

ПОСТТРАВМАТИЧНИЙ стресовий розлад, спричинений війною: аналіз на основі літературних образів

Емоційні страждання, пов'язані з болем, втратою близьких і невинними наслідками війни, не лише відкрили широкі перспективи для досліджень у сфері психології травми, але й стали однією із провідних тем сучасної художньої літератури. Метою таких наукових і творчих пошуків є глибше осмислення психологічної травми, спричиненої війною, та складності людських захисних механізмів в умовах екстремального стресу — тем, що набувають особливої актуальності для українців сьогодні. Пропонуємо до вашої уваги огляд статті M. El Gebali «Post-traumatic stress disorder (PTSD) in Zoulfa Katouh's *As Long as the Lemon Trees Grow*» видання Philos Ethics Humanit Med (2025; 20 (1): 27), присвяченої аналізу проявів посттравматичного стресового розладу героїні роману в умовах військової агресії.

Дебютний роман Зульфи Каті (Zoulfa Katouh), канадійки сирійського походження, «Доки ростуть лимонні дерева» («As Long as the Lemon Trees Grow», 2022) висвітлює події на тлі війни в Сирії після Арабської весни. Авторка, фармацевтка за фахом, створює переконливий образ людини із посттравматичним стресовим розладом (ПТСР), яка стикається з жахливими реаліями війни. Салама, юна студентка фармацевтичного факультету, безпосередньо зазнає впливу військової агресії, добровільно працюючи асистенткою хірурга серед хаосу війни й особистих втрат. У відповідь на свій страх і тривогу вона створює галюцинаторну чоловічу фігуру на ім'я Хауф (Khawf), що арабською означає «страх». Хауф є символічним відображенням її травматичного досвіду, що розмиває межі між реальністю й уявою та висвітлює психологічні наслідки життя в зоні, охопленій війною.

M. El Gebali досліджує зображення природи ПТСР у романі та аналізує, як відповідальність Салами перед пораненими цивільними особами та її почуття провини перед тими, кого не змогла врятувати, впливають на її психіку. Вони змушують героїню уникати спогадів, провокують галюцинації та запускають захисні механізми.

Теоретичне обґрунтування дослідження

M. El Gebali зазначає, що теоретичною основою аналізу проявів ПТСР у героїні роману є праці відомих вчених — C. Figley (1985), одного із засновників психології травми, A. Ehlers (2000), відомої дослідниці ПТСР, — а також теорія стресової реакції (Horowitz, 1993, 1997). M. El Gebali проаналізувала, яким чином авторка роману Z. Katouh через образ Салами ілюструє прояви ПТСР, як-от провини,

витіснення спогадів, страх і галюцинації (симптом, який зрідка пов'язується безпосередньо із ПТСР). У романі достеменно показано, як травма руйнує людську психіку та спотворює сприйняття, зображуючи ПТСР одночасно клінічним розладом і глибокою реакцією людини на невинне насильство в умовах війни.

Визначення ПТСР уперше з'явилося 1980 р. у третьому виданні Діагностичного і статистичного посібника із психічних розладів (DSM–III), де його класифікували як тривожний розлад, наголошуючи, що розвиток ПТСР відбувається після травматичної події, яка зазвичай виходить за межі звичного людського досвіду (APA, 1980). A. Ehlers та D.M. Clark (2000) уточнюють, що в межах когнітивних моделей тривоги є наслідком оцінювання загрози, що насувається, натомість ПТСР є розладом, суть якого — в пам'яті про подію, яка вже відбулася. Автори розв'язують цю дилему, пояснюючи, що ПТСР розвивається за умови, коли індивід обробляє травматичну подію та/або її наслідки так, що формується відчуття серйозної поточної загрози. Це супроводжується нав'язливими спогадами, повторними переживаннями події, симптомами збудження, тривожністю та іншими емоційними реакціями.

На думку C.R. Figley (1985), наслідком травматичного досвіду є емоційний стан дискомфорту та стресу, спричинений спогадами про надзвичайну, катастрофічну подію,

У романі достеменно показано, як травма руйнує людську психіку та спотворює сприйняття, зображуючи ПТСР одночасно клінічним розладом і глибокою реакцією людини на невинне насильство в умовах війни

яка зруйнувала уявлення людини щодо власної невразливості перед небезпекою. Останніми десятиліттями посттравматичні реакції привертають значну увагу дослідників, особливо після визнання ПТСР окремою діагностичною категорією в DSM-III (APA, 1980). Натепер більшість проведених у цій галузі досліджень зосереджені на психологічних наслідках війни або стихійних лих.

За твердженням D. Berntsen et al. (2008), до офіційного визнання ПТСР у 1980 р. психічний розлад, спричинений травматичними переживаннями, розглядався як тимчасовий стан, що частково залежав від психологічних особливостей пацієнта та його здатності до адаптації. Тривалі стресові реакції вважалися аномальними та свідчили про вразливість пацієнта ще до травматичної події. Після введення визначення ПТСР посттравматичні реакції почали розглядати як загальну стресову відповідь, яка може розвинути у будь-кого, хто стикнувся із достатньо потужним зовнішнім стресором (Berntsen et al., 2008). Таким чином, саме інтенсивність події, а не особистісна вразливість визначає можливість розвитку у людини ПТСР.

Концепцію ПТСР було додатково переглянуто в DSM-IV та визначено низку критеріїв і симптомів. По-перше, згідно із DSM-IV, ПТСР виникає внаслідок травматичної події, що викликає сильні почуття паніки та безпорадності. По-друге, основними симптомами ПТСР є нав'язливі, неприємні та гнітючі думки, нічні кошмари і яскраві спогади про травматичну подію. Крім того, болісні спогади, зокрема флешбеки, містять суттєву або контекстуальну інформацію про травматичну подію, насичену значною кількістю сенсорних переживань. Також у більшості осіб із ПТСР формується фрагментований спогад про травму, тоді як нейтральні події вони пам'ятають цілісно. Іншим важливим аспектом діагностики є навмисне уникання подразників, пов'язаних із травмою, та/або емоційне оніміння, наприклад, відчуття відчуження чи втрати інтересу. Переживання крайнього страху, безпорадності чи жаху в момент травми є критерієм для встановлення діагнозу ПТСР (APA, 1994).

Поняття «психічної поразки» (*mental defeat*), яке визначається як усвідомлена втрата будь-якої автономії, стан, коли людина у власній свідомості відмовляється від зусиль зберегти свою ідентичність як істоти із власною волею, також тісно пов'язане з безпорадністю (Ehlers et al., 2000). Ті, хто пережив травму і психічну поразку, можуть сприймати себе як об'єкти, зруйновані або байдужі до того, виживуть вони чи ні. Крім того, існують численні докази того, що ПТСР часто супроводжується почуттями сорому, провини, горя, зради, приниження та люті (Brewin, Holmes, 2003).

Війна та ПТСР: ретроспектива і сучасність

Війна є надзвичайно складним соціальним, політичним і економічним явищем, яке включає комплексні операції агресії та оборони, спрямовані на досягнення певних цілей (Mansfield, 1982). Війна має наслідки, що охоплюють цілі покоління і впливають на цілі народи, протягом століть залишаючись найбільшим лихом людства.

Втім, хоча деякі вважають, що прагнення до війни вкорінене в людській природі як агресивний інстинкт, S. Mansfield (1982) зауважує, що не слід перебільшувати поширеність або універсальність війн, адже, хоча чимало народів в історії брали участь у війнах, більшість людей

не були учасниками бойових дій. Проте держави вступають у війни із різних причин — для виживання, оборони, захисту честі, здобуття влади чи панування.

У порівняльному аналізі проявів ПТСР у представників різних груп осіб, які пережили війну, J.P. Wilson (1988) зазначає, що ті, хто став свідком звірств — убивств і масштабних руйнувань, можуть зберігати глибокий слід цих подій у пам'яті, що негативно позначається на їхньому почутті людяності та гідності. Війна породжує особливу травму і цілий спектр стресових чинників — фізичні поранення, втрату майна, смерть близьких, які залишають тривалий слід у психіці тих, хто їх пережив.

M. El Gebali констатує, що до початку війни впродовж багатьох років питанню психічного здоров'я у Сирії не приділялося належної уваги, за винятком окремих спроб зменшити стигму, пов'язану із психічними розладами (Kakaje et al., 2021). Внаслідок цього під час війни сектор охорони психічного здоров'я зазнав особливо великих втрат порівняно з іншими медичними напрямками. Багато сирійських дітей і молоді були змушені дорослішати у середовищі соціальної структури країни, зруйнованої війною. A. Kakaje et al. (2021) дослідили психологічні травми, спричинені війною в Сирії, у 1951 сирійця, більшість із яких були студентами університетів. Було встановлено, що майже 37 % учасників мали повний комплекс проявів ПТСР, а понад 60 % — два або більше позитивних симптомів розладу. Близько 50 % опитаних були змушені змінити місце проживання через війну, а 28 % робили це понад три рази. Крім того, ~ 64 % зазнали втрати когось із рідних через війну, а > 80 % мали родича або друга, життя якого було під загрозою. Дослідники дійшли висновку, що кількість змін місця проживання через війну, рівень освіти та стрес, спричинений «шумом війни», є найважливішими факторами, які підвищують частоту ПТСР, та що загалом понад 60 % населення страждали на ПТСР і тяжкі психічні розлади (Kakaje et al., 2021).

Війна має наслідки, що охоплюють цілі покоління і впливають на цілі народи, протягом століть залишаючись найбільшим лихом людства

ПТСР крізь призму художнього образу

Z. Katouh стала першою сирійською авторкою, дебютний роман якої в категорії молодіжної літератури «As Long as the Lemon Trees Grow» був опублікований одночасно у США та Великій Британії (El Gebali, 2025). У передмові письменниці зазначила, що вирішила написати роман, коли зрозуміла, що люди на Заході насправді не усвідомлюють, що відбувається в Сирії, оскільки засоби масової інформації зосереджуються на політичних партіях, що зводять сирійців — жертв, сиріт, переміщених осіб — до «цифр». Вона підкреслила намір передати у своєму творі частину жаклих історій із Сирії та донести до суспільства Заходу, що люди — не «цифри» у звітах новин світових медіа (Katouh, 2024).

Першим опублікованим дослідженням на основі роману стала стаття A.A.T. Latumeten і N. Nofansyah (2024), які запропонували його екокритичне прочитання (тобто через призму зв'язку із довкіллям), що підкреслює символічну центральність природного середовища, зокрема

лимонних дерев, у наративі та сирійській культурній ідентичності. Того ж року були опубліковані два інших дослідження, зосереджених на темі травми. R. Nopriyanto (2024) коротко проаналізував образ головної героїні через призму теорії травми С. Caruth, тоді як А. Shabbir et al. (2024) розглянули ПТСР головної героїні, Салами, через модель травми та відновлення J. Herman. A. Rizkyane Machmuri et al. (2025) дослідили структуру романтичного сюжету на основі теорії ідеального любовного наративу J. Radway.

Нове дослідження M. El Gebali (2025) ґрунтується на іншому теоретичному підході, пропонуючи глибоке осмислення природи та механізмів ПТСР, представлених у романі. Дослідниця спирається на теорію стресової реакції (Horowitz, 1997), модель психічної поразки й відчуження в умовах політичної травми (Ehlers, 2000; Ehlers, Clark, 2000) та аналіз явища галюцинацій як порушень сприйняття (Lyndon, Corlett, 2020).

Відображення симптомів ПТСР

Відчуття болю і страждань передаються із перших сторінок роману через образ Салами, головної героїні, 18-річної студентки фармацевтичного факультету, яка на початку війни змушена покинути навчання після завершення лише першого курсу університету. Після початку бойових дій дівчина опиняється в епіцентрі хаосу й добровільно працює асистенткою хірурга серед бомбардувань і снайперських атак в єдиній лікарні, що залишилася в її районі в місті Хомс. Салама розповідає, що вона навчилася самотійно діставати уламки, зшивати рани й намагатися зупинити смерть, і визнає, що стала хірургом із примусу (Katouh, 2022). Слова дівчини підкреслюють, як війна змусила її взяти на себе обов'язки, що виходять далеко за межі освіти, перетворивши її зі студентки на хірурга з необхідності, позбавивши можливості мріяти чи жити звичайним життям підлітка. Салама також переживає втрату близьких: її батько помирає у в'язниці після арешту під час протесту, мати гине під час бомбардування будинку, а старший брат ув'язнений режимом, та її мучить невідомість, чи він живий. Отже, Салама самотужки переживає травму війни й смерть рідних.

Письменниця тонко змальовує спустошливий вплив війни на Саламу, яка проводить дні в лікарні, доглядаючи поранених, виконуючи операції без анестезії, стаючи свідком того, як діти роблять свій останній подих. Салама неодноразово непритомніє, вибігає з лікарні, задихаючись у пошуках свіжого повітря, але криваві картини залишаються закарбованими в її свідомості. Вона описує безвихідні умови, в яких змушена працювати: «Військова облога, накладена на нас, — це смертний вирок... наші запаси їжі вичерпуються, ми голодуємо... лікарня ось-ось досягне стану, коли ліки стануть міфом. Я знаю це, бо сьогодні я робила операції без анестезії...» (Katouh, 2022).

Проведення операцій без знеболювання підкреслює крайню нестачу ресурсів і жорстокість війни, що виштовхує Саламу за межі її можливостей. Психологічні наслідки очевидні, коли лікар-наставник знаходить дівчину, яка сидить на підлозі в кутку однієї з палат, притискаючи коліна до грудей, хитаючись узад і вперед, тремтячи й плачучи, намагаючись себе заспокоїти (Katouh, 2022). Образ

повного виснаження й розпаду внутрішніх сил ілюструє глибокий психологічний дистрес, який переживає Салама, та показує, як травма руйнує когнітивні процеси, коли «людина починає сприймати себе як безпорадну чи зламану, світ — як небезпечний і непередбачуваний, а майбутнє — як безнадійне».

Травма ще більше поглиблюється, коли Салама бачить двох маленьких семирічних дівчаток, що лежать нерухомо на підлозі лікарні з кульовими пораненнями в горло (Katouh, 2022). Невинність дітей, що контрастує із завданням їм насильством, посилює відчай Салами, показуючи, як жахи війни руйнують не лише життя, але й психічне здоров'я тих, хто вижив.

Відчуття провини

За твердженням С. R. Brewin та Е. А. Holmes (2003), почуття провини й сорому часто супроводжують розвиток ПТСР. Це так звані емоції самоусвідомлення — вони передбачають певний рівень самооцінки та розвинену здатність до саморефлексії (McDevitt-Murphy et al., 2020). Крім того, і провинна, і сором супроводжуються негативною самооцінкою, коли людина не здатна відповідати бажаним чи очікуваним стандартам, основою яких є глибоко вкорінені суспільні уявлення про мораль, честь і місце в соціумі. М. El Gebali підкреслює, що ці почуття тонко, але глибоко відображені у спостереженні героїні роману Z. Katouh, яка відчуває, що кров загиблих ніби стає частиною її ДНК, постійно нагадуючи, що вона не змогла їх врятувати: «Я гостро відчуваю засохлі плями крові, що просочилася під рукави мого лабораторного халата. За кожне життя, яке я не можу врятувати під час своєї зміни, ще одна крапля крові стає частиною мене. Скільки б я не мила руки, кров наших мучеників просочується під мою шкіру, в мої клітини. Напевно, вона вже закодована в моїй ДНК» (Katouh, 2022).

Слова Салами яскраво підкреслюють глибокий психологічний вплив смерті на її свідомість: образ крові, що проникає під шкіру та стає частиною ДНК, передає відчуття, що травма — це не лише психологічний досвід, а те, що вросло в саму її сутність. Її переконання, що кожна людина, яку вона не змогла врятувати, стає частиною її самої, відображає почуття провини, яке зростає із кожною втраченою. Це підтверджує тезу про те, що ПТСР часто супроводжується оцінюванням власної відповідальності за травматичну подію чи її наслідки, результатом чого є постійне почуття провини, й пояснює, чому Салама безупинно звинувачує себе у смерті інших (Ehlers, Clark, 2000).

Образ повного виснаження й розпаду внутрішніх сил ілюструє глибокий психологічний дистрес, який переживає Салама, та показує, як травма руйнує когнітивні процеси, коли «людина починає сприймати себе як безпорадну чи зламану, світ — як небезпечний і непередбачуваний, а майбутнє — як безнадійне»

ПТСР часто супроводжується оцінюванням власної відповідальності за травматичну подію чи її наслідки, результатом чого є постійне почуття провини

Накопичення крові, яку неможливо змити, символізує тягар пережитого досвіду, що став невід'ємною частиною ідентичності Салами, й демонструє, як війна змінила її особистість. Почуття провини, поєднане з яскравими, моторошними образами, які використовує письменниця, передає емоційне й психологічне виснаження, що його завдає ПТСР, особливо тим, хто пережив жахи війни.

Аналізуючи опис проявів ПТСР, М. El Gebali звертає увагу на глибоке відчуття провини, яке поступово руйнує психічний стан Салами, призводить до безсоння й крайнього виснаження, коли вона вже не може витримати тягара постійної травми: «Усі помирають. Що б я не робила, це не допомагає. Голова болить. Я не спала нормально вже понад рік. Відчуваю, ніби кричу в безодню, яка просто все поглинає. І невдовзі вона поглине й мене» (Katouh, 2022).

За твердженням М. El Gebali, стан Салами відображає надмірне збудження — поширений симптом, що виникає внаслідок травматичного досвіду та є способом тіла залишатися напеготові. Описаний стан супроводжується порушеннями сну та з'являється на тлі біологічних змін, спричинених травмою. Хоча надмірне збудження — це форма самозахисту після травми, воно може мати руйнівні наслідки (Center for Substance Abuse Treatment, 2014). А. Ehlers та D.M. Clark (2000) також пояснюють, що надмірне збудження як симптом ПТСР розвивається через сприйняття людиною травматичної події або її наслідків як постійної загрози, що супроводжується нав'язливими спогадами, тривогою та іншими емоційними реакціями.

Саламу охоплюють відчуття безпорадності й розпачу. Те, що вона бачить, як «усі помирають», підкреслює фатальність смерті, а її відчуття, що «нічого не допомагає» — типову реакцію за ПТСР, коли люди почуваються безсилими щось змінити або уникнути травматичних подій (Ehlers et al., 2000). Така безпорадність тісно пов'язана із феноменом «психічної поразки», який дослідниками описується як стан, коли людина внутрішньо здається, відмовляючись від будь-яких зусиль зберегти власну ідентичність як особистість із власною волею та втрачає відчуття автономії (Ehlers et al., 2000).

Страждання Салами тривають протягом усього роману — щодня в лікарні вона стикається зі смертю, поки одного дня не вигукує, що більше так не може, не хоче побачити ще одне мертве тіло і не витримає цієї провини. Її емоцій-

Пацієнти, які пережили «психічну поразку», частіше, ніж інші жертви сприймають травму як доказ того, що нібито вони — негідні люди

на травма переходить у фізичні страждання — шлунок «роздирає» від голоду, а долоні вкриваються шрамами від власних нігтів (Katouh, 2022). Схильність до самоушкодження можна трактувати як відчайдушну спробу відчувати щось інше, крім психологічного болю. Це також може бути наслідком негативного образу себе, адже пацієнти, які пережили «психічну поразку», частіше, ніж інші жертви, сприймають травму як доказ того, що нібито вони — негідні люди (Ehlers, Clark, 2000).

Тягар провини, безпорадності та відчаю ще більше посилюється після того, як сирійська армія починає використовувати хімічну зброю, що подвоює кількість жертв: «Чергові тіла, яких торкаються мої руки, — мертві.

Ніхто не вижив. Я запізнилася... Повільно підіймаюся на тремтячі ноги й дивлюся на катастрофу довкола. Тіла оточують мене, а я стою посередині й дивлюся, як вони засуджують мене. Мої руки — червоні, обпалені газом, який розпиляли на жертв. Та сама історія повторюється з іншими героями, але фінал завжди один. І попри те, що я це знаю, біль залишається. Він більший, ніж я можу витримати» (Katouh, 2022).

Слова Салами передають глибоке відчуття провини і втрати: її руки, що символізують лікування й життя, торкаються лише смерті. Переконавання, що вона запізнилася, відображає глибоку провину та самозвинувачення — типовий симптом пацієнтів із ПТСР. Опис тремтячих ніг підкреслює фізичне й емоційне виснаження, а образ Салами, що стоїть посередині, створює відчуття ізоляції, ніби вона — центр трагедії, відповідальна за все довкола. Узагальнюючи аналіз центрального симптому ПТСР, М. El Gebali підкреслює майстерність зображення провини, глибоко вкоріненої у досвід героїні. Через яскраві метафори, повторювані сцени жаху й глибоку емоційну образність письменниця передає, як провини, тісно переплетена з воєнними жахами, створює нескінченне коло психологічних страждань — одну із ключових рис ПТСР.

Провина, тісно переплетена з воєнними жахами, створює нескінченне коло психологічних страждань — одну із ключових рис ПТСР

Уникання та пригнічення спогадів

За твердженням М. J. Horowitz (1993), коли людина стикається із травмою, її початковою реакцією є обурення від усвідомлення того, що сталося (стрес-реакція). Наступною реакцією є спроба асимілювати нову травматичну інформацію з попереднім досвідом. При цьому травмовані особи часто переживають стан інформаційного перевантаження, оскільки не здатні узгодити свої думки й спогади про травму таким чином, щоб вони відповідали сенсам, які мали до травми. У відповідь на таку напругу активуються психологічні механізми захисту, покликані уникнути спогадів про травму. Наприклад, людина може заперечувати сам факт травми, відчувати емоційне оніміння або уникати всього, що нагадує про неї.

Ця фаза з'являється в романі, коли Салама уникає спогадів про членів родини, які трагічно загинули під час війни — про матір, батька, який помер у в'язниці, й вагітну невістку, яку застрелив снайпер. Наприклад, дівчина уникає будь-яких нагадувань, пов'язаних із матір'ю, щоб не згадувати, як та трагічно загинула під час бомбардування їхнього будинку. Коли головна героїня перебуває в супермаркеті, її охоплює сильне відчуття ностальгії, яке нагадує, як мати колись водила їх за покупками, змушує думати про маму і про те, як вона хитала головою, усміхаючись своїм «червонощоким дітям із сяючими очима», але Салама миттєво відштовхує цей спогад, примушуючи себе перестати згадувати (Katouh, 2022).

М. El Gebali зазначає, що механізм пригнічення ще виразніше показаний у тому, як Салама витісняє спогад про вбивство своєї вагітної невістки, створюючи альтернативну реальність, у якій і вона, і ненароджене немовля залишаються живими та неушкодженими. Протягом усього

роману письменниці зображує травматичний досвід героїні роману в лікарні, потім вона повертається до будинку брата, де живе після того, як її житло було зруйноване, і знаходить розраду в спілкуванні з невісткою Лейлою. Лейла — єдина родичка, що залишилася жива, і дитина, яку вона носить, символізують надію та нове життя. Можливо, саме це — єдина причина, чому Салама щодня тримається за життя попри смерть, що її оточує.

Однак наприкінці роману і читач, і сама Салама шоковані усвідомленням того, що героїня створила альтернативну реальність, у якій Лейла досі жива, — відчайдушну спробу захиститися від нестерпного болю втрати. Пригнічуючи спогади про смерть своєї невістки, дівчина створює її вигадане існування й переконує себе, що Лейла все ще жива, — аж поки наприкінці роману не приходить усвідомлення правди: «Я була в лікарні, коли це сталося. Лейла померла, а мене не було поруч, щоб потримати її руку в своїй. Уламки спогадів спливають уривками, просочуючись крізь ті, які я сама собі створила... Вона поверталася з супермаркету, коли куля військового снайпера прошила її голову. А другий постріл — у живіт... І так просто — її не стало. І не стало моєї племінниці. І я залишилася зовсім сама... Але я все це забула. Наступного дня я прокинулася й побачила, що вона сидить на моєму ліжку зі своєю зухвалою усмішкою, і я... забула. Ні. Я змінила реальність» (Katouh, 2022).

Те, що Салама не була поруч під час загибелі Лейли, посилює її почуття провини й болю, роблячи смерть невістки та ненародженої дитини не лише нестерпною, але й психологічно неприйнятною для неї. Ця подія є настільки травматичною, що стає поштовхом до психологічної потреби повного витіснення спогадів про неї. Використання слова «просочуються» (*seeping*) свідчить про те, що ці спогади повільно прориваються на поверхню, руйнуючи вигаданий наратив, який Салама створила, щоб захистити себе від усіх наслідків травми (El Gebali, 2025).

Ця боротьба між реальними та вигаданими спогадами ілюструє внутрішній конфлікт, характерний для ПТСР, коли розум намагається пригнітити болючі переживання, але не може повністю їх уникнути. Такий стан дослідники описують як «застиглість у часі», коли пацієнти із хронічним ПТСР кажуть, що відчувають себе ніби замкненими в минулому та не здатні повернутися до колишнього життя або почати нове. Науковці зазначають, що такий стан пов'язаний з оцінюванням травми, коли пацієнти можуть вважати, що травма назавжди змінила їх у гірший бік, і тому життя більше ніколи не буде таким, як раніше. Вони також можуть вірити, що колишні життєві цілі втратили сенс після пережитого досвіду (Ehlers, Clark, 2000).

М. J. Horowitz (1997) додає, що у тих, хто страждає на ПТСР, можуть розвиватися «галюцинаторні» переживання, коли людина сприймає свої відчуття як реальні, хоча вони не мають зовнішньої основи, і бачить яскраві суб'єктивні образи як хибні сигнали зовнішньої реальності, але все одно реагує на них емоційно, ніби вони справжні. Отже, як зазначає М. El Gebali, переконуючи себе, що Лейла жива, Салама намагається зберегти відчуття нормальності, уникнути болю втрати й віддалитися від спогаду про травматичну подію.

Страх як галюцинація

Хоча в DSM-III, DSM-IV і DSM-5 галюцинації не визначені як характерна ознака ПТСР, дослідники дедалі частіше описують випадки їх наявності у пацієнтів із цим розладом (Lyndon, Corlett, 2020). Хауф, персонаж-галюцинація, якого розум Салами створює після смерті матері, є головною реакцією на травматичну втрату родини. Його ім'я, що перекладається як «страх», уже саме по собі вказує на ореол жаху, що супроводжує його появу. На думку М. E. McDevitt-Murphy et al. (2020), страх — це емоція, що домінує за ПТСР, особливо той, який виникає у відповідь на стимули, пов'язані з травмою, і стосується він гострого надмірного збудження, яке зазвичай виникає за наявності реальної або уявної загрози, на відміну від тривожного очікування чи занепокоєння.

Однак внутрішній страх Салами набуває форми загрозливого образу: «Попри те, що вікно зачинене, холод пронизує кімнату, та я тремчу, знаючи, що зараз буде. Жах, який я бачу, не обмежується лікарнею. Мій жах зазнав мутацій у моїй свідомості, отримав життя й голос, які щонаочі не дають спокою» (Katouh, 2022). Зв'язок між ПТСР і галюцинаціями підкреслюється тим, що ПТСР вважається розладом обробки пам'яті, а галюцинації — модифікацією сприйняття, та їх взаємодія або порушення цього процесу можуть призвести до психотичних відхилень від узгодженого сприйняття реальності (Lyndon, Corlett, 2020).

Аналізуючи вказане явище, М. El Gebali зазначає, що поява Хауфа супроводжується холодом, який пронизує кімнату, хоча вікно зачинене, — це підкреслює здатність страху підірвати відчуття безпеки та контролю над оточенням. Жах Салами «мутував» у психічний терор, що переслідує її безперервно, виходячи за межі фізичної реальності лікарні. Таким чином, перетворення страху на живу істоту з голосом демонструє, як травма спричиняє екстерналізацію і зовнішню проєкцію страхів, що стають частиною повсякденного існування особи з ПТСР. Вплив Хауфа на Саламу є глибоко вкоріненим: вона описує його постійну присутність у своєму житті як галюцинацію, яка «прийшла, щоб залишитися», наголошуючи, що це — не просто плід уяви, а нав'язлива, невідступна сила. М. El Gebali звертає увагу на те, як героїня описує узагальнений образ страху — він «жорстоко роздмухував (її) страхи, вдихаючи в них життя» упродовж семи місяців, показуючи спогади минулого, які вона намагалася приглушити (Katouh, 2022). Цей тривалий страх ще більше посилюється через здатність Хауфа маніпулювати сприйняттям героїні, адже одне клацання його пальцями може «змінити її реальність», вивільняючи галюцинацію за галюцинацією (Katouh, 2022). На думку М. El Gebali, це демонструє легкість, з якою свідомість, травмована війною, може зануритися у спотворене і насичене

У тих, хто страждає на ПТСР, можуть розвиватися «галюцинаторні» переживання, коли людина сприймає свої відчуття як реальні, хоча вони не мають зовнішньої основи, і бачить яскраві суб'єктивні образи як хибні сигнали зовнішньої реальності, але все одно реагує на них емоційно, ніби вони справжні

страхом бачення дійсності, де межа між реальністю і маяченням стирається.

Салама порівнює голос Хауфа із крижаною водою, якою вона очищує себе від крові загиблих, тим самим безпосередньо пов'язуючи його з почуттям провини. Тривожні червоні плями на його плечах, що контрастують із чистим костюмом, символізують неможливість уникнути болю: кров,

Свідомість, травмована війною, може зануритися в спотворене і насичене страхом бачення дійсності, де межа між реальністю і маяченням стирається

знак смерті, що заплямовує Хауфа, показує, що свідомість Салами не здатна звільнитися від трагедії навіть у формі галюцинації (El Gebali, 2025). Такі нагадування виступають тригерами, що викликають нові галюцинації. Як пояснюють S. Lyndon та P.R. Corlett (2020), навіть слабкі нагадування можуть спровокувати мозок генерувати хибні прогнози щодо реальності, які, своєю чергою, викликають емоційну реакцію та симпатичну гіперактивацію з викидом норадреналіну та дофаміну, що посилює хаотичну активність сенсорних рецепторів і нейронів. Такі випадкові розряди сприймаються як реальні стимули, коли є гіперочікування наявності (загрозливого) подразника, що призводить до появи галюцинацій.

M. El Gebali (2025) зазначає, що протягом усього роману Хауф виконує подвійну роль мучителя і захисника, підкреслюючи тим самим складність перебігу ПТСР у Салами. З одного боку, він є антагоністом, втіленням її травми і страху — символом того, як страх може бути персоніфікований у стані крайнього психологічного виснаження. З іншого — постійно закликає Саламу тікати, попереджаючи, що якщо вона цього не зробить, то загине сама і спричинить загибель тих, кого любить, — своєї невістки та ненародженої дитини, яких вона вважає живими. На думку M. El Gebali, галюцинація, в якій Хауф використовує реальність Лейли, щоб змусити Саламу покинути Сирію, розкриває глибину її травматичного розладу. Із цього погляду Хауф діє як захисний механізм, спрямований на виживання Салами.

Хоча зрештою Салама прямує до Німеччини, залишаючи Сирію, Хауф наприкінці відкриває, що він ніколи не зникне остаточно, адже є не лише частиною її свідомості, а й універсальною складовою людської природи: «Від початку часів я пробуджувався в людських серцях. Мене називали багатьма іменами у безлічі мов. Твоєю мовою я — Hawf.

Англійською — Fear. Німецькою — Angst. Люди слухали моє шепотіння, дослухалися до моїх порад і відчували мою силу. Я — всюди. У подиху короля, страченого власним народом. В останніх ударах серця солдата, що стікає кров'ю на самоті. У сльозах вагітної дівчини, яка помирає на власному порозі» (Katouh, 2022). Аналізуючи наведений в романі опис, M. El Gebali наголошує, що пробудження страху «в серцях людей з початку часів» та його повсюдна присутність підкреслюють думку: страх — це невід'ємна частина людської психіки, фундаментальна емоція, що є в житті кожного. За висновком дослідниці, таке втілення художнього образу м'яко нагадує про здатність людини контролювати свої страхи та одночасну неможливість їх повного уникнення.

Пробудження страху «в серцях людей із початку часів» та його повсюдна присутність підкреслюють думку: страх — це невід'ємна частина людської психіки, фундаментальна емоція, що є в житті кожного

Висновки

Таким чином, у своєму дослідженні M. El Gebali показує, що роман Z. Katouh репрезентує комплексну психопатологію ПТСР у контексті війни в Сирії. Здійснений аналіз демонструє, що через образ героїні набули художньо втілення ключові симптоми ПТСР — провини, страх, емоційне виснаження, уникання травматичних спогадів і порушення меж між реальністю та уявою. Галюцинаторний образ втіленого страху постає як символ зовнішньої проєкції внутрішньої травми, водночас уособлюючи універсальну людську природу цієї емоційної реакції. За висновком дослідниці, майстерність письменниці поєднує художню чутливість із психологічною достовірністю, виходячи за межі клінічного опису ПТСР, розкриваючи його як універсальну екзистенційну реакцію на досвід війни та безсилля, підкреслюючи спільну для всіх людей вразливість перед жахом і втратами. Загалом дебютний роман Z. Katouh яскраво демонструє, що страх і травма війни перетворюються на глибоку внутрішню реальність особи, а ПТСР постає не лише розладом, а універсальною реакцією на пережитий жах.

Підготувала **Наталія Савельєва-Кулик**

