდასა და ნეიროტიციზმს შორის აღმოჩნდა უარყოფითი კორელაცია რაც ეთანხმება წინა კვლევის შედეგებს (Garnefski, Kraaij, Schroevers, & Somsen, 2008), თუმცა მას პრედიქტული ძალა არ აღმოაჩნდა.

ხასიათის სიმტკიცეები ძირითადი ფაქტორების კომბინაციის მოდელი ხსნის მონაცემთა ვარიაბილობის 36,3%-ს. მათგან ჰუმანურობა და ტრანსცედენტულობა აღმოჩნდა პოსტტრავმული ზრდის პრედიქტორი. ჰუმანურობაში ერთიანდება სიკეთე, სიყვარული და სოციალური ინტელექტი, რომლებისთვისაც წამყვანი ღირებულება ადამიანებთან დადებითი, ახლო ურთიერთობებია. აღსანიშნავია, რომ მოზარდობის ასაკში არსებითად მნიშვნელოვანი როლი ენიჭება სხვებთან ახლო ურთიერთობებს, შესაბამისად შეიძლება ითქვას, რომ პოსტტრავმული ზრდის პროცესში, მოზარდებისთვის ერთ-ერთი ძირითადი საყრდენი სხვებთან ახლო, ნდობაზე დამყარებული ურთიერთობებია. ტრანსცედენტურობაში ერთიანდება მშვენიერებისა და სრულყოფილების დაფასება, მადლიერება, იმედი, იუმორი, სულიერება/საზრისის განცდა, რომელთათვისაც მთავარი ღირებულება რეალობისა და მომავლისადმი მიმართული პოზიტიური ხედვაა. ამდენად, პოსტტრავმული ზრდის პროცესში მოზარდებისთვის არსებითად მნიშვნელოვანი აღმოჩნდა სხვებთან დადებითი, ახლო ურთიერთობები, რეალობის მიმართ დადებითი დამოკიდებულება, მადლიერება და მომავლისადმი ოპტიმისტური დამოკიდებულება.

აღსანიშნავია, რომ პიროვნული ნიშნებისა და ხასიათის სიმტკიცეების გაკონტროლების პირობებში კეთილსინდისიერება, ტრანსცედენტულობა, ჰუმანურობა, ემოციების მართვა, თვითმოტივაცია და ბედნიერება, როგორც პიროვნული ნიშანი აღმოჩნდა პოსტტრავმული ზრდის პრედიქტორი. ამდენად, შეგვიძლია ვთქვათ, რომ არსებითად მნიშვნელოვანი როლი პოსტტრავმული ზრდის პროცესში სწორედ ამ ფაქტორებს ენიჭებათ.

კვლევის მიხედვით აღმოჩნდა, რომ აკვიატებულ რუმინაციასა და რეფლექსურ რუმინაციას ნაწილობრივი მედიაციური ეფექტი აქვს ემოციურ ინტელექტსა და პოსტტრავმულ ზრდას შორის კავშირში. ემოციური ინტელექტის დაბალი მაჩვენებლის ფონზე, მეტად დამახასიათებელია განმეორებადი რუმინაციული

ფიქრების მაღალი მაჩვენებელი, რაც აბრკოლებს პოსტტრავმული ზრდის პროცესს. ხოლო ემოციური ინტელექტის მაღალი მაჩვენებლის ფონზე, განმეორებადი, აკვიატებული ფიქრების დაბალი მაჩვენებელია, რაც ხელს უწყობს პოსტტრავმულ ზრდას.

## დასკვნა

კვლევის მიზანს წარმოადგენდა რუმინაციის გამაშუალებელი როლის შესწავლა პიროვნულ მახასიათებლებსა და პოსტტრავმულ ზრდას შორის არსებულ კავშირში, 12-18 წლამდე ასაკის მოზარდების მაგალითზე, რომელთა ერთი მშობელი მაინც იმყოფება ემიგრაციაში.

შედეგების მიხედვით აღმოჩნდა, რომ ემოციურ ინტელექტსა და პოსტტრავმულ ზრდას შორის არის დადებითი კავშირი, შესაბამისად, დადასტურდა პირველი ჰიპოთეზა.

დიდი ხუთეულის ნიშნებიდან ექსტრავერსიას, კეთილსინდისიერებას, თანხმობისადმი მზაობასა და პოსტტრავმულ ზრდას შორის აღმოჩნდა დადებითი კავშირი, ხოლო ნეიროტიციზმსა და პოსტტრავმულ ზრდას შორის უარყოფითი. ასევე, გამოცდილებისადმი ღიაობასა და პოსტტრავმული ზრდის პიროვნული სიძლიერის სკალას შორის აღმოჩნდა დადებითი კავშირი. შესაბამისად, დადასტურდა მეორე ჰიპოთეზაც.

ხასიათის სიმტკიცეებსა და პოსტტრავმულ ზრდას შორის აღმოჩნდა დადებითი კავშირი. შესაბამისად, დადასტურდა მესამე ჰიპოთეზაც, რომლის მიხედვითაც ხასიათის სიმტკიცეებსა და პოსტტრავმულ ზრდას შორის არის დადებითი კავშირი.

აკვიატებულ რუმინაციას, რეფლექსურ რუმინაციასა და პოსტტრავმული ზრდის პიროვნული სიძლიერის ფაქტორს შორის აღმოჩნდა დადებითი კორელაცია, ხოლო დეპრესიასთან დაკავშირებულ რუმინაციასა და პოსტტრავმულ ზრდას შორის - უარყოფითი. შესაბამისად მეოთხე ჰიპოთეზა, რომლის მიხედვითაც, რუმინაციასა და პოსტტრავმულ ზრდას შორის არის უარყოფითი კავშირი, ნაწილობრივ დადასტურდა.

რეფლექსურ რუმინაციასა და აკვიატებულ რუმინაციას ნაწილობრივი მედიაციური ეფექტი აქვს ემოციურ ინტელექტსა და პოსტტრავმულ ზრდას შორის კავშირზე. შესაბამისად, მეხუთე ჰიპოთეზა, რომლის მიხედვითაც, ინდივიდუალურ მახასიათებლებსა და პოსტტრავმულ ზრდას შორის კავშირი გამაშუალებელი იქნება რუმინაციით, ნაწილობრივ დადასტურდა.

*კვლევის თეორიული და პრაქტიკული ღირებულება.* წინამდებარე კვლევა წარმოადგენს ინდივიდუალურ თავისებურებებსა და პოსტტრავმულ ზრდას შორის მიმართების, ასევე, მათ ურთიერთქმედებაში შესაძლო მედიაციური და მოდერაციული ეფექტების შესწავლის ერთ-ერთ პირველ მცდელობას საქართველოში მცხოვრებ მოზარდებზე, რომელთა მშობელი იმყოფება ემიგრაციაში. გამომდინარე იმ ფაქტიდან, რომ ხასიათის სიმტკიცეები შედარებით ახალი საკვლევი კონტრუქტია,



კვლევის თეორიული ღირებულებაც სწორედ ხასიათის სიმტკიცეების მნიშვნელოვანი როლის აღმოჩენაა პოსტტრავმულ ზრდაში. ასევე, ინდივიდუალურ თავისებურებებსა და პოსტტრავმულ ზრდაში რუმინაციის მედიაციური ეფექტის შესწავლა მოზარდების მაგალითზე. რაც შეეხება კვლევის პრაქტიკულ ღირებულებას, კვლევის შედეგებიდან გამომდინარე შეგვიძლია ხაზი გავუსვათ ხასიათის სიმტკიცეების მნიშვნელოვნებას მოზარდებისთვის და მოზარდებთან მუშაობის პროცესში ხელი შევუწყოთ ხასიათის სიმტკიცეების მახასიათებლების განვითარებას, რათა მათ ეფექტურად შეძლონ მომავალ პოტენციურ მატრავმირებელ მოვლენებთან გამკლავება.

*კვლევის ლიმიტები.* ბუნებრივია, კვლევას აქვს გარკვეული შეზღუდვებიც. ეს შეზღუდვები უკავშირდება მხოლოდ თვითანგარიში ტიპის კითხვარების გამოყენებას. რამდენადაც კვლევა ბავშვებსა და მოზარდებს უკავშირდება, კარგი იქნებოდა, ჩვენთვის საინტერესო მახასიათებლების შესახებ ინფორმაცია მოგვეპოვებინა როგორც თავად ბავშვების, ასევე, მშობლებისა და მასწავლებლების მხრიდან და მათგან მიღებული ინფორმაციის შედარების საფუძველზე გაგვეანალიზებინა მიღებული შედეგები. თუმცა, უნდა ითქვას, რომ თვითანგარიშის ტიპის კითხვარები უფრო მოსახერხებელი და ხშირად გამოყენებადია.

ასევე, კარგი იქნებოდა რაოდენობრივის გარდა თვისებრივი შედეგების გამოყენებაც კვლევის სხვა მეთოდების გამოყენებით, თუმცა რაოდენობის თვალსაზრისით მონაწილეთა რაოდენობა არც თუ ისე ცოტაა, ამასთანავე რაოდენობრივი მონაცემები უფრო მეტი სანდოობის გარანტიას გვაძლევს.

რაოდენობრივი კვლევის თვალსაზრისით კარგი იქნებოდა მონაწილეთა უფრო მეტი რაოდენობა ყოფილიყო, თუმცა კვლევაში მონაწილე მოზარდები სპეციფიკურ შერჩევას წარმოადგენდნენ და მათი ხელმისაწვდომობაც რთული იყო.

*მომავალი კვლევის მიმართულებები.* სამომავლოდ კვლევებში სასურველია იყოს უფრო დიდი შერჩევა, რომელიც დამატებით უფრო რთული ანალიზის ჩატარების საშუალებას მოგვცემს. ასევე, დამატებით ინფორმაციის მოპოვება მოზარდის გარემოცვაში მყოფი ადამიანისგან, დამატებით საინტერესო ინფორმაციას მოგვცემს და უფრო გაამდიდრებს კვლევის პრაქტიკულ თუ თეორიულ ღირებულებას.

საინტერესო იქნება პოსტტრავმულ ზრდაში სხვა ინდივიდუალური მახასიათებლების შესწავლა და სხვა მედიაციური ცვლადების გამოყენება, რათა უფრო გავიღრმავოთ ცოდნა პოსტტრავმული ზრდის ფენომენის მიმართ.

## გამოყენებული ლიტერატურა:

- Alcaraz, C. P. Chiquiar, D. Salcedo, A. (2012). Remittances, schooling, and child labor in Mexico. *Journal of Development Economics*, 97, 156-165
- Allan, B. A. Duffy, R. D. (2014). Examining moderators of signature strengths use and well-being: Calling and signature strengths level. *Journal of Happiness Studies*, 15, 323-337
- Alloy, L. B. Abramson, L. Y. Hogan, M. E. Whitehouse, W. G. et al. (2000). The Temple-Wisconsin Cognitive Vulnerability to Depression Project: Lifetime history of Axis I psychopathology in individuals at high and low cognitive risk for depression. *Journal of Abnormal Psychology*, 109, 403-418
- Batistella, G. Conaco, M. C. (1998). The impact of labour migration on the children left behind: A study of elementary school children in the Philippines. *Journal of Social Issues in Southeast Asia*, 13, 220-241
- Bowker, J. (2970). Problems of suffering in religions of the world. *New York: Cambridge University Press*, 27, 369-370
- Calhoun, L. G. Cann, A. Tedeschi, R. G. (2006). The Role of Rumination in the Coexistence of Distress and Posttraumatic Growth Among Bereaved Japanese University Students. *Journal of Death Studies*, 32, 428-444
- Calhoun, L. G. Tedeschi, R. G. (1999). *Facilitating posttraumatic growth: A clinician's guide*.
- Cann, A. Tedeschi, R. G. Calhoun, L. G. (2007). Intrusive versus deliberate rumination I posttraumatic growth across US and Japanese samples. *Anxiety, Stress, & Coping > An International Journal*, 22, 129-136
- Chiva, R. Alegre, J. (2008). Emotional intelligence and job satisfaction: the role of organizational learning capability. *Personal Review*, 37, 680-701
- Cortes, P. (2013). The Feminization of International Migration and its Effects on the Children Left Behind: Evidence from the Philippines. *World Development*, 65, 62-78
- Creamer, M. Burgess, P. Pattison, P. (1992). Reaction to trauma: A cognitive processing model. *Journal of Abnormal Psychology*, 101, 452-459
- Douglass, R. P. Duffy, R. D. (2014). Strengths use and life satisfaction: a moderated mediation approach. *Journal of Happiness Studies*, 16, 619-632

- Finzi-Dottan, R. Triwitz, Y. S. Golubchik, P. (2010). Predictors of stress-related growth in parents of children with ADHD. *Research in Developmental Disabilities*, 32, 510-519
- Greenberg, M. A. (1995). Cognitive processing of traumas: The role of intrusive thoughts and reappraisals. *Journal of Applied Social Psychology*, 25, 1262-1296
- Guse, T. Hudson, D. (2013). Psychological Strength and Posttraumatic Growth in the Successful Reintegration of South African Ex-Offenders. *International Journal of Offender Therapy and Comparative Criminology*, 58
- Helgeson, V. S., Reynolds, K. A. Tomich, P. L. (2006). A meta-analytic review of benefit finding and growth. *Journal of Consulting and Clinical Psychology*, 74, 797-816
- Higgs, M. Aitken, P. (2003). An exploration of the relationship between emotional intelligence and leadership potential. *Journal of Managerial Psychology*, 18, 814-823
- Ho, S. M. Y. Chan, C. L. W. Ho, R. T. H. (2003). Posttraumatic growth in chinese cancer survivors. *Journal of the Psychologicalm Social and Behavioral Dimensions of Cancer*. 13, 377-389
- Housler, M. Strecker, C. Huber, A. Brenner, M. Hoge, T. Hofel, S. (2017). Distinguishing Relational Aspects of Character Strengths with Subjective and Psychological Well-being. *Frontiers in Psychology*, 8
- Isikli, S. Aker, A. T. Gul, E. I. Erkan, B. B. Ozkol, H. Guzel, H. Y. (2012). Personality, posttraumatic stress and trauma type: factors contributing to posttraumatic growth and its domains in a Turkish community sample. *European Journal of Psychotraumatology*, 3
- Jaarsma, T. A. Pool, G. Sanderman, R. Ranchor, A. V. (2006). Psychometric properties of the Dutch version of the Posttraumatic Growth Inventory among cancer patients. *Psycho-Oncology*, 15, 911-920
- Janoff-Bulman, R. (1992). Shattered assumptions. *New York: Free Press*.
- Jayawickreme, E. Blackie, E. R. (2014). Post-traumatic Growth as Positive Personality Change: Evidence, controversies and Future Directions. *European Journal of Personality*, 28, 312-331
- Joseph, S. (2000). Psychometric evaluation of Horowitz's Impact of Event scale: A review. *Journal of Traumatic Stress*, 13, 103-113
- Joseph, s. Linley, P. A. (2005). Positive adjustment to threatening events: An organismic valuing theory of growth through trauma. *Review of General Psychology*, 9, 262-280

- Kerr, R. Garvin, J. Heaton, N. Boyle, E. (2006). Emotional intelligence and leadership effectiveness. *Leadership & Organization Development Journal*, 27, 265-279
- Lee, J. N. T. Foo, K. H. Adams, A. Morgan, R. Frewen, A. (2015). Strength of character, orientations to happiness, life satisfaction and purpose in Singapore. *Journal of Tropical Psychology*, 5
- Li, Y. Cao, F. Cao, D. Lui, J. (2014). Nursing students' post-traumatic growth, emotional intelligence and psychological resilience. *Psychiatric and Mental Health Nursing*, 22, 326-332
- Linley, P. A. Joseph, S. (2004). Positive Change Following Trauma and Adversity: A Review. *Journal of Traumatic Stress*, 17, 11-21
- Mayer, J. D. Salovey, P. (1997). What is emotional intelligence? *Emotional development and emotional intelligence: Educational implications* 3-31
- McAdams, D. P. Aubin, E. (1992). A theory of generativity and its assessment through self-report, behavioral acts, and narrative themes in autobiography. *Journal of Personality and Social Psychology*, 62, 1003-1015
- Morris, B. A. Shakespear-Finch, J. Rieck, M. Newbery, J. (2005). Multidimensional nature of posttraumatic growth in an Australian population. *Journal of Traumatic Stress*, 18, 575-585
- Nolan-Hoeksema, S. (1991). Responses to depression and their effects on the duration of depressive episodes. *Journal of Abnormal Psychology*, 100, 569-582
- Nolen-Hoeksema, S. Morrow, J. (1991). A prospective study of depression and posttraumatic stress symptoms after a natural disaster: The 1989 Loma Prieta Earthquake. *Journal of Personality and Social Psychology*, 61, 115-121
- Owens, G. P. (2016). Predictors of posttraumatic growth and posttraumatic stress symptom severity in undergraduates reporting potentially traumatic events. *Journal of Clinical Psychology*, 72, 1064-1076
- Park, C. L. Frenster, J. R. (2004). Stress-related growth: Predictors of occurrence and correlates with psychological adjustment. *Journal of Social and Clinical Psychology*, 23, 195-215
- Park, C. L. (2010). Making sense of the meaning literature: An integrative review of meaning making and its effects on adjustment to stressful life events. *Psychological Bulletin*, 136, 257-301
- Park, N. Peterson, C. Seligman, M. (2004). Strength of Character and Well-being. *Journal of Social and Clinical Psychology*, 23, 603-619

- Park, N. Peterson, C. (2009). Character Strengths: Research and Practice. *Journal of College & Character*, 4
- Peterson, C. Park, N. (2011). Character strength and virtues: their role in well-being. *Applied Positive Psychology*, 49-62
- Peterson, C. Park, N. Pole, N. D'Andrea, W. Seligman, M. E. P. (2008). Strengths of Character and Posttraumatic Growth. *Journal of Traumatic Stress*, 21, 214-217
- Peterson, C. Park, N. Seligman, E. P. (2007). Greater strengths of character and recovery from illness. *The Journal of Positive Psychology*, 1, 17-26
- Petrides, K. V. Furnham, A. (2001). Trait emotional intelligence: psychometric investigation with reference to established trait taxonomies. *European Journal of Personality*, 15, 425-448
- Powell, S. Rosner, R. Butollo, W. Tedeschi, R. G. Calhoun, L. G. (2002). Posttraumatic growth after war: A study with former refugees and displaced people in Sarajevo. *Journal of Clinical Psychology*, 59, 71-83
- Rosete, D. Ciarrochi, J. (2005). Emotional intelligence and its relationship to workplace performance outcomes of leadership effectiveness. *Leadership & Organization Development Journal*, 26, 388-399
- Ruch, W. Beermann, U. Park, N. Seligman, M. E. P. (2007). Strength of character, orientations to happiness, and life satisfaction. *The Journal of Positive Psychology*, 2, 149-156
- Ryff, C. D. (1989). Happiness is everything, or is it? Explorations on the meaning of psychological well-being. *Journal of Personality and Social Psychology*, 57, 1069-1081
- Salovey, P. Grewal, D. (2005). The Science of Emotional Intelligence. *Association for Psychological Science*, 14, 1-6
- Salovey, P. Mayer, J. D. (1990). Emotional intelligence. *Imagination, Cognition, and Personality*, 9, 185-211
- Schutte, N. Malouff, J. M. Simunek, M. Mckenley, J. Hollander, S. (2010). Characteristic emotional intelligence and emotional well-being. *Cognition and Emotion*, 16, 769-785
- Seligman, M. (2011). Flourish: A Visionary New understanding of Happiness and Well-being. *New York, NY: Free Press*
- Shakespeare-Finch, J. De Dassel, T. (2009). Exploring posttraumatic outcomes as a function of childhood sexual abuse. *Journal of Child Sexual Abuse*, 18, 623-640

- Siegle, G. J. Moore, P. Thase, M. E. (2004). Rumination: One construct, many features in healthy individuals, depressed individuals, and individuals with lupus. *Cognitive Therapy and Research*, 28, 645-668
- Smith, A. Lalonde, R. N. Johnson, S. (2004). Serial Migration and Its Implications for the Parent-Child Relationship: A Retrospective Analysis of the Experiences of the Children of Caribbean Immigrants. *Cultural Diversity and Ethnic Minority Psychology*, 2, 107-122
- Smith, J. M. Alloy, L. B. (2009). A roadmap to rumination: A review of the definition, assessment, and conceptualization of this multifaceted construct. *Clinical Psychology Review*, 29, 116-128
- Spasojevic, J. Alloy, L.B. (2001). Rumination as a common mechanism relating depressive risk factor to depression. *Emotion*, 1, 25-37
- Stockton, H. Hunt, N. Joseph, S. (2011). Cognitive Processing, Rumination, and Posttraumatic Growth. *Journal of Traumatic Stress*, 24, 85-92
- Sy, T. Tram, S. O'Hara, L. (2006). Relation of employee and manager emotional intelligence to job satisfaction and performance. *Journal of Vocational Behavior*, 68, 461-473
- Taku, K. Calhoun, L. G. Tedeschi, R. G. Gil-Rivas, V. Kilmer, R. P. Cann, A. (2007). Examining posttraumatic growth among Japanese university students. *Anxiety, Stress and Coping*, 20, 353-367
- Taku, K. Cann, A. Calhoun, L. G. Tedeschi, R. G. (2008). The factor structure of the Posttraumatic Growth Inventory: A comparison of five models using confirmatory factor analysis. *Journal of Traumatic Stress*, 21, 158-164
- Tedeschi, R. G. Calhoun, L. G. (1995). Trauma and transformation: Growing in the aftermath of suffering.
- Tedeschi, R. G. Calhoun, L. G. (1996). The Posttraumatic Growth Inventory: Measuring the positive legacy of trauma. *Journal of Traumatic Stress*, 9, 455-471
- Tedeschi, R. G. Calhoun, L. G. (2004). Posttraumatic Growth: Conceptual Foundation and Empirical Evidence. *Psychological Inquiry*, 15, 1-18
- Tedeschi, R. G. Cann, A. Taku, K. Senol-Durak, E. Calhoun, L. G. (2017). The Posttraumatic Growth Inventory: A revision integrating existential and spiritual change. *Journal of Traumatic Stress*, 30, 11-18
- Tennen, H. Affleck, G. (1998). Personality and transformation in the face of adversity. *Lawrence Erlbaum Associates Publishers*. 65-98

- Treynor, W. Gonzalez, R. Nolen-Hoeksema, S. (2003). Rumination reconsidered: A psychometric analysis. *Cognitive Therapy and Research*, 27, 247-259
- Tsukayama, E. Wood, A. M. Maltby, J. Eades, J. F. Linley, A. (2010). Strength Gym: The impact of a character strength-based intervention on the life satisfaction and well-being of adolescents. *The Journal of Positive Psychology*, 6, 377-388
- United Nations, Department of Economic and Social Affairs, Population Division (2017). *International Migration Report 2017*.
- Wilson, J. T. Boden, J. M. (2008). The effect of personality, social support and religiosity on posttraumatic growth. *Australasian Journal of Disaster and Trauma Studies*, 1, 1-19
- Xu, J. Liao, Q. (2011). Prevalence and predictors of posttraumatic growth among adult survivors one year following 2008 Sichuan earthquake. *Journal of Affective Disorders*. 133, 274-280
- Zhang, W. Yan, T. Do, Y. Liu, X. (2013). Relationship between coping, rumination and posttraumatic growth in mothers of children with autism spectrum disorders. *Research in Autism Spectrum Disorders*, 7, 1204-1210

