

ОДЕСЬКИЙ НАЦІОНАЛЬНИЙ УНІВЕРСИТЕТ ІМЕНІ І. І. МЕЧНИКОВА

Факультет психології та соціальної роботи

кафедра диференціальної і спеціальної психології

Кваліфікаційна робота

на здобуття ступеня вищої освіти «магістр»

«Особливості сенсожиттєвих орієнтацій у період глобальних потрясінь»

«Peculiarities of life orientations during the period of global upheavals»

Виконала: здобувачка денної форми навчання
спеціальності 053 Психологія

Освітня програма «Психологія»

Одінець Марія Олегівна

Керівник: к. психол. н., доцент Коваль Г. Ш.

Рецензент: д. психол. наук, професор кафедри
Теорії та методики і практичної психології
ДЗ «ПНПУ імені К.Д. Ушинського» Санніков О.І.

Рекомендовано до захисту:
Протокол засідання кафедри
№ ___ від _ _____ 2023 р.
Завідувач кафедри
_____ Родіна Н. В.
(підпис)

Захищено на засіданні ЕК
протокол № __ від _____ 2023 р.
Оцінка _____ / _____ / _____
(за національною шкалою, шкалою
ECTS, бали)
Голова ЕК _____ Родіна Н. В.
(підпис)

Одеса – 2023

ЗМІСТ

ВСТУП.....	3
РОЗДІЛ 1. ПРОБЛЕМА ВИВЧЕННЯ СЕНСОЖИТТЄВИХ ОРІЄНТАЦІЙ У ВІТЧИЗНЯНІЙ ТА ЗАРУБІЖНІЙ ПСИХОЛОГІЇ.....	8
1.1. Основні теоретико-методологічні підходи до вивчення сенсожиттєвих орієнтацій у психологічній науці.....	8-24
1.2. Глобальні потрясіння як один із факторів формування та трансформації сенсожиттєвих орієнтацій.....	24-42
Висновки по першому розділу.....	42
РОЗДІЛ 2. ОРГАНІЗАЦІЯ ТА МЕТОДИ ДОСЛІДЖЕННЯ.....	44
2.1. Організація дослідження.....	44-49
2.2. Методи дослідження.....	49-54
Висновки по другому розділу.....	54
РОЗДІЛ 3. ЕМПІРИЧНЕ ДОСЛІДЖЕННЯ ПСИХОЛОГІЧНИХ ОСОБЛИВОСТЕЙ СЕНСОЖИТТЄВИХ ОРІЄНТАЦІЙ У ПЕРІОД ГЛОБАЛЬНИХ ПОТРЯСІНЬ.....	56
3.1. Аналіз соціо - психологічних особливостей вимушених переселенців у період глобальних потрясінь.....	56-66
3.2. Психологічні особливості смисложиттєвих орієнтацій вимушених переселенців у період глобальних потрясінь.....	66-83
Висновки по третьому розділу.....	83
ВИСНОВКИ.....	85-87
СПИСОК ЛІТЕРАТУРИ.....	88-95

ВСТУП

Актуальність вивчення глобальних соціальних потрясінь та їх "людських наслідків" у період геополітичних та економічних змін не викликає сумнівів. Можна впевнено стверджувати, що немає жодного покоління в історії цивілізації, яке минуло потрясіння того чи іншого масштабу. Метаморфози, перебудови та катаклізми, що супроводжують функціонування соціуму, є тригерами глобальних потрясінь і підтверджують їхню непереборність. Війни, стихійні лиха, епідемії та пандемії трапляються у державах з різним рівнем економіко-політичної організації та стають складним випробуванням на міцність як на індивідуальному, так і на державному рівні.

У психологічній науці існують фундаментальні дослідження витоків, підстав і смислів уявлень про цей феномен. Тим не менш, наявні дані потребують уточнення та оновлення існуючими підходами з метою превенції та корекції «людських» наслідків цього явища.

Проблема глобальних потрясінь вивчається з точки зору різних наук. З погляду соціологів, глобальні соціальні потрясіння – це великі соціальні зміни, що відбуваються за короткий проміжок години: кризи – політичні чи економічні; революції; війни; теракти та інше. Політологи розглядають глобальні соціальні потрясіння як політичні події, які спричиняють значну нестабільність у суспільстві та впливають на діяльність політичних структур та процесів.

Психологи розглядають глобальні потрясіння як ситуації, які викликають та супроводжуються здебільшого негативними емоціями та почуттями. Тобто потрясіння - це ситуації, для яких характерні такі психічні прояви, як тривога, страх, втрата стабільності, невпевненість у собі та

завтрашньому дні. Негативним забарвленням таких подій є поява у людей почуття загрози, що у свою чергу впливає на їх поведінку та психічний стан.

Військовий стан в Україні безумовно є глобальним потрясінням. Економіко-політичні наслідки його вже спостерігаються не тільки в нашій країні, але й по всьому світу. У звіті Міністерства з питань реінтеграції за минулий рік, стверджується, що в Україні офіційно зареєстровано 4 867 106 внутрішньо переміщених осіб а за міжнародними оцінками кількість внутрішніх переселенців перевищує 7 мільйонів громадян. Вимушене переселення для кожної людини є каталізатором особистісних психологічних змін, серед яких виділяють гетерогенні психічні розлади: депресивні, тривожні, посттравматичні, стресові та ін.

Глобальні потрясіння завжди виступають чинником для формування та трансформації сенсожиттєвих орієнтацій. Науковці-психологи вважають сенсожиттєві орієнтації феноменом, який забезпечує адаптивне та якісне життя людини, втрата якого може привести до дезадаптивної поведінки з негативними, навіть, трагічними наслідками.

Смисложиттєві орієнтації розглядаються як: складні соціальнопсихологічні утворення, які спричинені життєвими взаємовідносинами між людьми; детермінанти напряду з межами самореалізації; наслідок (підсумок) визначення життєвих цілей згідно з певною системою цінностей, пов'язаних із ідеєю самореалізації, яка конкретизується у життєвих планах та стратегіях.

Найбільш концентрованим проявом особистості, її смисложиттєвих орієнтацій є феномен сенсу життя.

Зарубіжні психологічні дослідники розглядали сенс життя з точки зору пристосування особистості до умов зовнішньої та внутрішньої середовища, формуванні цінностей та безпосередньо прагнення до сенсу (А. Адлер, В. Франкл, К. Хорні, К. Юнг та ін.). Як процес самоактуалізації, досягнення внутрішньої гармонії та вільного вибору життєвих установок сенс досліджували Ш. Бюлер, А. Маслоу, Г. Олпорт, Е. Фромм та ін..

У вітчизняній психології сенс життя вивчався як: одна з основних категорій психології; центральна спрямованість особистості; життєва стратегія; установка; емоція – смислова позиція – переживання; смислова регуляція діяльності або довільна мотивація; потреби особистості; у парадигмі відносної емансипованості від «зовнішнього» і «внутрішнього» (Ф.Є. Василюк, В.П. Зінченко, С.Д. Максименко, В.В. Столін, Т.М. Титаренко та ін.).

Спільною ідеєю уявлень науковців є те, що сенс життя є необхідною умовою для розвитку особистості, її душевного спокою. Вона завжди обумовлюється системою детермінант людини (зовнішні чинники, внутрішні фактори, індивідуально-психологічні особливості, загальні та специфічні причини), співвідношення між якими дуже динамічно і рухоме.

Людина під час глобальних потрясінь, так чи інакше, виявляється психологічно залучена до цієї ситуації як її ініціатор, жертва чи очевидець. Це означає, що соціальні потрясіння є одним із елементів трансформації сенсожиттєвих орієнтацій людини. У межах діяльнісного підходу можна стверджувати, що перебудова потреб і спонукань, переоцінка цінностей та пошук смислів – це невід’ємні процеси психічного розвитку, тригером яких є зазначений феномен. Наслідки глобальних потрясінь ще не набули вичерпного визначення та потребують ретельних досліджень.

Таким чином, незважаючи на вже існуючу велику кількість наукових робіт, актуальність сучасного дослідження феномена «смиложиттєві орієнтації» обумовлено безпосередньо глобальними потрясіннями, до яких відноситься військовий стан в Україні.

Мета дослідження: дослідити особливості смиложиттєвих орієнтацій у період глобальних потрясінь на прикладі вимушених переселенців.

Завдання дослідження:

1. Здійснити науково-теоретичний аналіз феноменів «смиложиттєві орієнтації» та «глобальні потрясіння».

2. Виявити індивідуально-психологічні характеристики вимушених переселенців у період глобальних потрясіннь.

3. Проаналізувати психологічні особливості смисложиттєвих орієнтацій вимушених переселенців у період глобальних потрясіннь.

Об'єкт дослідження: смисложиттєві орієнтації.

Предмет дослідження: психологічні особливості смисложиттєвих орієнтацій у період глобальних потрясіннь.

Методи дослідження:

- Теоретичний аналіз літературних джерел.
- Методи психолого-діагностичного дослідження з використанням психодіагностичних методик та анкетування.
- Методи математичної та статистичної обробки даних.

Етапи дослідження: організація дослідження складалася з трьох етапів: пошуково-аналітичного, емпіричного, оціночно-рефлексивного.

База дослідження: Емпіричне дослідження проводилося в мережі Інтернет за допомогою Google Forms. У дослідженні брало участь 60 випробуваних.

Апробація роботи.

Одінець М.О. «Соціальні потрясіння як один із факторів формування та трансформації смисло-життєвих орієнтацій» // Матеріали до 79 студентської науково-практичної конференції, ФПСР, ОНУ імені І.І. Мечникова. 26.04.23-28.04.23.

https://onu.edu.ua/pub/bank/userfiles/files/science/PROGRAM_79_stud_konf_2_023.pdf

Коваль Г.Ш., Одінець М.О. «Вплив глобальних потрясіннь на сенсожиттєві орієнтації особистості». Журнал “Перспективи та інновації науки”. Сер. Психологія. 2023. Вип. 16.

Мастер-клас "Профілактика булінгу: техніки припинення булінгу та створення безпечного середовища". Міжнародний проект «Адаптація та психологічна підтримка жінок ВПО в місті Одеса».

Практична значимість. Отримані дані дозволяють проводити превентивну та/або корекційну роботу по формуванню сенсожиттєвих орієнтацій у тимчасових переселенців з урахуванням статі та місця знаходження. Результати, отримані в ході дослідження, можуть використовуватися психологами, психотерапевтами та соціальними працівниками.

Структура і об'єм роботи. Загальний об'єм роботи- 95 сторінок, з яких основного тексту – 87 сторінок. Робота містить вступ, 3 розділи, 8 таблиць, 14 рисунків, 3 висновки до розділів, загальний висновок. Список використаних літературних джерел - 79.

РОЗДІЛ 1. ПРОБЛЕМА ВИВЧЕННЯ СЕНСОЖИТТЄВИХ ОРІЄНТАЦІЙ У ВІТЧИЗНЯНІЙ ТА ЗАРУБІЖНІЙ ПСИХОЛОГІЇ

1.1. Основні теоретико-методологічні підходи до вивчення сенсожиттєвих орієнтацій у психологічній науці

Розглядаючи поняття «сенс життя», дослідники зіштовхуються з великою кількістю проблем. Це поняття, яке знаходиться у центрі протиріч, різних ідей та відсутності чіткого визначення. Сенсожиттєві орієнтації визначають, спосіб життя та вибір людиною матеріальних та духовних цінностей, як таких, що визначають цілі життєдіяльності. Психологія розглядає термін сенс життя з моменту, як він формується та які чинники на це впливають. Окрім цього, також, як наявність або відсутність сенсожиттєвих орієнтацій впливає на життєдіяльність та свідомість індивіда. Сенс життя розглядається через призму багатьох властивостей, таких як: «бути щасливим», «бути багатим» та ін.

Ця проблема розглядається з точки зору таких підходів, як філософський, соціологічний, етичний, релігійний та психологічний.

За філософським словником поняття «сенс життя» позиціонується як те, що найбільш важливе у житті людини і є найвищою метою для людського буття, для досягнення якої потрібно підпорядкувати свої особисті цілі [33]. В залежності від установок, які закладені світоглядом, метою сенсу життя можуть бути насолода, успіх, процвітання, особисте самовдосконалення, душевний спокій, задоволеність та інше.

В залежності від того, які цілі мала перед собою людина, науковці виділяють такі установки, щодо знаходження особистістю сенсу життя - «бути» і «мати». Коріння сенсожиттєвої установки «мати» сягає минулого людства, коли це було необхідно для того, щоб людський рід продовжив своє

життя та розвиток. Наразі ця установка також є актуальною, через те, що життя ставить людство перед фактом володіння певними речами. Проте, «мати» є трампліном для досягнення сенсожиттєвих завдань, тобто, людина не повинна зациклюватися лише на володінні чимось, інакше це може призвести до бажання збагачення без міри [72].

Друга установка – це «бути». Вона стосується духовної сутності людини, її потреб. Тобто, коли людина працює через сенсожиттєву установку «бути» вона розкривається та зростає. Кожен індивід має своє розуміння сенсу життя, одне розуміння може допомагати переборювати життєві проблеми, зростати та досягати висот, а інше робить з людей соціальних істот. Тобто, з точки зору філософського підходу одна з перших проблем сенсу життя – це проблема вибору [72].

Розглядаючи поняття «сенс життя», потрібно враховувати, що ця проблематика розвивалася у різні епохи. Перші згадки про сенс життя ми знаходимо в епоху античності з творів: Сократа, Платона, Арістотеля, Епікура Сенеки та ін. в межах філософського підходу [40]. Якщо звернутися до Сократа, то філософ під сенсом життя розумів турботу про моральну чистоту душі, і аж ніяк не прагнення матеріальних цінностей. Платон також характеризував сенс життя з погляду моральності і чесності, які проявляються у допомозі потребуючих членів суспільства [40]. І при цьому досягти сенса життя можна тільки при звільненні від матеріальної оболонки тіла. Арістотель, в свою чергу вважав, що сенс життя у щасті з яким ми стикаємося кожного дня [40].

Наступна епоха - Середньовіччя. У цей час проблема сенсу життя розглядалася через безумовний божественний початок такими авторами як А. Блаженний та Ф. Аквінський. Вони розглядали сенс життя через призму геоцентричного світогляду, тобто головний сенс життя, з їх точки зору, полягає у пізнанні та спогляданні бога, самі пізнання є найвищою функцією особистості. А Бог є джерелом пізнавального процесу [3].

Після епохи Середньовіччя, прийшла епоха Відродження в якій було поставлено на особистість, на людину яка стала у центрі світогляду. У цей час сенс життя розглядався через внутрішній світ людини: відбуваються спроби проаналізувати формування особистості з земними умовами існування такими авторами, як Н. Кузанським, М. Монтенем, Леонардо Да Вінчі та іншими [3].

Німецькі класичні філософи зробили новий виток розвитку проблеми сенсу життя. Відбувається протест проти культу особистих насолод, виникають такі вимоги, як мораль, борг та обов'язки. І. Кант розумів поняття сенсу життя, як властивість особистості, а фактором, який її утворює - ідею [35].

Г. Фіхте відновив фігуру філософа, як вчителя та вважав сенс життя головною філософською проблематикою. За Г. Фіхте сенс життя – це досягнення особистістю повної єдності самим з собою, тобто зі своїм розумом, діяльністю та стала вільною і розумною істотою [34].

Важливо також звернути увагу на систему філософську, яку створив Г. Гегель. Науковець стверджував, що мислення та буття працюють за однаковими законами і що нашою рухомою силою є об'єктивне абсолютне мислення як абсолютна ідея, що неперервно розвивається. Для нашої проблеми сенсу життя у його системі важливою є «філософія духу». Цей саморозвиток має три етапи: суб'єктивний, об'єктивний та абсолютний дух [8].

Перший етап – суб'єктивний дух, він являє собою індивідуальну людську свідомість. Другий – об'єктивний дух, під яким ми розуміємо людське суспільство та головні соціальні форми, в яких воно проявляється, тобто: право, моральність та держава. Абсолютним духом є вмістилище мистецтва, філософії та релігії – саме це і є сенсом життя [8].

М.М. Рубінштейн про вклад філософа, щодо сенсу життя, казав так: «Цікаву й повчальну у своєму краху спробу охопити всю повноту дійсності й рішення проблеми сенсу життя ми знаходимо у філософії в якій панлогізм

сполучався з безмежним оптимізмом й огортався при цьому серпанком своєрідного фаталізму» [24, с .84].

У протиставлення світоглядом, які були наведені вище варто зазначити думку А. Шопенгауера, який досліджував поняття сенсу життя через світ і волю. Згідно його праці, сенс життя людина може досягти лише тоді, коли залишить свою «волю до життя», тобто убере у собі усе, що пов'язано або викликано волею [8].

Новим витком також була думка відомого філософа І. Ніцше, який був творцем «філософії життя» та вважав що сенс життя полягає у примиренні з безглуздістю [8].

Розглядаючи більш сучасний час, варто звернути увагу на твори представників екзистенціалізму, як К. Ясперс, М. Хайдеггер, Ж.П. Сартр, А. Камю, В. Франкл. Їх думки досить-таки протилежні один одному, тому вони будуть наведені нижче [43, 36].

К. Ясперс вважав, що сенс життя полягає у тому, щоб знайти себе у цьому світі, віднайти своє місце, де особистість зможе бути сама собою, відчуті і наповнитися почуттям кохання [43]. М. Хайдеггер вбачав сенс життя у майбутньому. А. Камю та Ж.П. Сартр віднесли до сенсу життя зовсім протилежно. Дослідники вважали, що світ хаотичний, а отже поняття сенс життя також абсурдне. Проте сенс життя і полягає у протистоянні цьому абсурді. Коли А. Камю задали питання, а що є життям в абсурдному світі, відповіддю було, що в людині немає нічого окрім байдужості і бажання ухопити те, що їй дано. Науковець вважав, що якщо особистість вірить в сенс життя, то тоді це завжди має на увазі шкалу цінностей або вибору [43]. Ж.П. Сартр взагалі трактував буття людини як «ніщо».

Наведені вище приклади філософських думок про сенс життя свідчать про те, що ця проблематика хвилює авторів усіх епох та століть, а сенс життя має різні і часто суперечливі характеристики. В різні періоди людського суспільства сенс життя з'являється на рівні, який залежить від світогляду та навколишньої дійсності індивіда.

Ядром сенсу життя можна назвати процес визначення мети, який не має терміну та відбувається безперервно. Об'єктивною підставою для цього можна назвати діалектичне протиріччя між можливим і дійсним [8].

Сучасні філософські підходи розглядають сенс життя наступним чином.

Гедонізм: філософи – гедоністи вважають, що сенс життя - це насолода та задоволення. Під насолодою розуміються не тільки фізіологічні людські потреби, а й інші способи отримання задоволення: танці, музика, малювання тощо [8].

Евдемонізм: цей філософський підхід «про щастя». В його межах основний сенс життя полягає в досягненні щастя, проте для евдемоністів воно полягає у відсутності страху перед такими речами, як: Бог, смерть та біль. Тобто, сенс життя складається у звільненні від тілесних потреб та задоволень і прагнення духовної досконалості [8].

Утилітаризм. Цей підхід стверджує, що життя полягає в отриманні користі, а оцінити, наскільки вчинок був правильний, допоможуть наслідки. Є. Бентам проповідував принцип «максимізації щастя»: зіштовхуючись із моральною дилемою, людина має обирати той варіант, згодом якого буде більше щасливих людей [8].

Прагматизм: прагматики стверджують, що ціль виправдовує будь-які засоби. Тобто, сенс життя буде полягати у тому, щоб людина досягла успіху незважаючи ні на що і не зупиняючись. Єдине, що може її зупинити, це ризик. Якщо утилітаризм ґрунтується на етиці, то прагматизм виходить за її рамки. Для прагматиків істина оцінюється лише через практику, а отже питання сенсу життя потрібно перевести в практичну площину і виділити два запитання: що буде, якщо твердження істинне хибне [8].

Етика боргу: виходячи з назви підходу, сенс життя полягає у самопожертві, у службі людям та принесення користі. Сенс життя кожної людини у тому, щоб відмовитися від особистої вигоди на користь суспільного блага [8].

Деякі мислителі стверджують, що сенс життя полягає в тому, щоб його реалізувати. Окрім цього, згідно імперативу Піндара, людина повинна стати тим, хто вона є. Отже, сенс життя буде полягати в тому, щоб реалізувати себе і свої здібності [8].

Наступний підхід, соціологічний, вивчає, наскільки сенс життя знаходиться в залежності від суспільних відносин, в яких присутній соціальний об'єкт. Демонструє, що в залежності від ситуації суспільство та відносини в ньому можуть або гальмувати, або давати розвиток для вирішення життєвих завдань.

Згідно Сучасному тлумачному психологічному словнику, «сенс життя – це таке поняття, що виражає призначення індивіда, суб'єктивне розуміння мети свого існування» [39, с. 45]. Сенсожиттєві орієнтації особистості в психологічних та соціальних дослідженнях виражаються через досвід усвідомлення: цілей та цінностей свого життя. Сенсожиттєві орієнтації дуже близькі за своїм значенням до інших термінів, таких як «ціннісні орієнтації», «життєві цілі».

У 40-х роках минулого століття питання сенсу життя знов повстало перед світом завдяки засновнику логотерапії В. Франклу. Його стратегія, як раз таки була заснована на тому, що особистість може розвиватися завдяки бажанню відшукати та реалізувати сенс життя [36]. Науковець має досвід життя саме там де питання сенсу життя поставало дуже гостро. Головною метою було зробити з людей рабів, узників та подавити або взагалі знищити усе людське. Це робили забираючи усе, що мали люди: ім'я, речі та одяг, окрім цього їх могли розстріляти, повісити, вбити у газовій камері чи вморити голодом. Цінності, якими люди жили до цього, були матеріальні: положення у суспільстві, гроші. Але тут вони не мали ніякого значення та втратили свою цінність. Тоді виникає питання: а чи є сенс усе це витримувати і що буде далі? Завдяки отриманому травматичному досвіду, В. Франкл проаналізував, що ті люди які не знаходили відповідь на це питання, не витримували та закінчували своє життя.

У своїй книзі «Людина у пошуках сенсу життя» мужній науковець наводить, що питання сенсу життя - це більше, ніж інтерес та марнославство, це те, що спонукає або жити, або померти: «Горе тому, хто більше не бачив жодного сенсу свого життя, ні мети, ні прагнень, і тому не було чого переносити її тяжкість. Він скоро гине» [36, с. 75]. Типова відповідь, якою така людина відхиляла всі підбадьорюючі аргументи, була: «Мені вже нема чого чекати від життя». Що можна на це відповісти? «Не я ставлю питання, у чому сенс мого життя. Смерть ставить питання: гей хлопчина в тебе є сенс життя, у тебе є підстави затримуватися тут? Ті, хто не знав сенсу, помирили» [36, с. 75].

Перечитуючи думки науковця, стає цілком очевидно, що питання сенсу життя – це рушійна сила людського життя і саме його втрата призводить до фізичних та психологічних захворювань, порушення законодавства та моральних норм або взагалі закінчення людського життя. З точки зору багатьох дослідників відсутність сенсу життя призводить до таких залежностей, як алкогольна, наркотична та харчова, ігроманії, токсикоманії та ін.

Окрім цього, варто звернути на термін, який запропонував В. Франкл для стану, який притаманний особистості, що втратила свій сенс життя: «екзистенційний вакуум». Особистість народжується з потребою знайти свій сенс життя [36]. Це те, що стимулює людину розвиватися як особистість, народжує бажання та мрії, це те, що направляє наші дії та рішення. Екзистенційний вакуум – причина неврозів та багатьох розладів, у яких в основі такі характеристики, як апатія, пасивність, бажання самогубства. У протизвагу екзистенційному вакууму, В. Франкл пропонує такий стан характеризувати як «трагічний оптимізм» [36]. Сенс життя складає основу людської відповідальності, тому що коли знаєш заради чого та кого ти живеш, то ти завжди знайдеш сили для того, щоб подолати перешкоди. Саме тому оптимізм, бо це своєрідна віра тільки в позитивні людські характеристики, а

трагічний, бо потрібно завжди розуміти, що зло сильніше, а окрім цього іноді для людини його легше обрати.

Сенс життя не дається особистості легко, це своєрідна боротьба для кожної людини, яка шукає його у безмежному світі та тому середовищі, де вона виросла, навчилася та працювала. Сенс життя не залежить від віку, рівня освіти, характеру, релігій – його знайти може кожен.

За В. Франклом одним із складників сенсу життя є совість [36]. Людина в онтогенезі буде часто потрапляти у важкі ситуації і від неї залежить обрана позиція. Страждання, які випадають на людську долю, невідворотні, але особистість зростає та становиться сильніше завдяки цьому. Тому науковець вважає, що страждання краще прийняти і використати задля блага. А відшукати, який глибокий сенс вони несуть допоможе совість. Совість за визначенням науковця це «смисловий орган», «вищий суддя», саме вона хоча може і суперечити цінностям, знаходить сенс у ситуації, яка створилася та допомагає людині зберегти свої цінності та гідність. «Знайти сенс – півсправи; необхідно жити відповідно до унікального змісту свого життя. Людина несе за це відповідальність» [36, с. 182].

Релігійний підхід. З поняття «сенс життя» витікає термін «сенсожиттєві орієнтації». Це інтегративне поняття яке складають такі аспекти людського життя: духовні та моральні цінності (бажання змінити світ, духовний розвиток, бажання стати батьками та відповідальне відношення до цього, кохання та дружба), особистісна частина (самореалізація, самоосвіта, бажання жити заради життя) та соціально – прагматичний аспект, який включає в себе матеріальні цінності людського життя [19].

Релігійні сенси багато століть були головними у людській свідомості, саме вони визначали людські цінності та правила життя: яка поведінка людини є прийнятною, які сенсожиттєві орієнтації повинні бути у людей та ін. Певним чином релігія зачіпала філософію, тобто давала визначення того, яким повинен бути сенс життя суспільства як в цілому, так і у окремої особистості. Християнство. Відомий священик А. Лоргус у своїх лекціях казав про те, що

ми повинні вбачати сенс життя у земних цінностях, таких як інтелектуальні або духовні. А якщо ми вбачаємо, що сенсом життя є Богу та його творінні – люди, тоді можливо відкрити ті перспективи, які допоможуть нам змінити та зрозуміти життя [18].

Буддизм. В буддизмі прийнято вважати, що людське життя само по собі це страждання. Найголовнішою метою життя є досягти нірвани, це той стан коли людина відчуває повну свободу духу та спокій. Таким чином, буддизм створює вчення, яке засноване на спасінні. Віддавши себе у владу споглядання, побачимо істину людського життя: страждання [18].

Іслам. Аллах створив людину задля того, щоб він пізнав свого Творця, а увесь світ створен задля розвитку. Сенс життя у тому, щоб творити тільки добро та повністю відмовитися від зла. Для того, щоб людство могло визначити де є добро, а де зло були створені послы [18].

Іудаїзм. Релігія іудаїзму має однакове розуміння життя з ісламом. Сенс життя у тому, щоб вивчати Тору і служити Творцю. Тоді людина буде щаслива, а це і є найголовнішим [18].

Сенс життя у будь-якій релігії розглядається як досить складний та тривалий процес який буде складатися з того, щоб перетворити духовні та фізичні початки в особистості. Основними концепціями релігійного тлумачення сенсу життя людини є концепції суб'єктивно-об'єктивної реальності існування людини, її етичного та морального розвитку, спасіння душі та досягнення вічного спокою [19].

Нами було розглянуто поняття сенсу життя та сенсожиттєвих орієнтацій з точки зору, філософії, соціології та релігії.

Психологія аналізує сенс життя як феномен свідомості, частину особистісної структури та регулятор індивідуальної життєдіяльності. Вона також вивчає його як психологічний фактор, що впливає на спілкування, міжособистісну взаємодію та організацію групової діяльності [18]. Наразі, ми розглянемо сенс життя через призму деяких психологічних підходів.

Одним із перших хто підняв питання сенсу життя в психологічній літературі був З. Фрейд [37]. Проте науковець вважав, що питання сенсу життя не може бути вирішено. За З. Фрейдом, якщо хтось безперервно замислюється про сенс життя, це може свідчити про його захворювання. Розмишлення над сенсом життя може бути лише виразом підвищеної форми психічної енергії. Принцип задоволення, з його точки зору, базується на бажанні людини отримувати задоволення, при цьому уникнути страждань [37]. При цьому З. Фрейд також вважав, що сенс життя людини під собою повинен мати якусь опору, яка буде вічна та незмінна [37]. Тому людина звертається до релігії. К. Хорні розглядала сенс життя як питання, яке характерно лише для невротиків [41].

Найбільш об'ємно це питання було розглянуто у працях А. Адлера [1]. Саме він був засновником індивідуальної психології, яка під собою розуміє навчання щодо сенсу людських діянь та проявів експресії, сенс яких особистість надає самому собі та світу. Проте не можна казати, що саме це предмет індивідуальної психології, він звичайно ширше ніж описане вище. За А. Адлером кожна особистість має індивідуальний сенс життя і якщо його зрозуміти, то буде знайдено ключ до розуміння усієї особистості як цілісної системи, тому у нього сенс життя виступає одним із центральних понять [1]. Мова йде про те, що сенс життя буде первинним по відношенню до сенсів окремих дій. Людське життя на Землі у певних соціальних умовах в свою чергу народжує проблеми щодо професійного самовизначення, людина живе у суспільстві, а отже з'являється проблема міжособистісних відносин (праці, дружби), існує два протилежних гендера, а отже це народжує проблему кохання, сімейних відносин, інститут сім'ї [1]. Згідно з наведеними вище аспектами, вирішення питання сенсу життя полягає у трьох позиціях: праця, кохання та дружба [1].

Щоб зрозуміти сенс життя особистості потрібно виявити яке вирішення цих трьох проблем він обрав, а так як кожна особистість обирає свій індивідуальний підхід до цього, отже і сенс життя буде унікальним для

кожного. А. Адлер признає наявність унікальності сенсу життя для кожної людини і найголовніше право на існування кожного, при цьому він виділяє певний психологічний критерій щодо істинності сенсу [1]. Якщо відбувається прийняття та розділення соціумом, то такий сенс є істинним.

Сенс життя має так чи інакше відображення у психічних та поведінкових проявах особистості, у характері людини і в свою чергу саме він і надає цьому сенс. І в цьому полягає відмінність від класичного психоаналізу [2].

Звертаючись до праць К. Юнга, засновника аналітичної психології бачимо декілька розбіжностей з теорією А. Адлера [42]. Науковець вважає, що єдина потреба та задача кожної особистості це пошук сенсу життя, причому він пов'язує сенс життя з постановою та досягненням культурних або духовних цілей. Бажання їх досягнути є основою для душевного спокою. Розбіжність у підході А. Адлера та К. Юнга полягає у тому, що перший вважав, що сенс життя має кожна людина, хоча вона не обов'язково повинна це розуміти, у свою чергу К. Юнг вважав, що існує певна специфічна потреба у тому щоб шукати та реалізувати проблему сенсу життя. Проте важливо те, що людина не народжується з сенсом життя, а знаходить його під час процесу індивідуалізації. В свою чергу сенс життя пов'язан з колективним несвідомим і з божественним початком, тому сенс життя є як і індивідуальний, і «надіндивідуальним» [42].

Сенс життя від його пошуку до реалізації є процесом повернення людини до родової сутності. К.Юнг робив акцент на втраті сенсу життя як психологічної проблеми: людина орієнтується на соціум та ролі, які вони нав'язують. Особистість не знайшла свій сенс, а просто вигадала його. На думку науковця, почуття сенсу існування розширює горизонти, виводить людину за межі звичайного накопичення та споживання. Втрата цього відчуття призводить до враження жалюгідності та втрати напрямку [42].

Екзистенціально-гуманістична школа представлена такими науковцями, як Дж. Бьюдженталь, Р. Мей, І. Ялом Для цього напряму питання сенсу життя було центральним через впевненість в тому, що безпосередньо

сам сенс життя дає людині повне життя. Якщо, особистість буде відмовлятися від себе і свого вибору, буде слідувати страху невідомості та нерозуміння себе – це призведе до таких наслідків, як втрата себе і свого «Я», окрім цього до екзистенційної тривоги, що схоже з логотерапією В. Франкла [36].

Розглядаючи питання сенсу життя через екзистенціалізм в рамках творів К. Ясперса, можна говорити про актуальне переживання, яке розглядається як внутрішнє сприйняття особистістю психічних взаємозв'язків, яке відбувається завдяки певній внутрішній роботі. Життя, за дослідником, це такий процес, який є динамічним та не має кінцевого результату, в рамках якого виникають нові можливості для життя та самореалізації [43]. Сенс життя - виявити та поставити перед собою певні життєві орієнтири, зрозуміти яке твоє місце в житті, наповнитися та бути відкритим для почуття кохання, досягнення свободи та можливості бути тим, ким ти є. Проте, повертаючись до визначення К. Ясперсом життя, тобто динамічного процесу отримуємо, що тоді людина ніколи не зможе осягнути повністю сенс життя, вона буде бачити лише часткову та непостійну у часі істину, і досягнення абсолютного сенсу життя просто неможливо. Найважливішим є саме внутрішня праця над собою, яка призводить до розуміння сенсу життя [43].

Сучасна загальна психологія працює через процесуально-динамічний підхід, яким розглядає психічне життя особистості як процес – постійний, динамічний, мінливий та який виникає через взаємодію особистості з соціумом. Це певним чином схоже з теорією К. Ясперса. Відмінність процесуально-динамічного підходу полягає в тому, що сенс життя - певний психологічний спосіб, який дозволяє людині “пережити” життя в процесі самого життя. Можливість відчувати цінність життя, насолоджуватися ним і відчувати його сенс, не припускаючись постійних роздумів про це, виявляється в здатності людини оцінити свої досягнення, які вона досягла власними зусиллями, відповідно до особистих критеріїв, важливих для її існування [43].

З українських психологів цю тему розглядав В. Роменца [23], який співвідносив феномен сенсу життя до наслідків якогось вчинка. Вчинок це своєрідна можливість самодетермінації людської поведінки на основі самопізнання та самотворчості та пов'язаний з формуванням сенсу життя. Саме вчинок, за думкою дослідника, є ланцюгом, який пов'язує психіку та світ або інших людей, між психікою та власним тілом. Людина признає себе лише тоді коли робить якийсь вчинок та аналізує його наслідки, таким чином створюючи себе та свій сенс життя. Сенс життя можна вбачати в тому які людина має установки, які знаходять своє відображення в його вчинках.

В.А. Роменец створив певну структуру вчинку в яку входять наступні характеристики: ситуація, мотивація, дія та післядія [23]. За думкою вченого, сенс життя формується на останньому етапі: саме в цей момент відбувається певна рефлексія щодо того, що людина вчинила. У цей час усередині особистості відбувається певна діяльність, яка характеризується створенням нових психічних підструктур, які він визначає як процес пошуку сенсу життя. Проте важливо враховувати, що у цей час на людину можуть впливати такі фактори, як: соціальне середовище, виховання, індивідуальне безсвідоме та інше.

Інший відомий український психолог, А.Р. Ратинов, розглядав проблематику сенса життя у кримінальній психології через особистість як ціннісно-нормативну структуру [7]. Важливим уточненням є те, що особистість є багатовимірною та динамічною, і складається з центральної та периферичної частини. Ядерні утворення найкраще висвітлюють характеристики всієї системи, частково асимілюючи елементи більш периферійного характеру і, при цьому, віддзеркалюючи їх у інших складових системи, інтегруючи їх в цілісний контекст [7].

А. Ратинов вважає, що базовим ядерним утворенням є світогляд. І вперше в історії психології розгляд світогляду вивчався скрізь часову проекцію. Минуле, теперішнє та майбутнє – в яких виділяється світогляд, світорозуміння, світовідчуття, світобачення (як проектування своєї

життєдіяльності, визначення її сенсу та перспектив). Коли людина задає собі питання: «Кто він?» та «Навіщо він живе?», ці питання є частиною його світогляду, вони створюють певну концепцію та філософію за якою людина живе [7]. Сенс життя ним розглядається як термін, який охоплює те, як суб'єкт відноситься до себе та до цінностей: робота, кохання, дружба, кар'єра. Отже, як стверджує А.Р. Ратинов, сенс життя неможливо відокремити від активного суб'єкта, його уявлення про власне "Я" і глибокого смислового усвідомлення, відомого як "екзистенційне Я" [7]. При цьому сенс життя в певній мірі ієрархічний, особисті цінності можуть мати різний ступінь важливості, мінливості, інтимності і в результаті цього вони будуть по-різному інтегруватися в ціннісну систему. Саме цим відмінність сенсу життя А. Ратинов і пояснює: у кожної людини є базові загальнолюдські цінності, проте у кожного вони на різній ступіні ієрархії.

Щодо сучасних психологів, то вони підходять до сенсу життя двома способами.

Перший спосіб полягає у підході «зверху донизу» тобто, спочатку дається теоретичне визначення сенсу життя, після чого відбувається розробка виміру який дозволить виявити його наявність або відсутність у житті людей Другий спосіб протилежний, тобто «знизу доверху» тобто спочатку опитують людей, що для них сенс життя і приймається кожен варіант відповіді і виділяти спільне, що в свою чергу зможе вказати на головну характеристику цього процесу [52].

Основна складність першого підходу полягає в тому, що вчені не мають чіткого визначення сенсу життя і даючи йому характеристику, можуть впустити важливі аспекти його визначення. У той же час проблема використання другого підходу заключається в тому, що вчені зрозуміють у чому сенс життя для більшості населення, проте це необов'язково буде їх реальний досвід [52].

Згідно думці деяких вчених другий підхід, тобто знизу догори є найкращим, через те що «наявні дані будуть казати самі за себе», тоді як

перший підхід – визначає суб’єктивну думку дослідника і це не можна вважати доцільним, допоки ця зміна, а саме сенс життя не буде достатньо вивчена [52].

У 2017 році було проведено дослідження серед студентів бакалавріату, за допомогою анкети для виміру аспектів сенсу життя. Виявлена структура, яка складається з трьох компонентів: розуміння, мета та матеріальність. Аналогічні дослідження показали результати, що збігаються з цими висновками [63]. Тобто, «Сенс життя розуміється, як наявність почуття узгодженості щодо життєвих подій, відчуття мети та напрямку і окрім цього, це відчуття екзистенціальної важливості або значущості» [63, с. 543].

Звертаючись до «почуття узгодженості» мова йде про те, що людина осмислює більшу частину або усі події, що трапилися у житті. Це почуття легко втратити через події, які людина не може пояснити в рамках свого попереднього досвіду. Окрім того травмуючі події, наприклад, пандемія, війна або аварія, тримають людське тіло та розум в напрузі. Нервова напруга, в свою чергу, викликає невпевненість в завтрашньому дні, піднімає рівень стресу і фізіологічну та психологічну активацію. Усе це буде тривати до моменту взяття ситуації під контроль.

У 2008 році на цю тему було проведено дослідження. Науковці розглядали події 11го вересня: ті люди які знайшли якийсь сенс у тому, що сталося відчували менше стресу у порівнянні з тими ніякого значення не знайшов. Головним висновком цієї роботи було те, що людина- це істота, яка утворює та визначає сенс, не може існувати без логічної послідовності, усвідомлення початку і кінця, а також відчуття тіла. Дослідження 2019 року свідчать, що коли у людини існує повсякденна рутину їх відчуття сенсу життя та благоустрою у ці хвилини вище.

Щодо другого аспекту сенсу життя – мети, то вона є основою життя, яка автономно організується, визначає цілі, контролює поведінку і приносить відчуття сенсу [58]. Саме ціль мотивує нас кожен день, спонукає прокинутися вранці та тримає на протязі дня, підтримуючи, коли ми втомилися та опускаємо руки. Без цілі життя людини неможливо, окрім цього вона має ще

декілька функцій у нашому житті: забезпечує ефективні стратегії саморегулювання, полегшує прийняття рішень та підвищує відданість меті та залученість.

Останній, третій аспект екзистенціальна важливість. Це почуття виникає не через характеристики особистості, а завдяки бажанню жити таке життя, яке ми будемо пам'ятати та віру у те, що наше життя має сенс [52]. Цей аспект найважче виміряти з наукової точки зору, бо як можуть існувати люди які об'єктивно вважають, що їх життя буде таке ж важливе як М. Джексона, Б. Наполеона, Кобзаря? Рішення цієї головоломки полягає у тому, що людина повинна не тільки розмірковувати о реальності свого судження щодо своєї важливості, достатньо суб'єктивної оцінки своєї життєвої важливості [50].

Звісно, не можна казати, що сенс життя складається з лише аспектів наведених вище. У даний проміжок часу проводяться нові дослідження і у найближчому майбутньому буде нова інформація щодо фундаментальних аспектів людського сенсу життя.

Ф.Тер проводив дослідження, яке мало назву: «Велика трансформація. Порівняльна соціальна історія глобальних потрясінь». В цьому дослідженні спирались на цінності 1989 року, які залишилися дуже важливими на територіях багатьох країн. Згідно цього дослідження після революції в Україні в 2013/2014 році ці цінності були свідомо повернуті. Щодо цінностей в країнах Східної Європи, то після глобальної фінансової кризи 2008-2009 років у посткомуністичній Європі, а також у Східній Азії відбувся відхід від західних цінностей. Там до влади прийшли представники цінностей, які можна назвати контрреволюційними стосовно 1989 року. В останні десять років спостерігається антидемократичну та антиліберальну зміну цінностей [74].

Важливо, також розглянути сенс життя з боку гендерного аспекту. У 2023 році Л. Перлигіна та Д. Похилько провели дослідження, щодо зміни смисложиттєвих орієнтацій особистості під впливом пандемії Covid-19 [20].

Було виявлено, що пандемія має значний вплив на сенси життя та ціннісно-смыслову сферу особистості. Гендерні відмінності у сенсах життя

були помічені у різних вікових групах, проте важливо вказати те, що молодь була менш схильною до змін у сенсах життя під час пандемії, і це пов'язано з їх пошуками самореалізації та іншими цілями [20]. З вікового погляду можна виділити такі особливості цього дослідження: у середній віковій групі була виявлена гендерна різниця у задоволеності кар'єрою. У групі старших вікових категорій виявлено більше розбіжностей між гендерами на різних шкалах, що вказує на зміни в цінностях та сприйнятті контролю за життям. Звичайно гендерні відмінності також мали місце. Жінки у четвертій віковій групі були більше зацікавлені у сімейних цінностях та більше контролювали своє життя під час пандемії [20].

Загалом дослідження підкреслює важливість розуміння та урахування різниць у сенсах життя та реакціях на кризові ситуації, особливо в залежності від віку та гендеру. Ці відмінності можуть бути важливими для розвитку підходів до підтримки та допомоги різним групам населення під час кризових подій, таких як пандемія [20].

Таким чином, термін «сенсожиттєві орієнтації» розглядається через термін «сене життя» та вивчається у рамках таких наук, як філософія, соціологія, психологія. Теоретичний аналіз поняття «сене життя» здійснюється на підставі основних понять провідних психологічних шкіл: психоаналітичної, поведінкової, гуманістичної, екзистенціальної, через процесуально-динамічний підхід та теорію вчинку. Вони дають змогу встановити конкретний предмет дослідження та його концептуальний апарат.

З погляду більшості вчених, сенсожиттєві орієнтації пов'язані з поняттям «сене життя». Єдине визначення цього поняття на сьогоднішній день відсутнє.

1.2. Глобальні потрясіння як один із факторів формування та трансформації сенсожиттєвих орієнтацій

Від глобальних потрясінь страждає велика кількість населення Землі. Соціологи намагаються відшукати першопричину цього явища, проте у цей же час психологічні наслідки його залишаються вивченими недостатньо. Під час теоретичного аналізу матеріалу, було виявлено відсутність типології глобальних потрясінь і обмежену кількість досліджень, особливо у межах психологічних підходів. За визначеннями таких авторів Н. Нолан та В. Вайнштен, «соціальні потрясіння пронизують кожний куточок світу, вони загальнопоширені та глобальні, оскільки виявляються в усіх сферах людського життя, що робить їх універсальними» [68, 69, с.10].

З погляду соціологів, глобальні потрясіння – це великі соціальні зміни, що відбуваються за короткий проміжок години. Прикладом таких змін є різні кризи – політичні чи економічні; революції; війни; теракти напади на школи, університети та інше. Через такі події в суспільстві відбуваються серйозні зміни, які в свою чергу впливають на соціальне життя [17]. Політологи розглядають глобальні потрясіння як політичні події, які спричиняють значну нестабільність у суспільстві та впливають на діяльність політичних структур та процесів [48].

Психологи розглядають глобальні потрясіння як ситуації, які викликають та супроводжуються здебільшого негативними емоціями та почуттями. Тобто глобальні потрясіння – це ситуації, для яких характерні наступні емоції та почуття: тривога, страх, втрата стабільності, невпевненість у собі та завтрашньому дні. Негативним забарвленням таких подій є поява у людей почуття небезпеки та загрози, що, у свою чергу, впливає на їх поведінку та психічний стан [17].

Глобальні потрясіння можуть бути спричинені низкою факторів, таких як несприятлива економічна ситуація, корупція, політична нестабільність, національні та етнічні конфлікти та інші. Соціальні потрясіння - це ті потрясіння, які пов'язані з суспільством і відбуваються за короткий проміжок часу та впливають на його життя. Виходячи з визначень, які були

наведені вище, розуміємо, що соціальні потрясіння є глобальними і вони не можуть бути глобальними і при цьому не соціальними [48].

Вчені - історики вважають, що для того щоб відбулися глобальні потрясіння повинні бути певні характеристики: суспільство втрачає віру у центральні інститути свого суспільства; виникає група, яка буде керувати змінами і яка їх бажає, при цьому група повинна бути дружна та мати ідеї нового політичного порядку.

Найголовнішою характеристикою глобальних потрясінь є те, що у суспільстві змінюється розуміння того як світ працює. При цьому не завжди глобальні потрясіння призводять до зміни, наприклад, влади. Проте, завжди відбувається зміни в правлінні та думках уряду, а це у свою чергу призводить до зміни суспільства.

З історичних фактів, прикладом таких глобальних потрясінь можна навести революції, які відбувалися в Великобританії у 17 віці. Вони не призвели до зміни уряду або короля, про те, вони змінили розподіл сил між ним та парламентом. Глобальні потрясіння у контексті політики виникають тоді коли буде досить великий розрив між способами економічної діяльності [72].

З погляду одночасно релігії та історії можна згадати приклад халіфа Абд аль-Маліка, який повернув до своєї країни свої землі, провів реформи щодо мови та адптував науку пророка Мухамеда і таким чином забезпечив ідеологію для нової влади. Його каналом для розповсюдження своїх ідей можна назвати храми, які він будував та які вражали суспільство своїм видом, ці храми немов Змі зараз. Прикладом, такого храму можна навести Купол Скали в Ієрусалімі [72].

Протилежним прикладом може бути французький король Людовик 16й, який зібрав Генеральні штати та хотів цим вирішити проблеми економічної кризи, яка виникла через підтримку Францією Америки у боротьбі з Великобританією. Ця ідея була провальною через те, що сам французький народ не мав віри у суд, тому що вони зіштовхувалися з

постійною корупцією. Окрім цього це був перший такий досвід Франції, тому що до цього вони не зіштовхувалися з виборними інститутами, а отже не мали досвіду правління таким чином. Далі відбулося створення групи, яка представляла інтереси які були повністю протичрчні щодо ідей короля, вони писали нову конституці, створювали національну гвардію та займалися військовими питаннями. Людовик міг залишитися королем, якби прийняв нову форму правління, проте це так і не відбулося. Замість того, він вступив у сговір з монархами аби протистояти реформам у Франції і таким же чином на політичні арену Франції вийшли радикали з свіжими ідеями, одним з таких можна назвати таку особистість як М. Робесп'єр. Його помилкою було правління через тортури, таким чином він намагався втримати владу аби підтримати своє бачення нового суспільства. Його дії призвели до повного краху тих демократичних інститутів, які починали своє життя [72].

Наведені приклади глобальних потрясінь мають різні форми та прояви. Приклад Франції демонструє те, як глобальні потрясіння призводять до зміни виду та форми суспільства, правління - проте не відбулося створення твердої альтернативи. Напроти, приклад Абд Аль-Маліка демонструє, що соціальні потрясіння повинні супроводжуватися чіткими ідеями та баченням нового суспільства.

З погляду психології не існує чіткої типології задля розуміння соціальних потрясінь, проте автори та дослідники Монреальського університету проаналізували понад 5000 наукових праць та виділили на основі певних критеріїв лише 325 з них [47]. На основі цих статей та дослідження була створена типологія, яка складається з декількох рівнів. Ця типологія призначена саме для конкретизації та класифікації глобальних потрясінь в залежності від їх впливу на психологічне благополуччя. Виділяють такі соціальні контексти: стабільність, інерція, покрокові соціальні зміни та саме соціальне потрясіння. В свою чергу, характеристиками глобальних потрясінь можна назвати такі аспекти: темп

соціальних змін, розрив з соціальною структурою та нормативною структурою і на останок рівень загрози для культурної ідентичності [47].

Перша характеристика - це темп. Під темпом розуміємо швидку чи повільну швидкість, з якою подія впливає на колектив. Дослідники виділяють два типи соціальних змін в залежності від темпа: поступове, яке має маленький масштаб та драматичне – колапс або масштаб. Усі теорії соціальних змін так чи інакше згадували такий аспект, як темп у своїй теорії та підтверджували цей аспект як центральний фактор. Дж. Ленскі і Дж. Ленскі стверджують, що вражаючою особливістю нашого сучасного життя є революційна швидкість соціальних змін. Ніколи раніше так багато людей не переживали такі стрімкі трансформації в усіх аспектах свого існування [59].

У книзі авторів Дж. Нолан та Х. Леслі «Людське суспільство: введення в мікросоціологію» наведено, що людська еволюція рухалася повільними темпами на протязі 1000 років, доки 100 років тому людство не почало досить швидко розвиватися [51]. Окрім того потрібно зауважити, що на темп, також, опираються деякі автори при розгляді різних типів соціальних змін. В організаційній психології це М. Надлер та М. Ташмен. Науковці відрізняли повільні або покрокові зміни від швидких, які мають схильність до переривання. Останні зараз найчастіше характеризують як драматичні соціальні зміни.

Спираючись на думку цих авторів, покрокові зміни потрібні для постійного покращення стосунків між різними суб'єктами суспільства. Ці зміни необов'язково повинні бути невеликими або навпаки великими, проте існує певна послідовність змін та процесів адаптації. Проте, в свою чергу, драматичні соціальні зміни найчастіше відбуваються в глобальному масштабі і вони пов'язані з деяким розривом відносин з минулим, в результаті чого відбувається реконструкція відносин в суспільстві. Зрозуміло, що такі зміни будуть мати травматичний досвід, тому що

суспільство в цілому та люди повинні отримати новий досвід, отримати нові ролі та моделі поведінки.

Такий автор як К. Ньюман зазначає, що покрокові зміни відбуваються під час стабільності в суспільстві і будуть розтягнуті у часі, тобто на декілька років [17, с. 604]. Саме це і дозволяє зменшити травматичність подій та призводить до м'якої адаптації. В свою чергу драматичні соціальні зміни настільки відбуваються неочікувано, що найчастіше не дозволяють індивіду адаптуватися.

Другий аспект, котрий був зазначений, це розрив з соціальною структурою. На даний момент не існує єдиного чіткого визначення терміну «соціальна структура». А. Танер і М. Джексон вважають, що це утворення груп на мезорівні через взаємні зв'язки між людьми. Такі автори, як К. Маркс, А. Стінчкомб, дали визначення соціальній структурі як системі соціально-економічної стратифікації, соціальних інститутів, організацій, національної політики і законів, які в свою чергу допомагають структуруванню норм, цінностей, ролей суспільства. Тобто згадується соціальна структура в аспектах колективних дій [63].

Якщо розглядати соціальну структуру в контексті «теорії розрухи», то її автори вважають що соціальні дії виникають в результаті знищення раніше інтегративних соціальних структур. Ця теорія робить акцент на тому, що колективні дії виникають лише як форма соціального дисбалансу, який в свою чергу виникає в результаті неправильної роботи соціальних інститутів які несуть відповідальність за це. У 2008 році Макіоніс стверджував, що будь-які революційні соціальні дії виникають та націлюються саме на усе колективне для того, щоб радіально змінити соціальні інститути [7175].

Третім аспектом є розрив в нормативній структурі. Існує відмінність між соціальною та нормативною структурою. Ці дві структури відносяться до функціонування суспільства, проте в різних аспектах та різних групах. Соціальна структура пов'язана з соціальними інститутами, які ми згадували раніше, тобто це макропроцеси. В свою чергу нормативна структура працює

на мікрорівні, тому що саме ці процеси відносяться до звичайної поведінки та норми членів суспільства. Спираючись на праці Ф. Тейлора, структуру тут і далі розуміємо, як прийнятну поведінку більшості членів суспільства, яка спрямована на досягнення колективної мети [73]. Тобто, коли нормативна структура чітко визначена і зрозуміла, то члени суспільства знають, коли і що їм робити, щоб досягти колективної мети та навіщо це потрібно. Найчастіше поняття нормативна структура виходить з визначення соціальних змін, які в свою чергу запускають зміни в поведінці та звичках, які порушуються у зв'язку з драматичними та швидкими соціальними змінами. Ф. Тейлор вважає, що коли соціальні зміни відбуваються поступово, то старі варіанти наших думок та дій залишаються з нами та є доступними для нас. У той же час при швидких змінах старі варіанти блокуються і це в свою чергу призводить до розробки та утворення нових дій [73].

Б. Джерник та І. Шверко вважають, що «великі політичні та соціально-економічні зміни дуже впливають на життєві пріоритети суспільства, які в усьому іншому являють собою відносно стабільні поведінкові диспозиції» [54, с.45]. Вище нормативна структура розглянута як норми та моделі поведінки, проте не можна забувати і про ролі, які особистості грають у своєму повсякденному житті [54]. Коли відбувається драматичні соціальні потрясіння, то вони зачіпають звичайні або нормативні елементи життя, що призводить до необхідності змін.

Такий розрив в нормативній структурі відбувається не тільки при радикальних змінах, такі як стихійні явища, але і під час колективних дій усередині суспільства, що в свою чергу призводить до соціальних змін. Те, що особистість робить з одного боку диктується через соціальні норми, соціальні інститути і таке інше. Проте у такому же ступені ми можемо діяти колективно та змінювати прийняті норми, інститути та соціальні системи. Коли збираються члени суспільства та приймають участь в якихось

колективних діях, важливим аспектом, на який націлена їх колективна діяльність, є норми та нормативні структури [54].

Остання, четверта характеристика глобальних потрясінь, це загроза культурній ідентичності групи. Ця характеристика також не має єдиного визначення. Її пояснюють через такі словосполучення: відсутність ясності, конфлікт ідентичності, сплутаність ідентичності, знижена ідентичність. Проте саме тут використовується термін «загроза» для того, щоб продемонструвати можливість модифікації ідентичності. Тобто, для того щоб цю характеристику віднести до соціальних потрясінь, особливо до драматичних соціальних потрясінь необхідно щоб культурна ідентичність повинна бути або під загрозою, або знижена. Особистість може відчувати саме загрозу для групової ідентичності, групової системи цінностей.

У 2004 році Д. Ешмор дав визначення колективній ідентичності як затвердження своєї приналежності до будь-якої категорії. Колективна ідентичність – це та, яка розділяється з групою інших людей, які мають деякі спільні характеристики. Досить схоже визначення дав і Ф. Тейлор, він вважав, що культурна ідентичність - це переконання щодо суспільних правил та суспільної поведінки. Загалом в наукових працях термін культурна ідентичність розглядається з трьох позицій, які будуть наведені нижче [73].

Загроза ідентичності пов'язана з втратою ідентичності або її змінами. Наприклад, Я. Могхадам стверджує, що глобалізація в свою чергу призводить до контактів багатьох людей та культур між собою, відбуваються раптовий контакт різних країн [46]. Це призводить до того, що багато культур та мов зникає по всьому світу. Саме через це у людей виникає загроза ідентичності. Тобто, таким чином переконання та цінності людей вже не є дійсними, старі орієнтири вже не актуальні та не є доступними. В свою чергу наслідком цього є «втрата контролю» тому, що саме переконання та цінності є гарантом емоційної безпеки та можливості психологічно «виживати» [46].

При глобальних потрясіннях також відсутня чітка ідентифікація. Це відбувається через те, що є певна невизначеність чи невідповідність у визначенні особистості. Окрім цього, невизначена культурна ідентичність може призводити до зниження самооцінки. Якщо увесь колектив буде у стані «невизначеності» - це вплине на можливості людей ефективно функціонувати у суспільстві. Люди будуть шукати себе, нові ролі і через це їм потрібно адаптуватися до моделі, яку проектує їх суспільство і яка є непостійна – це призводить до двозначності соціалізації. Соціальні зміни будуть приносити у суспільство невизначеність, що зачіпає багато аспектів людського життя у тому числі і сімейні і особисті такі як емоції, цінності, ідентичність.

Г. Бекер проводила дослідження мета якого була дослідити як швидкі соціальні зміни впливають на конфліктуючі ідентичності. У суспільстві в якому не було телевізорів, вони з'явилися. Це призвело до того, що жінки у цьому суспільстві почали відчувати сумніви щодо своїх тіл і порівнювати їх з ідеальними з телебачення. В свою чергу це змінило їх особисту та культурну ідентичність, окрім цього в деяких випадках це призвело до розладів пов'язаних з їжею (анорексія, булімія) [45, с. 551]. Тобто, таке глобальне потрясіння змінило їх особистість.

Вивчаючи тему глобальних потрясінь, зіштовхуємося з проблемою досліджень та їх впливу на психологічне здоров'я населення. Першим таким є дослідження Р.К. Сільвер. Авторка вивчала те, як різні види соціальних потрясінь, таких, як катастрофи, терористичні акти, пандемії, техногенні катастрофи, напади у школах і університетах впливають на фізичне, когнітивне, емоційне та соціальне здоров'я населення у довгостроковій перспективі [79]. Окрім цього вона також робить акцент на тому, як люди переживають ці глобальні потрясіння.

Одним із найбільш довгострокових є дослідження щодо теракту 11го вересня 2001 року та вплив цього теракту на фізичне та психологічне здоров'я. Дослідниця виявила, що найчастіше стресові реакції, які

проявлялися як психологічні та фізіологічні, виникали у людей, які бачили ці події завдяки трансляції у режимі реального часу по телебаченню. У наступні три роки після цього потрясіння у цих же особистостей виникли проблеми з фізичним здоров'ям та скарги, яких раніше не було. Еволюція фізичного стану тих же осіб вивчалась лонгітудно, протягом тривалого періоду [79]. Через декілька днів після цих подій вчені почали проводити дослідження та збирали інформацію, щодо того де у момент теракту знаходилися люди. Більшість учасників дослідження бачили момент теракту у режимі онлайн і бачили момент падіння другої вежі та другого літака, невелика кількість учасників або знаходилися поблизу або розмовляли по телефону з кимось хто був усередині веж, і деяка кількість дізналася про ці атаки трохи згодом [79]. Виявлено взаємозв'язок між новинами та фізіологічним і психологічним здоров'ям: постійне читання негативних новин або їх транслювання в режимі онлайн може призводити до деяких симптомів посттравматичного стресу. Цікавим є ще термін «вина того, хто вижив» з цим часто зіштовхуються ті, хто не потрапив в епіцентр глобального потрясіння. Вони відчують, що їм пощастило, а іншим ні. З цим зіштовхувалися люди під час теракту 11го вересня і це ж саме помічають українські психологи зараз [29].

У дослідженні психологічних аспектів впливу засобів масової комунікації на свідомість громадян, Коваль Г.Ш. вказує на те, що розгляд ЗМІ важливо здійснювати, враховуючи їхній кумулятивний ефект: «Повідомлення та образи у ЗМІ можуть виникати десятки, а навіть сотні та тисячі разів» [14, с.58]. Різні типи наслідків, такі як поведінкові, настановні, когнітивні та фізіологічні, виділяє Р. Харріс [14]. Поведінкові наслідки включають вчинення специфічних дій, таких як прояв насильства, покупка товару або участь у виборах. Наслідки настанов можуть призвести до зміни переконань про товар чи політичного кандидата, але не завжди спричиняють конкретні дії чи вибори [14]. Хоча установки включають інтелектуальні та довірливі аспекти, значна частина їх психологічної динаміки базується на

емоційному компоненті, такому як симпатія до одного кандидата порівняно з іншим.

Когнітивні наслідки представляють третій клас ефектів, впливаючи на наші знання і мислення. Один із яскравих прикладів - засвоєння нової інформації з ЗМІ. Четвертий клас ефектів Змі включає фізіологічні зміни в організмі, спричинені впливом Змі. Наприклад, перегляд фільму жахів чи захоплюючого спортивного матчу може викликати фізичні зміни, такі як збільшення частоти дихання та серцебиття.

Події 11го вересня – перші глобальні потрясіння, які транслювалися в режимі онлайн. Наразі наша країна знаходиться в процесі виборення своєї свободи і більшість населення знаходиться в процесі постійного скролення новин. Події які людина читає в новинах тіло та мозок сприймають так, немов особистість була у цей час там. Згадуючи про проблеми з психікою, їх часто пов'язують з травматичним досвідом, який особистість пережила. Сучасне українське суспільство перебуває в постійному очікуванні та напрузі від новин, що безумовно призводить до травматизації та ментальних проблем.

Те, що транслювання глобальних потрясінь в режимі онлайн призводить до більш широкого колу осіб з психологічними та фізичними проблемами, підтверджують також дослідження Ю. Ліндрет з Німеччини [70]. Дослідниця зробила моделювання ситуації, яка відбулася у середній школі Стоунмана Дугласа у 2018 році: це був теракт, у результаті якого постраждали і діти, і дорослі. У результаті цього дослідження було виявлено, що посттравматичний стресовий розлад у населення, які дивилося новини щодо теракту по телебаченню, було виявлено у невеликої кількості досліджуваних, при цьому якщо додати до телебачення, інші види засобів масової інформації, наприклад, соціальні мережі (з рідким користуванням) то відсоток зростає [70]. Після того, як учасників дослідження попросили постійно моніторити новини або в соціальній мережі, або по телебаченню відсоток осіб, які мають прояви посттравматичного стресового розладу

збільшився до значної кількості [70]. Ці дослідження нашоувхують на думку, що кількість травмованих в українському суспільстві буде зростати також через розповсюдження новин завдяки медіа.

Вплив повномасштабного вторгнення на психологічне здоров'я українського населення буде вивчатися після закінчення війни та займе тривалий час, але вже можливо орієнтуватися на наявні дані по такому глобальному потрясінню, як Covid-19.

Прикладом такого дослідження можна навести дослідження яке було проведено в перші місяці розповсюдження Covid -19 саме на території Китаю [77]. Вибірка формувалася за допомогою методу перехресного опитування та розповсюдження даної анкети відбувалося завдяки студентами яким пропонували поділитися з друзями та рідними. Важливо те, що це дослідження відбувалося на внутрішній платформі Китаю та воно було схвалено Інституційною наглядовою радою Хуайбейського педагогічного університету. Саме дослідження не займало багато часу та виділено на нього було лише три дні саме у той період коли всесвітня організація охорони здоров'я затвердила Covid-19 надзвичайною ситуацією в галузі охорони здоров'я, що має міжнародне значення – тобто це є глобальне потрясіння [77]. Анкета включала різні аспекти, такі як демографічні дані, фізичні симптоми за останні 14 днів, контакти з COVID-19, знання та страхи, заходи безпеки проти COVID-19, психологічний вплив пандемії та стан психічного здоров'я [77, с.10]. Для визначення впливу пандемії на психологічне здоров'я були використані такі методики: Ies-R, яка була розроблена під населення Китаю та спрямована на визначення ступеня впливу на психологічний стан після глобального потрясіння у вигляді пандемії та Dass-21, яка має три шкали: депресію, тривогу та стрес [77]. Перший опитувальник також має три шкали, які визначають ступінь уникнення, вторгнення та гіперзбудження.

У дослідженні прийняло участь 1210 респондентів з 194 міст у Китаї [77]. Отже, результати за першою шкалою показали, що у більше половини

респондентів було виявлено важкий психічний стан, ще деяка кількість респондентів оцінили свій стан як легкий та така ж кількість вважає, що Covid-19 мінімально вплинув на їх психологічний стан [77]. За другою методикою та першою шкалою, більшість респондентів визнали свій стан як нормальний, деякі відзначили легку депресію, також були ті, хто мав помірний ступінь, але лише невеликий відсоток вказав на тяжку чи надзвичайно тяжку депресію [77, с. 10]. За другою шкалою було виявлено, що більшість респондентів має нормальний бал, 20,4% мають помірну тривожність, 8,4% мають важку та 7,5 мають легку тривожність [77, с.14]. І за третьою шкалою результати приблизно такі ж, як і за другою.

Такі показники пов'язують з тим, що це дослідження було проведено у перші місяці пандемії, коли більшість людей міркувало позитивно про те, що це ненадовго та скоро закінчиться. Причому у цей час у половини респондентів було виявлено важкий психічний стан.

За параметром «стать» чоловіки набрали менше балів за першою шкалою, проте показали високі показники за результатами шкали депресії. Більшість респондентів були жінки, які мали вищу освіту та мали сім'ю яка складалася з трьох – п'яти осіб та мали дітей. Жінки, як і студенти мали високі результати по першій шкалі та мали високі результати за шкалами стресу та тривоги, у порівнянні з тими, хто працює [77].

Щодо подолання стресу, існує певна гендерна ідентичність особистості, яку досліджувала Родіна Н.В. [22]. Гендерна ідентичність - це усвідомлення особистістю свого відношення до культурних концепцій чоловічості та жіночості, а також її включеність у конкретну соціальну групу на підставі статевих ознак. Це визначення включає в себе розуміння та прийняття власної статевої ідентичності в контексті суспільних норм і культурних уявлень. Також, це означає розпізнання своєї приналежності до групи людей на підставі статі в соціальному вимірі [22]. Іноді в цей термін включають аспект, пов'язаний із психосексуальним розвитком та формуванням сексуальних вподобань.

Найбільш загальне визначення гендерної ідентичності пов'язане з тим, що це результат ідентифікації особистістю себе із певною статтю. Це також включає відношення до себе як до представника певної статі, освоєння відповідних форм, стилю поведінки та формування особистісних рис. В гендерній ідентичності можна виділити різні складові, проте дві найбільш поширені – це біологічна стать (чоловік/жінка) і маскуліність/фемініність як культурні конструкти та внутрішні психологічні риси [22].

Вивчення особливостей маскуліності/фемініності та інших компонентів гендерної ідентичності ускладнене зміною традиційних образців у сучасному суспільстві. Отже, виникає проблема дослідження взаємозв'язків гендерної ідентичності особистості та способів подолання стресу, оскільки ці області ще недостатньо вивчені. У дослідженні Родіної Н.В. було виявлено, що для жінок характерний жіночий стиль подолання стресу через позитивне сприйняття ситуації, особистісний ріст, фантазійну реакцію та пошук підтримки. У чоловіків виявлено вираженіше маскуліне реагування. Обидві групи використовують вольові акти, але жінки-абітурієнти вибірково уникають стресорів [22].

За дослідженнями, які були проведені в останній рік, було виявлено, що хоча надзвичайний стан у зв'язку з пандемією відмінили в травні, більша частина населення Землі страждає від психологічних проблем, найчастіше це прояви депресії та тривоги: у число людей, які страждають від наслідків Covid-19, найчастіше входять студенти, жінки, люди, які не мають середнього або високого рівня життя та особистості, які до пандемії мали психологічні проблеми.

Всесвітній економічний форум у 2021 році провів дослідження щодо впливу пандемії на психологічне здоров'я, в якому приймали участь 30 країн. За результатами, у таких країнах, як Чилі, Перу, Бразилія та Канада психічне здоров'я більшості респондентів значно погіршилося у порівнянні з життям до, показники цих країн більше ніж загальний середній показник і становить майже половину [49]. На 32,8% виросла кількість респондентів, які мали

симптоми порушень психологічного здоров'я у Чилі в порівнянні з зимою 2021 року та осінню 2020 [49].

Центр, який займається контролем та профілактикою захворювань виявив, що в Америці кількість симптомів тривожного або депресивного розладу також зросла, при цьому також зростає і рівень незадоволення психіатричною допомогою. Ці дані були наявні на зиму 2021 року [49].

Юнісеф та Міжамериканський банк розвитку проводили дослідження щодо психологічного здоров'я дітей в результаті якого було визначено, що наслідками онлайн освіти є погіршення результатів навчання, негативний вплив на психологічне здоров'я та катастрофічний вплив на соціально – економічні перспективи [78]. У цей же час було опитано близько 60000 осіб, які займаються доглядом за дітьми (мами, бабусі, няні, вихователі) у таких країнах як Колумбія, Перу, Сальвадор та Коста – Ріка у більше ніж половини був хоча б одним симптом погіршення психологічного здоров'я в наслідок пандемії ковіду [78]. Приблизно половина опитаних страждають від суму, майже всі від втоми, страх та проблеми зі сном наявні у більше половини опитуваних [78].

Тобто, пандемія Covid-19 принесла серйозні зміни в психологічному здоров'ї більшості країн та населення. Дослідники це пов'язують з соціальною ізоляцією, малорухливим образом життя та фінансовими проблемами, окрім цього відбувається зменшеннязовнішніх подразників: нових вражень, подій, інтенсивності взаємодії з іншими. «Життя на карантині – це часто «день бабака», - монотонна одноманітність, яка призводить до зниження настрою, млявості» [7, с. 42]. 70% опитуваних у різних країнах страждають від втоми і це має прямий взаємозв'язок з депресією. Чим сильніше людина втомлюється, тим сильніше рівень депресії, таку є ж паралель можливо провести зі сном.

Дослідження соціально-психологічних особливостей ставлення до пандемії у представників різних соціальних груп підтвердили вплив пандемії на психологічне здоров'я населення нашої країни. Виявлено, що

представники студентів медичної спеціальності та технічної спеціальності мають різні реакції: у 33% студентів медичних спеціальностей не виявлено депресивних симптомів порівняно з 49,5% у студентів технічних спеціальностей» [13, с.186]. Ситуаційна тривожність низька у 49,5% медичних студентів, а у студентів технічних спеціальностей вона складає лише 14,2% . Авторки пов'язують це з переконаннями студентів, які мають пряму залежність від їх спеціальностей. Студенти медичних спеціальностей, ймовірно, мають менше тривожності через більшу свідомість про проблему пандемії. З іншого боку, студенти технічних спеціальностей, можуть бути менш інформованими та відмовляються вірити в існування пандемії.

Також, існує інший вид глобальних потрясінь - лиха, які безпосередньо впливають на психологічне здоров'я особистості.

Лиха вважаються глобальною проблемою, яка є неминучою для сучасного життя. Вони можуть бути двох видів: стихійні та техногенні. Під першим видом ми розуміємо те, що виникає через природні причини, наприклад, цунамі, землетрус, циклони. Основною техногенних катастроф є діяльність людина і до цього ми відносимо аварії, політичні конфлікти, тероризм. При цьому важливо враховувати, що деякі природні лиха виникають в результаті діяльності людини. Прикладом є вирубка лісів, що призводить до сильних затоплень [56].

Країни, які найбільше страждають від стихійних лих, мають такі наслідки як бідність, брак ресурсів, проблеми з освітою та погану інфраструктуру. Окрім цього, проблемою таких країн є відсутність знань та психологічної допомоги [47]. Взагалі, одна із країн, які цим найбільше нехтує та втрачає своє населення, є Індія. Це пов'язано з тим, що в цій країні проблема психологічного здоров'я та допомоги є стигматизованою [50].

І техногенні, і стихійні лиха мають прямий взаємозв'язок з психічним здоров'ям населення. Потерпілі та країна в цілому зіштовхуються з соціальними, економічними проблемами, люди та спільнота не мають стабільності, в тому числі і психологічної. Відсутність стабільності, в свою

чергу, може призвести до посттравматичного стресового розладу, а також підвищенню тривожності та депресії. Основною причиною впливу лих на психологічне здоров'я є неможливість їх прогнозу: вони раптові та непередбачені. Окрім цього, більшість населення можуть збігати від реальності, заперечувати те, що сталося. Такі реакції можливо було спостерігати у перші дні повномасштабного вторгнення, коли більшість населення вважало, що все закінчиться за декілька днів. Коли особистість знаходиться в стані «відмови» вона більше схильна до неадаптивних реакцій, а саме тривоги та стресу.

Окрім цього, для кожної особистості будинок - це місце, де вона може бути тим, ким вона є, де існує захищеність. Такі глобальні потрясіння, як затоплення, пошкодження, примусовий виїзд це відчуття забирають в результаті таких наслідків. Різноманітні фактори, такі як переселення сім'ї, втрата близької особи, соціально-економічні та екологічні втрати, можуть призводити до психологічної вразливості у постраждалих [50, с.5]. Виявлено, що техногенні лиха частіше, ніж стихійні впливають на появу посттравматичного стресового розладу [50].

Переміщення, які відбуваються внаслідок різних видів лиха, серйозні травми у жертви чи люди, які зіштовхуються зі смертю – усе це призводить до погіршення ситуації. Ті особистості, які виживають, зіштовхуються з симптомами, які мають широкий спектр та найчастіше пов'язані з тривогою, депресією та посттравматичним стресовим розладом. Дослідження, проведені на початку військового стану в Україні свідчать, що найчастіше ці симптоми виникають у тих, хто виїхав, ніж у тих хто залишився. Це може бути пов'язано з таким аспектами: як адаптація до нового місця, втрата стабільності, вина за те, що їм пощастило, крім цього людей супроводжує стан розпачу та безнадійності [27, 31].

Під час техногенної катастрофи в Бхопалі, де відбувся витік газу, психологи відмічали, що у людей були психопатологічні симптоми, які проявлялися як збентеження свідомості, реакції тривоги-депресії, реактивні

психози та реакції горя [50]. Це складні психічні стани, які можуть виникати та взаємодіяти в різних контекстах. Сплутаність свідомості вказує на порушення ясності мислення, реакції тривоги-депресії - на емоційні відгуки на стрес, реактивні психози виникають під впливом екстремальних стресових ситуацій, а реакції горя є нормальними виявами емоційної реакції на втрату [67, с. 7]. Багатьом жертвам був наданий довгостроковий нагляд та психологічна реабілітація, яку надавали через тривалі поведінкові та когнітивні симптоми [67].

Через дев'ять років поспіль Д.Кулліан провів психологічне дослідження впливу цієї катастрофи на населенні, яке зазнало впливу газу. Дослідження базувалося на неврологічному тестуванні: населення тестували на вестибулярні, периферичні сенсорні функції та короткострокову пам'ять [50]. У більшості населення було виявлено нерво-психічні симптоми, які включали такі прояви, як проблеми зі сном, проблеми з головним болем та частою втратою свідомості, проблеми з рівновагою, іншими смаковими відчуттями та проблеми зі сприйняттям запахів. Результати неврологічного обстеження свідчать про виявлення у багатьох учасників дослідження центральних, периферійних та вестибулярних неврологічних розладів [55, с.5].

Кар Н. досліджував найбільш вразливі групи населення, а саме жінок, дітей та людей похилого віку [55]. Проте більшість респондентів становили жінки, у яких були виявлені невротичні симптоми з тривогою та розладами емоцій, де найчастішими були депресивні стани. Пацієнти залишалися неспроможними адаптуватися до свого оточення навіть після проведеного лікування, у більшості з них виявлялися психотичні симптоми, і вони потребували постійної клінічної підтримки [55, с.8].

Для нашої країни глобальним потрясінням є повномасштабне вторгнення, яке призвело до появи нової категорії, а саме тимчасових переселенців.

Тимчасовими переселенцями є громадяни України, які мають законне право на постійне проживання в Україні, яких змусили залишити або покинути своє місце проживання у результаті або з метою уникнення негативних наслідків збройного конфлікту, тимчасової окупації, повсюдних проявів насильства, порушень прав людини та надзвичайних ситуацій природного чи техногенного характеру [26, с.2].

Особливостями переселенців можна назвати травматичний досвід внаслідок військового конфлікту, відсутність бажання та мотивації з позитивним забарвленням, труднощі з адаптацією та можливим неприйняттям нового місця. Категорія переселенців з'явилася в Україні ще в 2014 році, проте зараз ці масштаби набагато збільшилися

Українські вчені М. Багера, Н.І. Тищенко, Т.Г. Стефаненко досліджували у своїх працях психологічні особливості переселенців та виявили, що кожна сфера особистості страждає, в результаті чого виникають різні розлади у тому числі і депресії, і думки про самогубство, і панічні атаки та високий рівень тривожності [31].

Л.Н. Юр'єва виділяє наступні соціальні та психологічні проблеми, з якими зіштовхуються переселенці [31]:

По-перше, це «втрата почуття вкоріненості» - особливо це стосується тих переселенців, які наразі виїхали в інші країни. Це почуття пов'язується з різним оточенням, а саме: з погляду географії, культури та навіть традиції. Людина залишає своїх друзів, свою домівку – саме те, що давало їй сили.

Друге, з чим зіштовхуються переселенці, це почуття провини того, хто вижив. Це почуття виникає як у переселенців які виїхали з зони активних бойових дій та окупації, так і у тих, хто виїхав з самого початку повномасштабного вторгнення.

Третя причина стосується побуту, тому що переселенцям потрібно з самого початку облаштовувати свою нову домівку. Більшість переселенців відмічають, що їм не вистачає таких речей як посуд, постіль і т.д.

Четверте - це труднощі пристосування до нової культури у той категорії населення, яка виїхала за кордон.

Важкі соціально-побутові умови вимушено ставлять переселенців у позицію жертви, віктимізує їх та може призвести до травматичного шоку.

Вимушене переселення так чи інакше впливає на розуміння сенсу життя та сенсожиттєві орієнтації. Люди зіштовхуються з проблемами у кожній сфері життя: економічній, соціальній та психологічній. Міністерство освіти і науки України було спонсором дослідження розповсюдження стресу, тривоги та посттравматичного розладу серед українців через рік після російського вторгнення [48]. За результатами цього дослідження особи, які виїхали з України мають найбільший рівень стресу, тривоги. На другому місці внутрішньо – переміщені особи і на останньому непереміщені особи [48].

Таким чином, термін «глобальні потрясіння» є міждисциплінарним. Його розглядають соціальний, психологічний, релігійний, політичний підходи. З погляду психології, глобальні потрясіння - це ситуації, які викликають та супроводжуються здебільшого негативними емоціями та почуттями. Це ситуації, які можуть супроводжуватися тривогою, страхом, втратою стабільності, невпевненістю у собі та завтрашньому дні та іншими негативними проявами емоцій та почуттів. Наслідками цього є деструктивна поведінка, яка руйнуюче впливає на адаптацію людини та призводить до негативної трансформації сенсожиттєвих орієнтацій. Дослідники виділяють наступні характеристики періоду глобальних потрясінь: темп соціальних змін, розрив з соціальною структурою та нормативною структурою і на останок рівень загрози для культурної ідентичності.

Висновки по першому розділу

Вивчення теоретико-методологічних конструктів дослідження

особливостей сенсожиттєвих орієнтацій у період глобальних потрясінь дозволило сформулювати наступні висновки.

Термін сенсожиттєвих орієнтації розглядається через поняття «сєнс життєя» та вивчався у рамках наступних підходів: філософського, релігійного соціологічного, психологічного. Теоретичний аналіз поняття «сєнс життєя» здійснено на підставі основних понять провідних психологічних шкіл: психоаналітичної, поведінкової, гуманістичної, екзистенціальної, процесуально-динамічний підхід та теорію вчинку.

З погляду більшості вчених, сенсожиттєві орієнтації пов'язані з поняттям «сєнс життєя». Єдине визначення цього поняття на сьогоднішній день відсутнє. Більшість дослідників вважає, що сєнс життєя - це єдина потреба та задача кожної особистості. Сєнс життєя є постановою та досягненням культурних або духовних цілей, бажання їх досягнути є основою для душевного спокою.

Термін «глобальні потрясіння» є міждисциплінарним та вивчається соціологами, економістами, політологами та психологами. До глобальних потрясінь відносяться війни, військові стани, стихійні та техногенні лиха, епідемії. Вони трапляються навіть у розвинених державах та є великим викликом, який змушує людину адаптуватися до нових життєвих умов, шукати шляхи подолання та нові сенси життєя. Дослідники виділяють наступні характеристики періоду глобальних потрясінь: темп соціальних змін, розрив з соціальною структурою та нормативною структурою, загроза для культурної ідентичності.

З погляду психологічного підходу, це ситуації, які можуть супроводжуватися тривогою, страхом, втратою стабільності, невпевненістю у собі та завтрашньому дні та іншими негативними проявами емоцій та почуттів. Наслідками цього є деструктивна поведінка, яка руйнує впливає на адаптацію людини та призводить до негативної трансформації сенсожиттєвих орієнтацій.

РОЗДІЛ 2. ОРГАНІЗАЦІЯ ТА МЕТОДИ ДОСЛІДЖЕННЯ

2.1. Організація дослідження

Організація та проведення теоретико-емпіричного дослідження вимагає чіткого планування. Послідовність проведення певних якісних та кількісних змін визначається положенням та характером дослідження. Положення та характер досліджень визначається послідовністю проведення певних кількісних та якісних змін.

Теоретико-методологічну основу дослідження сформовано на підставі основних понять провідних психологічних шкіл: психоаналітичної, індивідуальної, поведінкової, екзистенціально – гуманістичної школи психології, через процесуально-динамічний підхід та теорію вчинку. Вони дають змогу встановити конкретний предмет дослідження та його концептуальний апарат.

Для дослідження сенсу життя в період глобальних потрясінь було використано системний підхід. В межах цього підходу поняття сенс життя розглядається цілісно та має певну внутрішню структуру, в якій всі елементи взаємозв'язані. З іншого боку, виходячи з постулатів системно-структурного підходу, об'єкт, який є цілісним, представляє собою складову частину іншої, більш масштабної системи у всіх її взаємозв'язках. Формалізація та операціоналізація емпіричного дослідження проявляється в уточненні об'єкта, в однозначності всіх вживаних понять і визначень, у розробці чіткого плану проведення емпіричного дослідження. Підвищення достовірності та надійності досліджень здійснювалося за допомогою контролю за достовірністю інформації, а також, перевірки даних надійними та валідними методами.

Робота складалася трьох етапів: пошуково-аналітичного, емпіричного та оціночно-рефлексивного. Перший етап дослідження, пошуково-аналітичний, полягав у вивченні сучасного стану проблеми та теоретичного аналізу зарубіжної та вітчизняної психологічної, соціологічної, релігійної та філософської літератури. У першу чергу були вивчені та проаналізовані літературні джерела за наступними питаннями:

- Основні напрями у дослідженнях понять «сенс життя» та «сенсожиттєві орієнтації»;
- Сучасна психологія і погляд на сенс життя ;
- Історичний огляд глобальних потрясінь;
- Психологічні наслідки глобальних потрясінь.

Аналіз наукової літератури дозволив на другому, організаційному етапі дослідження, обґрунтувати вихідні теоретичні та емпіричні позиції, проблеми, об'єкт, предмет, цілі дослідження та завдання.

Для найбільш оптимальної організації та проведення дослідження, був використаний принцип економії сил, ресурсів і часу. Цей принцип декларує, що матеріальні, часові та інтелектуальні затрати на проведення дослідження повинні співвідноситися з його проблемою, цілями, завданнями і одночасно бути мінімально достатніми для вирішення поставленої проблеми, досягнення тих цілей, які спочатку цікавили дослідника.

Відповідно принципу, була визначена оптимальна програма дослідження, яка починалася з конкретизації теми роботи (це дозволило визначити коло конкретних питань, на які дослідження має відповісти); визначення методології та методів дослідження, обґрунтування програми дослідження та формування вибірки; підготовка необхідних для емпіричного дослідження матеріалів, протоколів та ін.

Емпіричне дослідження проводилося в мережі Інтернет у Google Forms. За допомогою техніки рандомізації, був проведений випадковий відбір піддослідних в групі необхідної чисельності для участі у дослідженні.

У дослідженні брало участь 60 випробуваних, 30 чоловіків та 30 жінок. У кожної з груп 15 осіб залишились в Україні, 15 виїхали з території. Віковий діапазон 17-50 роки. (Табл. 2.1).

Таблиця 2.1.

Розподіл вибірки за віковими характеристиками

	Кількість досліджуваних		Кількість досліджуваних у відсотках	
	чоловіки	жінки	чоловіки	Жінки
17-25 років	1	1	3,33%	3,33%
25-32 років	5	3	16,67%	10%
32-40 років	16	19	53,33%	63,33%
40-50 років	8	7	10%	23,33%
Усього	30	30	100 %	100%

На основі вікової періодизації А. Реана, перша група відноситься до категорії «молодість». До характеристик цього періоду можна віднести емоційну саморегуляцію, за допомогою якої формується світогляд як система переконань. В цій системі переконань моральна орієнтація виражається у ставленні до суспільства [9]. Л. Кольберг у своїх емпіричних дослідженнях характеризував цей вік, як той, у який особистість може досягти постконвенційного рівня. Саме у цей час особистість формує та видокремлює свої інтереси, вони стають зрілими та серйозними, виявляється спрямованість особистості. Під час цього періоду особистість перетворюється в студента, що призводить до стимулювання активних пізнавальних інтересів. Молодь починає формувати професійні та дослідницькі уподобання [9, с. 2].

Друга вікова група 25 – 32 роки . Це група раннього дорослого віку, саме у цей час відбувається закінчення зростання та дозрівання людського організму, особистість має максимальні фізичні характеристики. Після 30-ти років відбувається їх спад. На цю вікову групу впливають як заплановані події так і стресові, тобто ненормативні або несподівані. С.М. Костроміна

вважає, що у цьому віці ще є нестійка система цінностей і у цей же час особистість є ще емоційна чутлива, що призводить до сильних реакцій у вигляді напруження при стресових ситуаціях. Д. С'юпер вважає, що у цей час особа раннього дорослого віку має мотивацію до кар'єри, планує реалізуватися у професії, також В. Бодров вважає, що відбувається покращення та вдосконалення професійних та особистісних якостей згідно «стадії професійного циклу» [9].

Третя вікова група 32 – 50 років являє собою середню дорослість, яка є одним із найбільш продуктивних періодів, за О.Г. Маклаковим особливо це виражається у людей які мають професію гуманітарного напрямку. У цей час чоловіки стають привабливими для молодих жінок, у той час як жінки їх віку переживають, що вони непривабливі через ознаки старіння [9].

На третьому, емпіричному етапі, було проведено дослідження за допомогою наступних психодіагностичних методик:

- методика «Опитувальник структури темпераменту В.М. Русалова (ОСТ)» [25];
- тести депресії і тривоги А. Бека [5, 6];
- тест «Шкала толерантності до невизначеності» С. Баднера [28];
- «Смисложиттєві орієнтації» Д. Леонтьєва [16].

Також, був використаний метод анкетування (Анкета_1).

Обробка отриманих даних була проведена за допомогою наступних методів математичної статистики:

- шкалювання;
- ранжування;
- кореляційний аналіз;
- Т- критерій Стьюдента;
- середнє значення.

Організація психодіагностичного дослідження здійснювалась з урахуванням основних вимог професійно-етичних аспектів психодіагностики.

Ці аспекти включають в себе такі принципи:

- принцип наукової обґрунтованості психодіагностичної методики, який вимагає того, щоб вона, як мінімум, була валідною та надійною, тобто давала такі результати, яким цілком можливо довіряти;

- принцип не нанесення шкоди, який припускає, що результати психодіагностики ні в якому разі не можна використовувати на шкоду тій людині, яка піддається психодіагностиці;

- принцип об'єктивності висновків по результатам тестування вимагає, щоб вони були науково обґрунтованими, тобто виходили з результатів тестування, проведеного за допомогою валідних і надійних методик, а не визначалися і ніяк не залежали від суб'єктивних установок тих, хто проводить тестування, або користується його підсумками.

- принцип ефективності пропонованих рекомендацій передбачає, що такі рекомендації обов'язково повинні бути корисними для тієї людини, якій даються. Не дозволяється, наприклад, пропонувати людині такі практичні рекомендації з результатів тестування, які для неї марні або можуть призвести до небажаних, непередбачуваних наслідків [11].

На останньому, оціночно-рефлексивному, етапі відбувалася підготовка висновків по результатам емпіричного дослідження: кількісна і якісна обробка отриманих даних за допомогою методів математичної статистики, аналіз та інтерпретація отриманих результатів та формування загальних висновків.

Етап полягав в обробці, узагальненні, аналізі, диференціації та структуризації матеріалів оглядово-аналітичного дослідження, в корекції висновків, літературному оформленні дослідження.

Висновки, сформовані на останньому етапі роботи над темою, є підсумковим синтезом отриманих результатів проведеного дослідження. У висновках були відображені найбільш істотні результати дослідження.

Таким чином, організація дослідження складалася з трьох етапів: пошуково-аналітичного, емпіричного та оціночно-рефлексивного. Емпіричне дослідження проводилося в мережі Інтернет за допомогою Google Forms. Виборку склали 60 випробуваних: 30 чоловіків і 30 жінок. частина

респондентів знаходилася за межами нашої країни та частина є переселенцями на території України. Вікова група: 17-50 років.

2.2. Методи дослідження

Достовірність і обґрунтованість отриманих результатів і висновків даного дослідження забезпечується надійністю вихідних методологічних положень; повнотою розгляду предмета дослідження на теоретичному і емпіричному рівнях; використанням комплексу методів, які відповідають предмету, меті та завданням дослідження (в тому числі, методів статистичної обробки результатів дослідження); репрезентативністю вибірок; ретельним і багатоаспектним аналізом матеріалу, отриманим в ході емпіричної роботи.

Для вирішення завдань дослідження та досягнення мети, був використаний метод анкетування. Питання, що складають авторську Анкету_1, дозволили сформуванню, структуруванню та дослідити вибірку.

АНКЕТА_1

Інструкція: Дайте відповіді на всі пункти анкети.

1. ПІБ (ініціали)
2. Стать: М/Ж
3. Вік
4. Освіта: середня або середня професійна , незакінчена вища та вища освіта.
5. Сімейний стан: перебуваю у шлюбі, у розлученні, вдівець/вдова, маю відносини, але не у шлюбі.
6. Маєте дітей: так або ні.
7. Ваше місцезнаходження зараз: в Україні, в рідному місті; в Україні, в іншому місті; закордоном; виїжджав закордон, повернувся в Україну.

8. Чи працюєте Ви зараз? Так, ні, втратив(ла) роботу через війну, працюю в іншому місці, втратив(ла) роботу через війну, не працюю, на а соціальному забезпеченні, часткова зайнятість.

9. Чи перебували Ви в ситуації загрози Вашому життю, здоров'ю чи майну через війну в Україні? Так, ні.

10. Чи отримуєте Ви емоційну підтримку від Вашої сім'ї, друзів, колег? Так, ні.

11. Ви відчуваєте, що ваші цінності змінилися з початку повномасштабного вторгнення? Так, ні.

12. Які цінності/пріоритети у вас були раніше? А які зараз?

За допомогою анкети були проаналізовані наступні дані респондентів: стать, вік, освіта, сімейний стан, наявність дітей, наявність роботи та ситуація стосовно повномасштабного вторгнення. В авторській анкеті респондентам потрібно було відповісти на питання, як змінилися їх цінності після повномасштабного вторгнення. Цей параметр розглядали багато психологів у своїх працях.

Цінності досліджуються в контексті культурологічних, етичних, соціальних та інших аспектів, враховуючи широкий спектр підходів та теорій, розроблених різними дослідниками. Нижче наведено декілька визначень та підходів до розуміння цінностей в психології:

Згідно теорії А. Маслоу в контексті ієрархії потреб: цінності вважаються вищими потребами, які стають актуальними для особистості лише після задоволення базових фізіологічних та безпекових потреб [60]. Р. Інгерсол в своїх працях, щодо теорії цінностей, давав визначення цінностям як концепції, які визначають те, що важливо для особистості, і впливають на її почуття, задоволення та щастя [72].

Ш. Шаріф та П. Шварц в теорії основних людських цінностей визначали їх як узагальнені призначення, що об'єднують людей у суспільстві. Згідно з їхнім підходом, цінності можна розглядати як стійкі бажання, які служать як напрямок для вибору та дії [15]. М. Рокіч розробив теорію особистісних

цінностей, де цінності розглядаються як концептуальні структури, які впливають на особистісний розвиток та вибір [15]. Дж. Гоман в символічній теорії цінностей: розглядає цінності як символічні конструкції, які виникають в процесі взаємодії людей та їхнього оточення [15]. Ш. Кітайама досліджував взаємодію між культурними факторами та формуванням цінностей. Він розглядав, як культурний контекст визначає індивідуальні цінності, які можуть включати такі аспекти, як колективізм, ієрархія, традиціоналізм тощо [15].

Серед українських психологів поняття цінностей розглядали наступні автори:

О. Ковальчук досліджував роль освіти в формуванні цінностей у студентів та учнів. Його дослідження зорієнтовані на вивчення взаємозв'язку між педагогічними методами та розвитком ціннісних орієнтацій, таких як відповідальність, толерантність, чесність тощо [15]. О. Андрієнко, працюючи в галузі організаційної психології, досліджувала, як організаційна культура впливає на цінності працівників. Вона вивчала, які цінності підтримуються та розвиваються в організаційному середовищі, і як це впливає на задоволеність роботою та ефективність працівників [15].

Вченими-психологами доведено, що на особливості сприйняття глобальних потрясінь та сенсожиттєві орієнтації впливає темперамент. Тому першою методикою було обрано Опитувальник структури темпераменту В.М. Русалова (ОСТ). Мета: діагностика предметно – діяльного і комунікативного аспектів темпераменту. Методика дозволяє виявити залежність сенсожиттєвих орієнтацій від індивідуально – типологічних особливостей людини. В основі цієї методики є концепція біологічної обумовленості формально – динамічних якостей особистості. Ця концепція базується на роботах таких вчених як І.П. Павлов, Б.М. Теплов. Існує дві версії цього опитувальника: розширена та коротка.

В дослідженні було використано розширену версію, яка містить 105 питань, які в свою чергу відносяться до 9 шкал. Із них 8 - це предметна

ергічність, соціальна ергічність, пластичність, соціальна пластичність, темп чи швидкість, соціальний темп, емоційність, соціальна емоційність і остання шкала вивчає соціальну бажаність відповідей [25].

З нашої точки зору, на сенсожиттєві орієнтації буде впливати наявність або відсутність депресії та тривоги. Це обумовило вибір наступної методики: «Шкала тривожності і депресії А. Бека». Методика розроблена у 1961 році і є однією із перших методик для діагностики тривожності та депресії, вона відрізняється високою релевантністю та специфічністю. Використовується у клінічній практиці, маючи на меті оцінювання рівня депресивних розладів та тривожності. Базується на клінічному погляді, який дозволив виявити найбільш значимі симптоми депресії та важливі жалоби від пацієнтів. У методиці 21 твердження, які сформовані на характеристиках симптомів депресії [5,6]. Ці твердження ранжировані у міру збільшення питомого внеску симптому у загальний ступінь тяжкості депресії.

З погляду психодинамічного підходу З. Фрейда, депресія може виникнути внаслідок пригнічення внутрішніх конфліктів та невирішених психосексуальних етапів. З. Фрейд вважав, що депресія може бути пов'язана з втратою об'єкта любові або невдалою реакцією на конфлікт між Я, Воно і Над-Я [33].

Когнітивний підхід А. Бека вказує на роль негативних когнітивних схем та систем переконань у виникненні депресії. А. Бек вважав, що депресія виникає через систематичне спотворення сприйняття себе, майбутнього та світу [4].

За біологічним підходом, депресія пов'язана з дисбалансом нейрохімічних речовин, зокрема, зниженням рівнів серотоніну та норадреналіну в мозку. Дослідники також вказують на генетичні фактори, які можуть підвищити схильність до депресії.

Дж. Боулбі розвинув теорію втрати, яка стверджує, що депресія виникає як реакція на втрату або розрив з важливою особою, особливо в ранньому

дитинстві. Депресія може виникати внаслідок неспроможності побудувати безпечні взаємини у подальшому житті [21].

Згідно із теорією соціального стресу Г.Р. Брауна та Н.Д. Харрісона, депресія може виникати внаслідок соціальних факторів, таких як втрата роботи, проблеми в сім'ї, або інші подібні стресові ситуації. Дослідники визначають взаємодію соціальних та біологічних чинників [21].

Ці підходи вказують на різноманітні аспекти виникнення депресії, включаючи психічні, когнітивні, біологічні, соціальні та емоційні фактори. Ці теорії можуть взаємодіяти, а їхнє вивчення допомагає краще розуміти складний характер депресії та розробляти ефективні підходи до лікування та підтримки.

Важливою властивістю особистості є толерантність до невизначеності. Саме це дозволяє людині витримувати натиски життя, кризові прояви. Особа, яка є інтолерантною, сприймає нові, незвичні, складні ситуації як загрозу, а не як розвиток. Використана у дослідженні «Шкала толерантності до невизначеності» С. Баднера є першою діагностичною методикою для діагностики цієї властивості. У цій методиці 13 запитань, які визначають рівень або толерантності або інтолерантності. Методика дослідження толерантності до невизначеності була переведена і адаптована Г.У. Солдатовой і її співробітниками [28].

Концепція толерантності до невизначеності (ТНВ) виникла в контексті організаційної та міжнародної психології та стала об'єктом досліджень у багатьох дисциплінах. Деякі визначені автори та вчені, які вивчали це поняття, включають: Г. Гофстеде є відомим голландським соціальним психологом, який вніс вагомий внесок у вивчення міжкультурних різниць. Він розробив концепцію "культурних вимірювань", серед яких є і вимірювання толерантності до невизначеності. За Г. Гофстеде, це вимірювання вказує на те, наскільки суспільство та організації приймають або відхиляють невизначеність та невизначені ситуації [30].

Ф. Йодер та Ч. Гампден-Терндейк розробили модель "Сфери культурної динаміки", в якій розглядаються різні аспекти міжкультурних різниць, включаючи толерантність до невизначеності. Вони представили свої ідеї в роботах "Райдужний лабіринт" та "Будучи межами" [30].

Е. Холл розглядав культурні виміри та міжкультурні відмінності. Його робота "Схід і Захід. Оптика контакту" містить дослідження про сприйняття невизначеності в різних культурах. Р. Йоссі, який співпрацював з Г. Гофстеде у дослідженнях міжкультурних різниць, у роботі "Лідерство, культура і організаційна ефективність" також звертає увагу на аспекти толерантності до невизначеності [30].

Для досягнення мети у дослідженні була використана методика Смесложиттєві орієнтацій (СЖО) Д. Крамбо і Л. Махоліка, адаптація Д.О. Леонтьєва. Вона дозволяє визначити смесложиттєві орієнтації особистості, що становлять основу образу Я та систему цінностей людини, які у сукупності і складають сенс життя.

Методика складена на основі теорії прагнення до значення і логотерапії В. Франкла [36]. Мету життя автори тесту визначали як переживання індивідом її «онтологічної значущості». Дана методика кількісно вимірює наявність мети життя і дозволяє тим самим діагностувати мір суб'єктивного відчуття втрати значення, що є слідством невдачі в пошуку людиною значення життя. Пізніше Дж. Крамбо доповнив тест «Мета в житті» шкалою пошуку смесложиттєвих цілей (SONG -Seeking of Noetic Goals). Шкала вимірює силу мотиваційної тенденції до пошуку значення життя [16].

Методика СЖО включає 20 описів дій, переживань або станів, які оцінюються по семибальній шкалі в залежності від того наскільки они характерні, типові для випробуваного. Субшкали методики: Цілі в житті; Процес життя; Результативність життя; Локус контролю – Я; Локус контролю – життя; Загальний показник Свідомість життя (СЖ) [16].

Всі зібрані данні було зведено в таблиці Microsoft Excel 2013. Подальший аналіз був проведений за допомогою описової статистики та

програми Statsoft STATISTICA 10 в якій і проводилися подальші розрахунки. Методи математичної статистики, які були використані: шкалювання, ранжування, кореляційний аналіз, критерій Т-Ст'юдента, середнє значення.

Таким чином, в дослідженні були використані наступні методики: Анкета-1, методика «Опитувальник структури темпераменту В.М. Русалова (ОСТ)», тести депресії і тривоги А. Бека, тест «Шкала толерантності до невизначеності» С. Баднера, «Смисложиттєві орієнтації» Д.О. Леонтєва, а також, методи математичної статистики.

Висновки по другому розділу

1. Організація дослідження складалася з трьох етапів: пошуково-аналітичного, емпіричного, оціночно-рефлексивного. У дослідженні використовувалися наступні принципи: принцип наукової обґрунтованості психодіагностичної методики, принцип не нанесення шкоди, принцип об'єктивності висновків по результатам тестування, принцип ефективності пропонуванних рекомендацій. Емпіричне дослідження проводилося в мережі Інтернет за допомогою Google Forms. За допомогою техніки рандомізації був проведений випадковий відбір піддослідних в групі необхідної чисельності для участі у дослідженні. У дослідженні брало участь 60 випробуваних, 30 чоловіків та 30 жінок. Віковий діапазон 17 – 50 років.

2. З метою виконання поставлених завдань дослідження було застосовано психодіагностичний комплекс, який склали: авторська анкета А_1, Психодіагностична методика «Опитувальник структури темпераменту В.М. Русалова (ОСТ)», Тести депресії і тривоги А. Бека, Тест «Шкала толерантності до невизначеності» С. Баднера, «Смисложиттєві орієнтації» Д.О. Леонтєва. Також, використовані наступні методи математичної статистики: середнє значення, шкалювання, ранжування, кореляційний аналіз, критерій Т-Ст'юдента.

**РОЗДІЛ 3. ЕМПІРИЧНЕ ДОСЛІДЖЕННЯ ПСИХОЛОГІЧНИХ
ОСОБЛИВОСТЕЙ СЕНСОЖИТТЄВИХ ОРІЄНТАЦІЙ
У ПЕРІОД ГЛОБАЛЬНИХ ПОТРЯСІНЬ**

3.1. Аналіз соціо-психологічних особливостей вимушених переселенців у період глобальних потрясінь

Для аналізу соціо-психологічних особливостей досліджуваних була перевірена репрезентативність загальних соціально-демографічних даних вибірки. Частотний аналіз підтвердив, що вибірка достатньо репрезентативна, тобто осіб з різними ознаками представлено майже однаково. Вибірка складається з представників віком з 17 до 50 років.

Аналіз результатів статистичних даних свідчить, що серед досліджуваних респондентів чоловічої вибірки 83,33% мають вищу освіту, 10% мають незакінчену вищу освіту, 6,67% - мають або середню або середню професійну освіту. У жіночій вибірці 93,33% мають вищу освіту та 6,67% мають незакінчену вищу освіту (Табл 3.1).

Таблиця 3.1.

**Аналіз анкетування вибірки:
особистісний блок**

Чоловіки	Жінки
Освіта	
Вища – 83,33% Незакінчена вища освіта – 10% Середня – 6,67%	Вища - 93,33% Незакінчена вища освіта – 6,67% Середня - 0%
Сімейний стан	

у шлюбі – 60% у відносинах -16,67% розірвали шлюб – 13,33% вдівець - 3,33% Не у відносинах – 6,67%	у шлюбі – 63,33% у відносинах – 20% розірвали шлюб – 10% вдова – 3,33% Не у відносинах – 3,33%
Продовження таблиці 3.1	
Наявність дітей	
Мають – 73,33% Не мають - 26,67%	Мають – 70% Не мають – 30%
Місцезнаходження	
Україна, рідне місто – 23,33% Україна, інше місто – 26,67% Закордоном – 50%	Україна, рідне місто – 3,33% Україна, інше місто – 46,67% Закордоном – 50%
Чи змінилися ваші цінності?	
Так – 70%	Так – 86,67%
Ні – 30%	Ні – 13,33%

Освіту історично та культурно пов'язують з кращим рівнем життя у зв'язку з великим вибором та можливостями працевлаштування, матеріальними достатком та вищим рівнем медицини.

Окрім цього, рівень освіти може впливати на відношення до глобального потрясіння в цілому та більш продуктивно адаптуватися в нових умовах та іншому середовищі.

Людина з вищою освітою має розвинений кругозор, високий рівень культури, професійну діяльність. Аналіз даних по параметру «сімейний стан» демонструє наступні результати (Рис.3.1).

За зрівняльним аналізом вибірки ми бачимо, що у шлюбі знаходяться 60% чоловіків та 63,33% жінок, розлученні 6,67% чоловіків та 3,33% жінок.

У відносинах, але не в офіційному шлюбі 16,67% чоловіків та стільки ж жінок. Не у відносинах 3,33% чоловіків та 3,33% жінок.

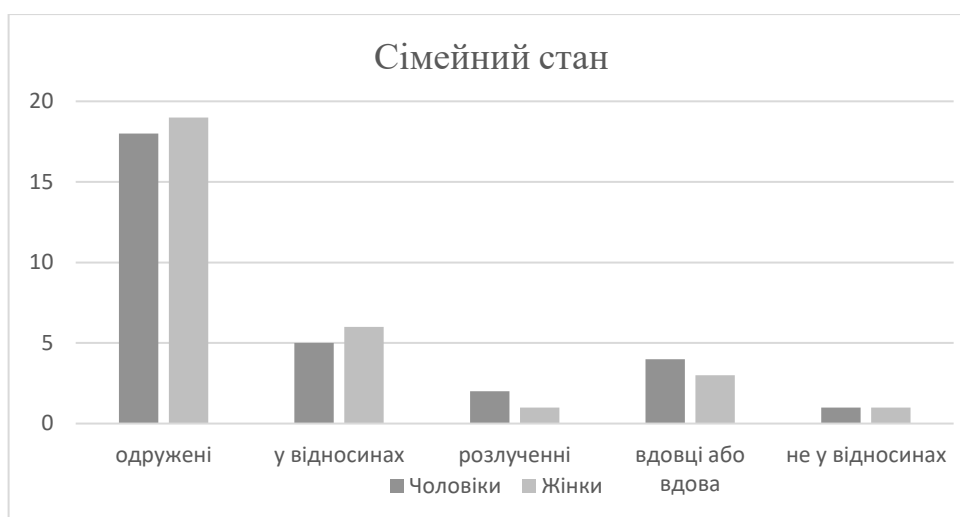


Рисунок 3.1. Зрівняльний аналіз вибірки за параметром «шлюбний статус».

Як можна побачити більшість респондентів це люди, як знаходяться у шлюбі або мають відносини. Це може бути пов'язано з релігійними аспектами або віком наших респондентів. Окрім, того найчастіше саме процес одруження є певною сепарацією від батьків до дорослого життя. Наявність дітей та шлюбу формує нові сенси життя, стимулює зріст відповідальності. Серед чоловіків відсоток тих, має дитину складає 73,33%, серед жінок – 70%. Не мають дітей 26,67% чоловіків та 30% жінок. Під час військового стану факт шлюбу та наявність дітей може бути одним із чинників тимчасового переселення як в інше місто, так і в іншу країну.

Повномасштабне вторгнення внесло свої корективи щодо сфери працевлаштування українців. У чоловічої вибірці більшість досліджуваних працює на тому ж самому місці – 56,67%, 30% втратили роботу та почали працювати в іншому місці, 6,67 %- часткова зайнятість та 6,67% знаходяться на соціальному забезпеченні.

У жіночої вибірці 20% - працюють на своєму місці роботи, кількість жінок, які втратили роботу та почали працювати в іншому місці складає – 76,67%, кількість жінок, які знаходяться на соціальному забезпеченні складає – 3,33%.

У відсотковому співвідношенні чоловіки частіше знаходяться на соціальному забезпеченні. Окрім цього, більшість жінок змінили місце роботи, в той час як чоловіки у більшості залишилися працювати там же.

Головні життєві цілі людини - любити та працювати, стверджував З. Фрейд. У діяльностній теорії особистості О.М. Леонтєва особистість сприймається як суб'єкт діяльності, що формується у діяльності, сама визначає характер цієї діяльності та спілкування. Безумовно, більшість працюючих визнають, що їх мотивує хороша оплата праці. Але це не все: робота хороша тим, що дозволяє відчувати приналежність до чогось більшого, ніж ми самі: професії, команді, вирішення завдань державної ваги або досліджень, які змінять майбутнє. Робота дозволяє нам самореалізовуватися, отримувати визнання, дисциплінує та дає відчуття сталості у нестабільному світі у тривожний час.

Для подальшої перевірки було обрано параметр «місце знаходження» після повномасштабного вторгнення. (Рис. 3.2).



Рисунок 3.2. Зрівняльний аналіз вибірки за параметром «місцезнаходження»

Зрівняльний аналіз вибірки демонструє, що 23,33% чоловіків не виїхали зі своїх рідних міст. Серед жінок цей результат 1,67%. Це можна пояснити через материнських інстинкт та переживання, щодо життя і майбутнього дітей.

46, 67 % жінок виїхали до інших міст України та 50% закордон. З чоловіків 50% знаходиться закордоном, 26,67 % переїхали до різних міст в Україні. Це пояснити через робочі моменти, відсутність дітей та жінки та з бажанням захистити свою домівку.

Далі відповідно до завдань, були проаналізовані дані, отримані при опитуванні, щодо цінностей до та після повномасштабного вторгнення (Рис. 3.3).

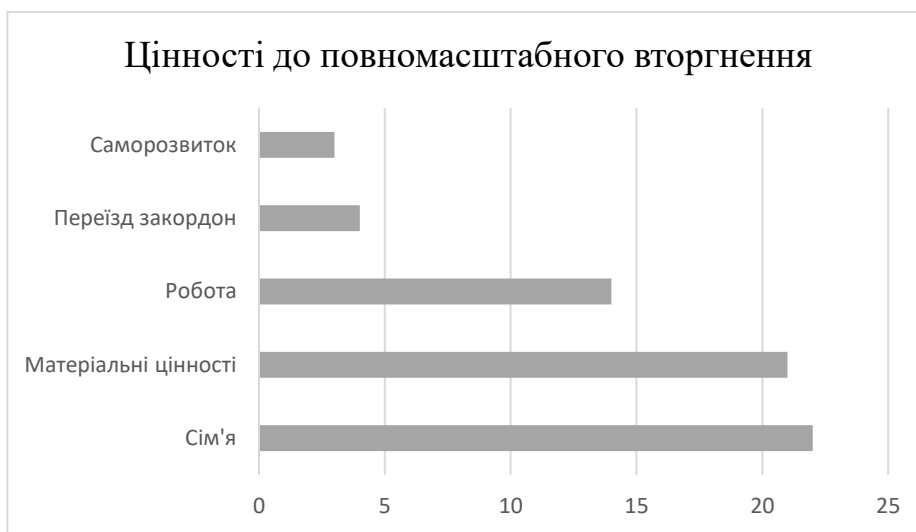


Рисунок 3.3. Цінності респондентів до повномасштабного вторгнення

Примітка: по вертикальній шкалі розташовані цінності, які вказували респонденти до повномасштабного вторгнення в Анкеті_1, на горизонтальній шкалі кількість згадувань.

Було виявлено, що більшість респондентів називають своєю головною цінністю сім'ю 36, 67% осіб.

На другому місці - роботу як головну цінність згадують 23,33 %. Найрідше респонденти вказують на життя закордоном як цінність 6,67% та саморозвиток 5%.

Після повномасштабного вторгнення стосовно цінностей було отримано такі результати (Рис. 3.4):



Рисунок 3.4. Цінності респондентів після повномасштабного вторгнення

Після повномасштабного вторгнення 80% респондентів вважають сім'ю своєю головною цінністю. Сім'я розглядається як важлива і особиста цінність для багатьох індивідів. Це стосується не лише біологічних зв'язків, але і соціальних, емоційних та психологічних аспектів.

Люди вважають сім'ю часто однією з найважливіших складових свого життя. При цьому матеріальні цінності вже не вказує ніхто з респондентів, оскільки ситуація в країні продемонструвала, що кожен може втрати те, що заробляв декілька років. З'являється така цінність як «повернутися додому» 16,67% та саморозвиток 15%. Матеріальні цінності не вказав жоден респондент – 0%.

Отриманні дані по Анкеті_1 дозволили розглянути вплив статі на життєві цінності та пріоритети респондентів (Рис. 3.5 та 3.6).

Сім'я, як цінність знаходиться на одному і тому ж самому рівні і у чоловіків, і у жінок – 40%. Але у більшості чоловіків сім'я, згадується у контексті матеріального забезпечення, а для жінок це контекст «діти та чоловік».

Більшість чоловіків вказували на цінність життя закордоном або мандрівок – 6,67%, у той момент як лише одна жінка вказала цю цінність – 3,33%.

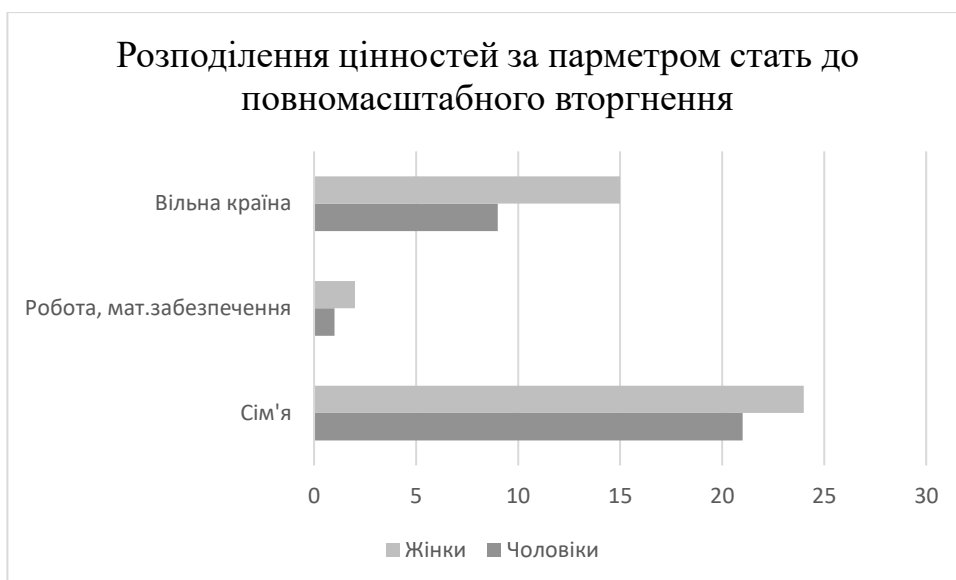


Рисунок 3.5. Розподілення цінностей респондентів до повномасштабного вторгнення по параметру стать

Примітка: на вертикальній шкалі розташовані кількість згадувань, на горизонтальній – цінності, які були виділенні респондентами.

Щодо роботи, то у більшості чоловіків є взаємозв'язок роботи та сім'ї, тобто вони працюють задля забезпечення сім'ї. Жінки навпаки, вказували роботу, як шлях до самореалізації.

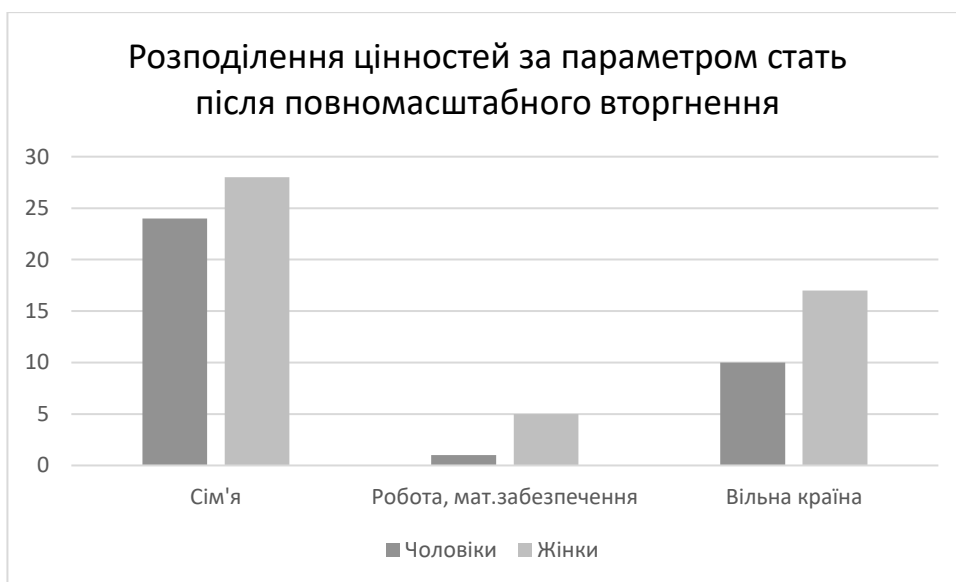


Рисунок 3.6. Розподілення цінностей після повномасштабного вторгнення по параметру стать

Результати свідчать, що цінність сім'ї зросла. Проте, чоловіки говорять про сім'ю у контексті проведення разом часу та емоцій – 40%. Жінки

вказують сім'ю в контексті очікування чоловіку з фронту, самостійного виховування та забезпечення дітей та сім'ї і повернення до вільної країни – 46,67%.

В цілому цінність сім'ї стала ще вище, проте знизилася цінність роботи та матеріального забезпечення, але вона стала вище для жінок у порівнянні з чоловіками – 8,33% та 1,67%. Важливо вказати те, що після війни жінки роботу сприймають не як шлях до саморозвитку, а як необхідність для забезпечення дітей. Це може бути пов'язано з тим, що багатьом жінкам зараз потрібно виконувати і чоловічі ролі. З нашої точки зору, це може призвести до підвищення рівня тривожності у жінок. Вільну країну вказали 16,67% чоловіків та 28,33% жінок.

Далі, відповідно до завдань, були проаналізовані дані, отримані при проходженні опитувальників. Було проведено аналіз статистичних даних Анкети_1 за параметрами «загроза життя», «емоційна підтримка від сім'ї» та «цінності» (Табл. 3.2).

Таблиця 3.2.

**Аналіз анкетування вибірки:
дані щодо повномасштабного вторгнення**

Чоловіки	Жінки
Загроза життю та майну- 46,67%	Загроза життю та майну була – 93,34%
Не було загрози життю та майну- 53,33%	Не було загрози життю та майну- 6,67%
Емоційна підтримка від сім'ї	
Так – 43,33%	Так – 83,33%
Ні – 56,67%	Ні – 16,67%
Цінності	
Сім'я до війни – 26,67%	Сім' до війни- 46,67%
Робота та матеріальні блага- 63,33%	Робота та матеріальні блага– 66,67%
Сім'я після війни – 80%	Сім'я після війни – 76,67%
Освіта себе та дітей – 10%	Освіта себе та дітей -23,33%

Отримані результати свідчать про те, що чоловіча вибірка обирала матеріальні цінності у – 63,33% та свою сім'ю – 26,67%. Такий результат пов'язаний з тим, що на батьків обох статей лягає забезпечення сім'ї всім необхідним, особливо під час глобальних соціальних трансформацій суспільства. Після війни пріоритетність сім'ї у чоловіків зросла та стала 80%. Ще 10% займає освіта собі та дітей.

У жінок до війни пріоритетність сім'ї була у 46,67%, що на 20% вище ніж у чоловіків і в той же час матеріальні цінності займають – 66,67%. Найчастіше матеріальні цінності вказували у контексті забезпечити дітей усім, забезпечити дітям комфортне життя.

Після початку війни для жінок зросла цінність саморозвитку та освіти дітей - 23,33%.

За допомогою опитувальника В.М. Русалова було проведено дослідження структури темпераменту. Вибірка тимчасово переміщених осіб була розділена на 3 групи: тих, хто залишився у своєму рідному місті, тих, хто переїхав в межах України, і тих, хто переїхав за кордон. (Рис 3.7).

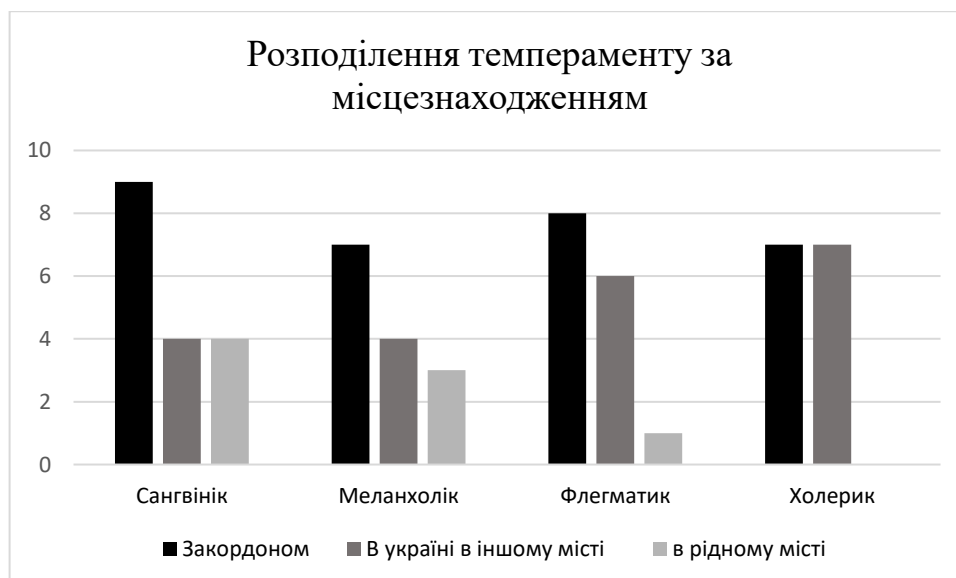


Рисунок 3.7 Розподілення індивідуально – типологічних особливостей респондентів за місцезнаходженням

Аналіз результатів демонструє, що за кордон на протязі військового стану виїхало більшість представників сангвінічного та флегматоїдного типу темпераменту (30% та 26,67%).

В той час, як в Україні тимчасовими переселенцям на території України частіше є представниками холеричного типу темпераменту (11,67%). Цікавим є те, що холерики єдині з усієї групи темпераментів, які не залишилися в рідному у. Це може бути пов'язано з індивідуально – типологічними особливостями.

Наступним питанням було виявлення депресії та тривоги за допомогою тесту А. Бека. Отримані результати дозволили визначити взаємозв'язок тривоги та депресії з місцезнаходженням та типом темпераменту респондентів (Рис 3.8 та 3.9).

Тривога за А. Беком перебільшене сприйняття небезпеки чи загрози в майбутньому, а також як переважаючий страх, що супроводжується фізіологічною та емоційною напругою.

Депресію, А. Бек розглядав як наслідок негативних та депресивних мислень щодо себе, світу та майбутнього. У нашій роботі ми будемо спиратися на ці визначення [106].

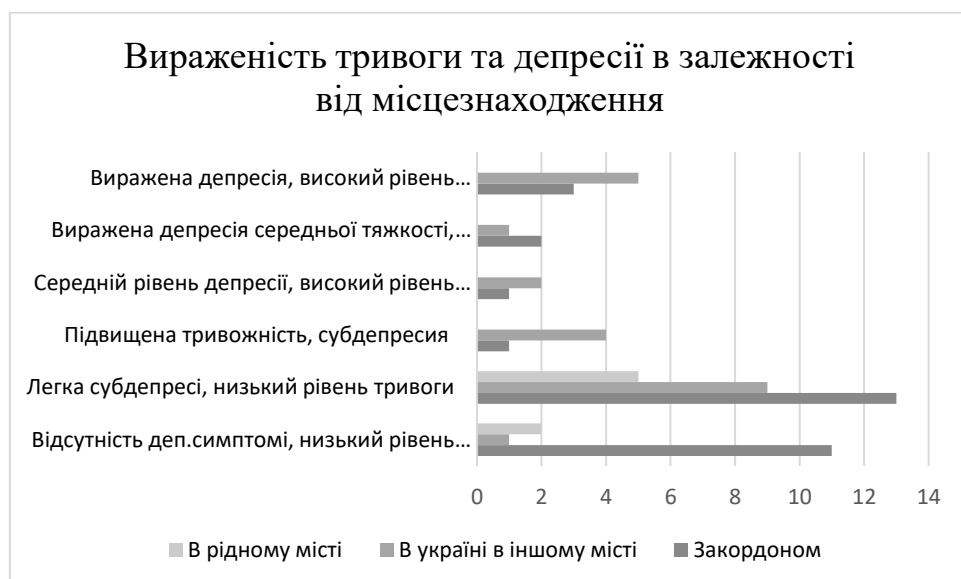


Рисунок 3.8. Взаємозв'язок тривоги та депресії з місцем знаходження

Респонденти які виїхали закордон у більшості мають або відсутність тривоги та депресії – 36,67%, або легкий рівень субдепресії та низький рівень

тривоги – 43,33%. Респонденти, які залишилися у рідному місті маю або легку субдепресію та низький рівень тривоги – 30%, або підвищену тривожність та субдепресію – 13,33%, або навіть виражену депресію та високий рівень тривоги – 16,67%. Це може бути обумовлено небезпечною ситуацією з загрозою життю, яка супроводжується додатковими тригерами - вибухами та сигналами повітряної тривоги.

Таким чином, більшість респондентів вибірки - це люди, як знаходяться у шлюбі або мають відносини - 76,67% (35 % чоловіків та 41,67 % жінок). Серед них 50 % виїхало за кордон (25 % чоловіків та 25% жінок) і 35 % переїхало у інше місце на території України (11,67 % чоловіків та 23,33 % жінок). Виявлена різниця по параметру «цінності», які стали пріоритетними після початку повномасштабного вторгнення. У чоловіків це родина 40 % та вільна країна у 16,67 %. У жінок – родина у 46,67 % та вільна країна у 28, 33%. За кордон виїхало більшість представників сангвіноїдної та флегматоїдної груп (15 % та 13,33 % відповідно). Рівень тривоги та депресії у респондентів, які тимчасово виїхали за кордон, у 36,67% відсутність тривоги та депресії та низький рівень тривоги і легкий рівень субдепресії у 43,33 %. Ці показники у респондентів, які переїхали у межах України інші: низький рівень тривоги у 30%, виражений рівень депресії у 13,33% та виражена депресія у 16,67%.

3.2. Психологічні особливості смисложиттєвих орієнтацій вимушених переселенців у період глобальних потрясінь

Згідно концепції В. Русалова, темперамент - це категорія психосоціобіологічна, і саме темперамент є таким утворенням психіки, що визначає більшість змістовних характеристик особистості. Основною темпераменту є нервова система. З точки зору дослідника:

1. Темперамент не має залежності від мотиву та мети діяльності, проте він відбиває її формальний аспект;
2. Він демонструє ставлення особистості до себе та оточуючого світу;
3. Темперамент проявляється у будь-якому аспекті життєдіяльності;
4. Формується та проявляється в дитинстві;
5. Є стійким;
6. Має взаємозв'язок з людськими біологічними підсистемами, під якими ми розуміємо нервову, гуморальну та інші.

Існує чотири типи темпераменту, кожен з яких має свої характеристики: сангвінік, меланхолік, флегматик та холерик. На наступному етапі емпіричного дослідження було виявлено взаємозв'язок індивідуально – типологічних особливостей, тривоги і депресії (Рис. 3.9).

Отримані результати свідчать, що сангвінік або не має проявів депресії та тривожності, або має легку депресію – 15%. Це може бути обумовлено особливостями нервової системи представників сангвіноїдної групи, які швидко реагують на події, прагнуть зміни вражень і досить легко адаптуються в нових умовах.

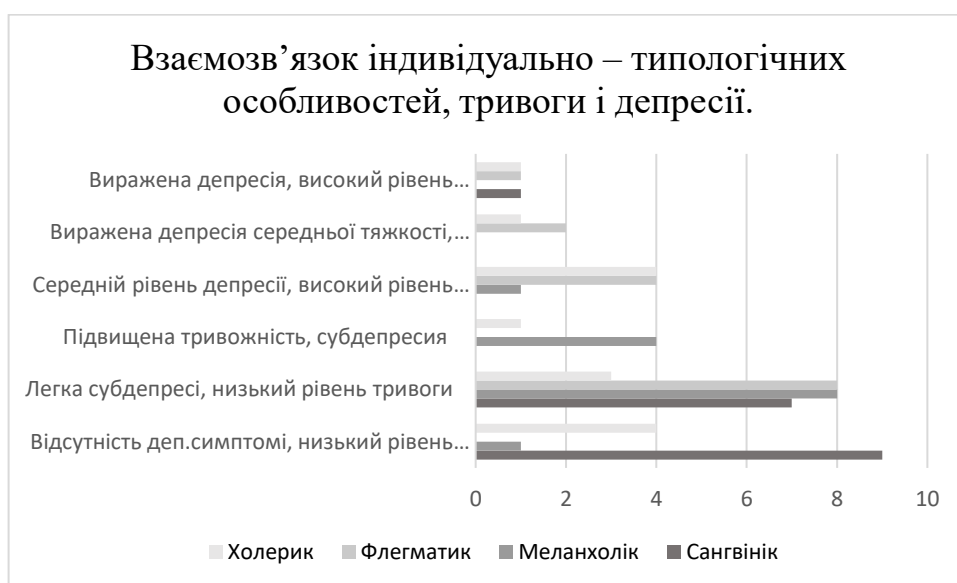


Рисунок 3.9 Взаємозв'язок індивідуально – типологічних особливостей, тривоги і депресії.

Більшість респондентів меланхолічного типу темпераменту мають або легку субдепресію та низький рівень тривоги, або підвищену тривожність та субдепресію – 13,33%. Меланхоліки мають високочутливу нервову систему та характеризуються підвищеною тривожністю. Вихід з так званої «зони комфорту» ускладнює процес їх адаптації до нових вимог життя на усіх рівнях. Представники флегматоїдної групи мають легку субдепресію, низький рівень тривоги або підвищену тривожність, середній рівень депресії – 13,33%. Декілька респондентів мають високі прояви депресивних симптомів та високий рівень тривожності – 3,33%. Якості нервової системи флегматоїдов обумовлюють «накопичення» негативних емоцій. Високий рівень гальмування може бути перешкодою до швидкої адаптації у нових умовах. Тому представники цього типу темпераменту, які виїхали за кордон, можуть відчувати тривожність та бути схильними до проявів депресії, особливо у перший час після переїзду.

У представників холерічного типу темпераменту в цілому 6,67% респондентів мають відсутність депресивних симптомів, низький рівень тривоги; 6,67%, середній рівень депресивних синдромів, високий рівень тривожності. Легку субдепресію мають 5% респондентів, підвищену тривожність та субдепресію – 1,67%, виражену депресію середньої тяжкості – 1,67% та яскраво виражені депресивні симптоми – 1,67%.

Холеріки характеризуються імпульсивністю, схильністю до неврозів та агресивності. Можна припустити, що представники холерічної групи, які залишаються в країні, через постійні обстріли не можуть контролювати свої негативні емоції та мають високий рівень тривожності у 1,67% і середній рівень депресивних симптомів 6,67%. У холериків, які виїхали за кордон, низький рівень тривожності складає 21,43%, а депресивні симптоми знаходяться на низькому рівні 28,57%. Це може бути обумовлено їх психічною активністю, енергійністю дій та стрімкістю, яка допомагає адаптуватися на початковому етапі тимчасового переселення у іншу країну.

Отримані за методикою «Толерантність до невизначеності» С. Баднера результати виявити індивідуальний рівень реакцій досліджуваних на ситуації невизначеності, у тому числі з точки зору розподілу по параметру «стать» (Рис 3.10).

Методика «Толерантність до невизначеності» С. Баднера демонструє нам індивідуальний рівень реакцій кожного на ситуації невизначеності. В першу чергу ми розглянемо цю властивість з боку гендерного аспекту (Рис 3.10).

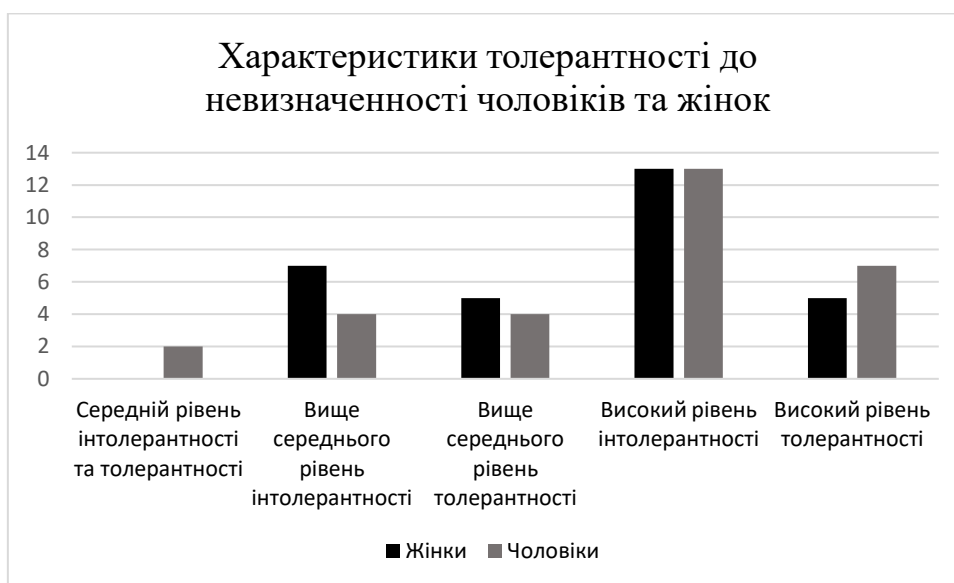


Рисунок 3.10. Характеристики толерантності до невизначеності чоловіків та жінок

У більшості чоловіків найчастіше зустрічається високий рівень інтолерантності – 43,33% та у 20% чоловіків високий рівень толерантності. Жінки мають високий рівень інтолерантності до невизначеності – 43,33% або вище середнього рівень інтолерантності – 16,67% , який зустрічається майже у два рази частіше ніж у чоловіків. Можна зробити висновок, що жінкам важче пристосуватися до ситуацій невизначеності, їм властивий високий рівень тривожності в таких ситуаціях або при потенційної можливості їх виникнення. Жінки з такими характеристиками схильні до жорстокої регламентації усіх сфер свого життя.

За допомогою методикою СЖО Д.О. Леонтєва виявлено цілі представників всієї вибірки, що дозволило далі проаналізувати їх взаємовплив з параметрами «стать» та «місцезнаходження» (Табл. 3.4, 3.5).

Таблиця 3.4

Середні результати за параметром стать

	Цілі в житті	Процес життя	Результативність	Локус Я	Локус життя	Сумма
Чоловіки	26,7	15	21,5	32	21	33,7
Жінки	28	15,9	22,2	33,3	22	35,2

Отримані результати свідчать, що у жінок в цілому кожна шкала має показники вище, ніж у чоловіків.

Показники за шкалою «Цілі у житті» у досліджуваних чоловічої вибірки складають 26,7 балів, що означає рівень нижче середнього. Це може свідчити про відсутність цілей в майбутньому, які мотивують та дають направленість. У жіночої вибірці за цією шкалою рівень середній 28 балів. Можна припустити, що це зв'язано з необхідністю виконання жінками класичних чоловічих ролей та будувати плани на майбутнє, які дають націленість та смисл життю.

Шкала «Процес життя» вивчає насиченість життя, інтерес до нього та наповненість сенсом. Досліджувані жіночою вибірки отримали за цією шкалою 15,9 балів, чоловічої – 15 балів. Цей результат свідчить, що незалежно від статі усі респонденти мають рівень нижче середнього та незадоволені своїм життям на даний момент

Шкала «Результативність або задоволеність своєю реалізацією» визначає, наскільки задоволені респонденти продуктивністю та осмисленістю свого життя. У жінок показники за цією шкалою 22,2 бали, у чоловіків – 21,5 бали. Це свідчить про середній рівень задоволеності своїм прожитим життям та набутими результатами.

Шкала «Локус контролю Я» визначає чи вважає себе респондент сильною особистістю. Це визначає такий рівень свободи вибору, який дозволить побудувати життя згідно цілям, задачам та уявленням про її сенс. У

жінок показники за цією шкалою 33,3 балів, у чоловіків 32 бали. Це свідчить про те, що наші респонденти сприймають себе, як сильних особистостей.

Шкала «Локус контролю життя» визначає чи контролює особистість свої результати. У жінок показники за цією шкалою 22 бали, у чоловіків -21 бал. За результатами бачимо, що наші респонденти не контролюють своє життя.

Проте за локусом контролю Я, вони вважають себе сильними особистостями, шкала локусу контролю життя демонструє нам, що це їх розуміння ілюзорне.

Таблиця 3.5

Зв'язок показників за методикою СЖО з місцезнаходженням респондентів

	Ціли в житті	Процес життя	Результативність	Локус Я	Локус життя	Сумма
В Україні	28,6	15,5	22,7	33,6	22,60	35,5
Закордоно	25,7	15,3	20,6	31,1	19,9	33

Аналіз результатів свідчить, що досліджувані, які переїхали, але залишилися у межах України мають вищі показники за усіма шкалами. Це може свідчити про те, що адаптація до життя закордоном, вивчення нової мови та культури, виховування дітей в нових реаліях – усе це забирає енергію у особистості, призводить до зменшення сили мотиваційної тенденції до пошуку значення життя та втрати сенсу життя.

З метою дослідження зв'язку між шкалами Д.О. Леонтьєва та відповідями на Анкету_1 щодо сенсу життя після війни було здійснено кореляційний аналіз (Табл. 3.6).

Виявлено, що у вибірці чоловіків значення кореляції між "Метою в житті" та "Сенсом життя" становить 0,013. Це свідчить про наявність позитивного зв'язку між цілями, які чоловіки ставлять перед собою в житті та сприйманням сенсу життя після пережитих військових подій: чим більше цілей у людини, тим більше усвідомленість сенсу життя на навпаки.

Таблиця 3.6

Зв'язок показників методики СЖО та Анкети_1 у чоловічій та жіночій вибірках

Анкета 1 \ Шкали СЖО	Чоловіки	Жінки
Цілі в житті	0,013*	0,60**
Процес життя	0,64**	0,55**
Результативність життя	0,067**	0,02*
Локус контролю	0,05*	0,13*
Локус контролю – життя	0,03*	0,03*

На відміну від чоловіків, у жінок значення кореляції становить 0,60. Це вказує на існування значного негативного зв'язку між цілями в житті та сприйняттям сенсу життя після війни. Іншими словами, у жінок, чиї цілі в житті не узгоджені, сприйняття сенсу життя буде низьким та навпаки.

Ці результати свідчать, що вплив цілей у житті на сприйняття сенсу життя відрізняється по параметру «стать»: у чоловіків цей вплив слабкий і позитивний, тоді як у жінок воно є сильним та негативним.

Далі було проведено аналіз між параметрами: "Процес життя" за шкалою СЖО та сприйняттям сенсу життя після періоду військових подій. Виявлено існування негативного кореляційного зв'язку між параметром "Процес життя" та сприйняття сенсу життя після війни. Це означає, що зміни в одній із змінних можуть впливати на іншу, і навпаки: зі збільшенням оцінок "Процесу життя" сприйняття сенсу життя після війни зменшувалося і навпаки.

Також, можна констатувати наявність деяких відмінностей між чоловіками та жінками. У чоловіків кореляція більш виражена, що може

свідчити про сильніший негативний зв'язок між "Процесом життя" та сенсом життя після війни у чоловіків. Однак ці відмінності не є значними.

Далі була проаналізована шкала "Результативність життя". У вибірці чоловіків результат кореляції складає 0,067, що вказує що у чоловіків статева приналежність має слабкий, але позитивний зв'язок з результативністю в житті. Це означає, що у чоловіків більш чітко відчуття власних досягнень і результатів у житті. Іншими словами, чоловіки прагнуть більшою мірою оцінювати свої досягнення як важливі та значущі для життя.

У жінок спостерігається практично відсутність зв'язку між статевою приналежністю та результативністю життя. Це свідчить про те, що у жінок стать не має значного впливу на сприйняття власних досягнень та результатів у житті.

У цьому контексті можна зробити висновок, що відмінності у сприйнятті результативності життя між чоловіками та жінками не мають яскраво вираженого зв'язку з їх статевою приналежністю. У жінок спостерігається відсутність такого зв'язку, а у чоловіків вона дуже слабо виражена.

Результати кореляційного аналізу між шкалою "Локус контролю – Я (Я – господар життя)" та сенсом життя після війни у чоловіків і жінок становлять цікаві особливості залежно від гендерної статевої приналежності.

У чоловіків виявлено слабкий позитивний зв'язок між відчуттям власного контролю за життям (шкала "Локус контролю – Я") та сенсом життя після війни. Це означає, що чоловіки, які відчувають більш незалежними та здатними контролювати своє життя, схильні сприймати сенс життя після війни більш позитивно. Можливо, вони легше знаходять цінність і ціль у своїх діях, що сприяє оптимістичнішому сприйняттю сенсу життя.

У жінок виявляється слабка негативна кореляція між відчуттям власного контролю за життям та сенсом життя після війни. Це вказує на те, що жінки, які відчувають менш контролюючими своїм життям, можуть мати менш виражене сприйняття сенсу життя після війни. Ця кореляція може також вказувати на наявність складніших внутрішніх факторів, які впливають на

здатність жінок знаходити сенс у післявоєнному житті. Зараз жінки витрачають усі ресурси на виховання та забезпечення своїх дітей, їх безпеку та майбутнє. Після припинення військового стану цілі жінок можуть трансформуватися або зникнути, що скоріш за все приведе до втрати контролю за своїм життям.

По параметрам «Локус контролю-Життя» у чоловіків спостерігається слабка позитивна кореляція між відчуттям контролю над своїм життям та сенсом життя після війни. Це вказує на те, що у чоловіків, які відчують можливість впливати на перебіг свого життя, сенс життя після війни сприймається позитивніше.

У жінок також виявляється слабка негативна кореляція між відчуттям контролю над своїм життям та змістом життя після війни. Це означає, що у жінок, які відчують себе менш здатними впливати на події у своєму житті, сенс життя після війни може бути менш вираженим.

Ці результати вказують, що у жінок сприйняття сенсу життя після війни пов'язане з відчуттям контролю над життям, хоча цей зв'язок залишається дуже слабким.

Далі було проведено аналіз відмінностей в оцінках за п'ятьма шкалами (мета в житті, процес життя, результат життя, локус контролю - Я, локус контролю - життя) серед чотирьох типів темпераменту (сангвінік, меланхолік, флегматик, холерик) у представників всієї вибірки. Головною метою було виявлення статистично значущих відмінностей між типами темпераменту в оцінках за вказаними шкалами та статтю.

Для досягнення цієї мети було проведено односторонній аналіз дисперсії (ANOVA), який дозволив порівняти середні оцінки за шкалами між групами типів темпераменту. Рівень значущості становив 0,05, а ступеня свободи для F-тесту було встановлено як $df1 = 3$ і $df2 = 3$ (рис 3.11).

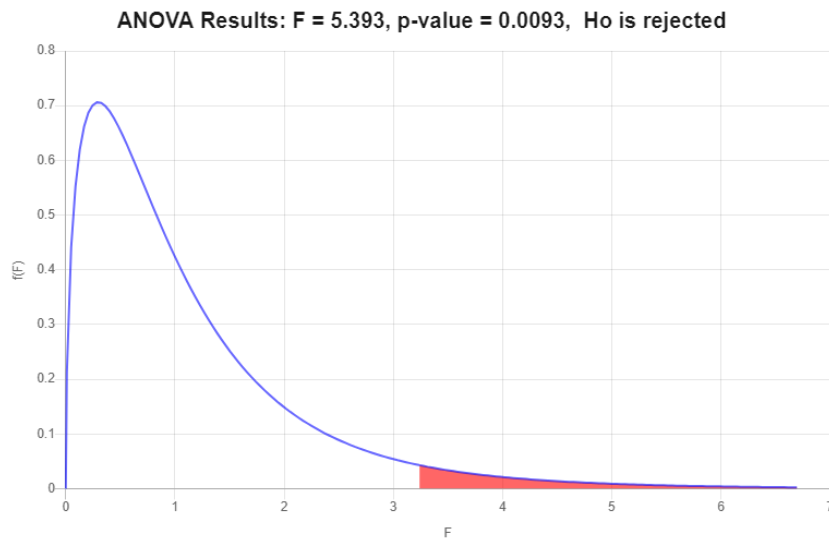


Рисунок 3.11. Взаємозв'язок показників за методикою СЖО та типом темперамента у групі чоловіків.

Примітка: На вертикальній шкалі розташовані значення F (F -значення), що вказує на різницю між групами; на горизонтальній шкалі - типи темпераменту.

Результати аналізу дисперсії показали, що F -значення у групі чоловіків було значно вищим від критичного значення 3,23 при рівні значущості 0,05. Це свідчить про наявність статистично значимих відмінностей у оцінках за шкалами між чотирма типами темпераменту.

На підставі отриманих результатів можна зробити висновок, що типи темпераменту мають структурний вплив на оцінки за шкалами, пов'язаними з цілями в житті, процесом життя, результатами життя, а також з локусом контролю. Таким чином, нульова гіпотеза про рівність середніх значень була відкинута, а альтернативну гіпотезу про наявність статистично значущих структур було підтверджено.

Ці результати доводять, що типи темпераменту впливають на індивідуальні оцінки за шкалами, що характеризує цілі, процес і результати життя, і навіть локус контролю. Фактично ці результати можуть бути корисні для глибшого розуміння психологічних особливостей та їхнього впливу на особистісні характеристики та поведінку.

Далі було проведено аналогічне дослідження для групи жінок (Рис. 3.12)

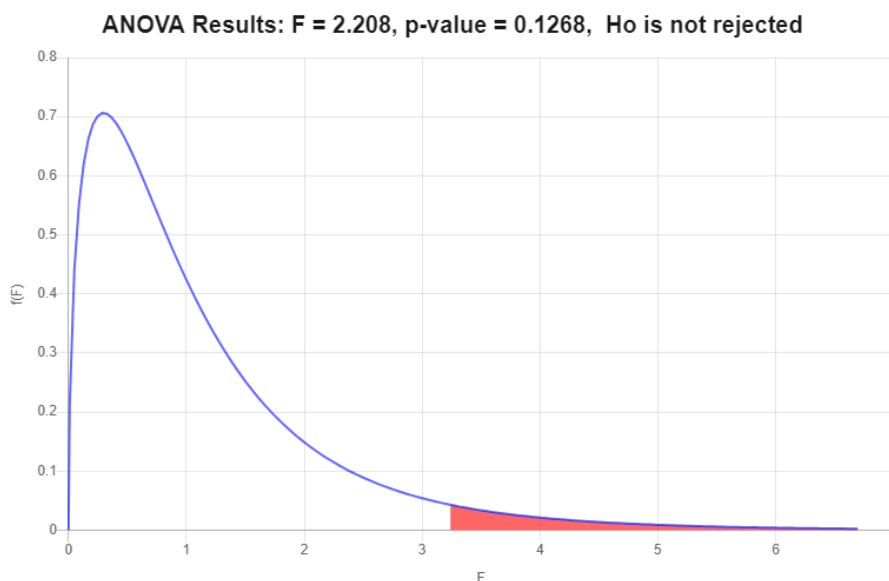


Рисунок 3.12. Взаємозв'язок показників за методикою СЖО та типом темперамента у групі жінок.

Примітка: На вертикальній шкалі розташовані значення F (F -значення), що вказує на різницю між групами; на горизонтальній шкалі - типи темпераменту.

В даному випадку надане F -значення дорівнює 2,20, що менше критичного значення 3,23. За результатами аналізу виявлена нульова гіпотеза (H_0). Це свідчить про відсутність статистично значимих відмінностей у середніх оцінках за шкалами між різними типами темпераменту серед жінок була відкинута.

Тобто, на основі наявних даних немає достатніх доказів для твердження, що типи темпераменту мають структурний вплив на оцінки за вказаними шкалами серед жінок.

Відсутність серед вибірки жінок статистично значущих відмінностей в оцінках за зазначеними параметрами темпераменту може бути зв'язана з обмеженою кількістю вибірки та потребує подальших досліджень для більш детального аналізу.

Окрім цього нами був проведений однофакторний аналіз дисперсії (ANOVA) між шкалами СЖО Д.О. Леонтьєва та рівнем тривоги та депресії розподілених за параметром стать (Рис 3.13).

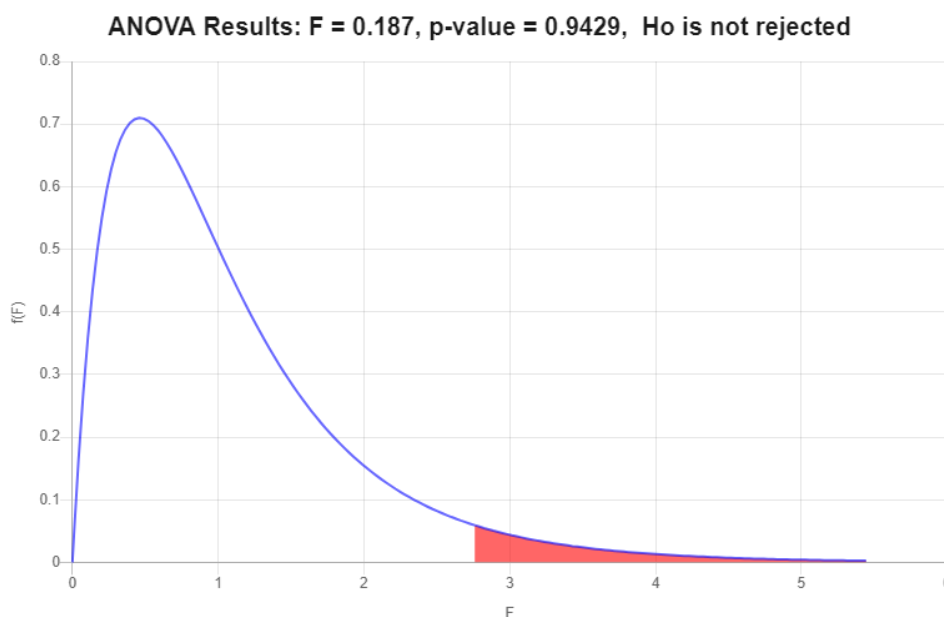


Рисунок 3.13. Взаємозв'язок показників за методикою СЖО та рівнем тривоги і депресії у групі чоловіків.

Примітка: На вертикальній шкалі розташовані значення F (F -значення), що вказує на різницю між групами; на горизонтальній шкалі- рівні тривоги та депресії.

Результати аналізу з використанням F -тесту для одностороннього ANOVA представлені таким чином: Рівень значущості α був встановлений на рівні 0,05, а ступеня свободи становлять $df_1 = 4$ і $df_2 = 4$. Визначено область відхилення, що включає F -значення, що перевищують 2,75 на рівні значущості 0,05. Розрахована F -статистика дорівнює 0,18.

На рівні значущості достатніх статистичних доказів не має. Це свідчить про відсутність статистично значимих відмінностей між п'ятью шкалами за методикою СЖО та результатами депресії тривоги та депресії А. Бека.

Можна припустити, що психологічні особливості вибірки чоловіків можуть бути загальними для тимчасових переселенців в умовах глобальних потрясінь.

Далі було проаналізовано жіночу групу за результатами дослідження по методикам «Шкали тривоги та депресії А. Бека» та «СЖО Д. Леонтьєва». Були отримані такі результати (Рис. 3.14):

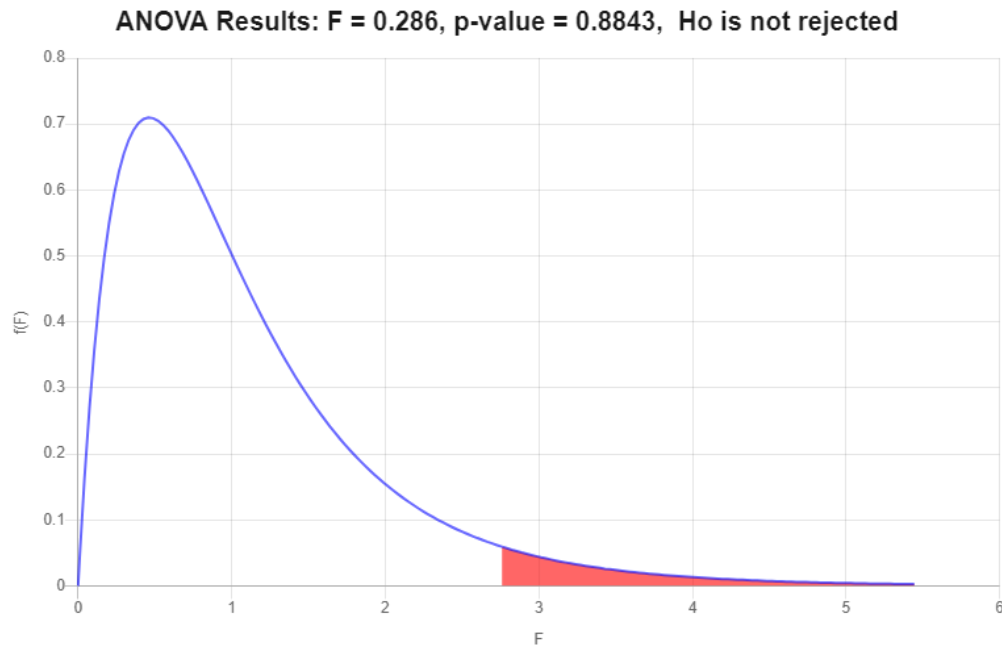


Рисунок 3.14. Взаємозв'язок показників за методикою СЖО та рівнем тривоги і депресії у групі жінок.

Примітка: На вертикальній шкалі розташовані значення F (F -значення), що вказує на різницю між групами; на горизонтальній шкалі - рині тривоги і депресії.

F -значення склало 0,28, що також менше критичного значення 2,75 для $\alpha = 0,05$. Аналіз результатів для групи жінок призвів до висновку, що нульова гіпотеза (H_0), яка передбачала рівність середніх значень по шкалах у групі жінок, не була відкинута.

Це означає, що на рівні значущості 0,05 не було достатніх статистичних підстав вважати, що рівні тривоги та депресії впливають на оцінки за різними шкалами серед жінок.

За результатами аналізу ANOVA для чоловічої та жіночої груп не було знайдено статистично значущих відмінностей в оцінках за шкалами між різними рівнями тривоги та депресії.

Далі було проведено кореляційний аналіз між шкалами СЖО Д.О. Леонтьєва та методикою «Шкала толерантності до невизначеності» С. Баднера за параметром статъ. (Табл 3.7, 3.8).

Таблиця 3.7

Кореляційний аналіз між шкалами методики СЖО та шкалою до невизначеності С. Баднера у чоловіків

Субшкали за методикою СЖО Д.О. Леонтьєва	Високий або вище середнього рівень інтолерантності	Високий або вище середнього рівень толерантності
Цілі в житті	- 0,22*	- 0,86**
Процес життя	- 0,24*	- 0,81**
Результативність життя	- 0,03*	- 0,81**
Локус контролю – я	- 0,20*	- 0,83**
Локус контролю – життя	- 0,17*	- 0,83**

При високому рівні інтолерантності до невизначеності (коли особистість сприймає важкі ситуації як загрожуючі і не дає можливості розвитку), спостерігається наступний зв'язок з вказаними шкалами:

Шкала "Цілі в житті" має негативний коефіцієнт кореляції -0,22, що вказує на те, що чоловіки з високим рівнем інтолерантності до невизначеності схильні мати менші амбіції та менші цілі в житті.

Шкала "Процес життя" також має негативний коефіцієнт кореляції -0,24, що свідчить про те, що такі чоловіки можуть сприймати життя як більш стресове та менш задовольняюче у процесі.

Шкала "Результативність життя" має негативний коефіцієнт кореляції -0,03, що може вказувати на те, що ці чоловіки можуть відчувати менше задоволення від досягнень у своєму житті.

Шкала "Локус контролю Я" має негативний коефіцієнт кореляції $-0,20$, що вказує на менший внутрішній контроль у таких чоловіків.

Шкала "Локус контролю життя" також має негативний коефіцієнт кореляції $-0,17$, що може свідчити про менший загальний контроль над життям.

Отже, високий рівень інтолерантності до невизначеності може впливати на більш негативне сприйняття цілей, процесів та контролю у житті чоловіків, а також призводити до менших амбіцій та відчуття меншого задоволення від життя.

Це може бути важливо враховано в розробці програм і підходів до підтримки та консультивання для цієї групи осіб.

За другим стовпчиком, тобто високим рівнем толерантності до ситуацій невизначеності можна зробити наступний висновок:

Отримані значення кореляції демонструють, що високий рівень толерантності до ситуацій невизначеності суттєво пов'язаний із наступними результатами на вказаних шкалах:

1. Шкала "Цілі в житті" має коефіцієнт кореляції $-0,86$. Це може свідчити про те, що люди з високим рівнем толерантності до ситуацій невизначеності можуть бути більш спроможні встановлювати і досягати своїх цілей в житті.

2. Шкала "Процес життя" має коефіцієнт кореляції $-0,81$. Це може вказувати на те, що такі особи можуть сприймати життя як менш стресове та більш задовольняюче у процесі.

3. Шкала "Локус контролю Я" має коефіцієнт кореляції $-0,83$. Це може вказувати на більший внутрішній контроль у таких осіб.

4. Шкала "Локус контролю життя" також має коефіцієнт кореляції $-0,83$. Це може свідчити про більший загальний контроль над життям у цих осіб.

Зазначені результати вказують на позитивний вплив високого рівня толерантності до ситуацій невизначеності на сприйняття цілей, процесів, внутрішнього та загального контролю в житті.

Це може бути важливим аспектом для подальших досліджень та розробки програм психологічної підтримки для людей з високою толерантністю до невизначеності.

В ситуації, коли рівень інтолерантності до невизначеності дуже високий, спостерігається значний негативний зв'язок із шкалами "Цілі в житті", "Процес життя", "Результативність життя", "Локус контролю Я" і "Локус контролю життя".

Це вказує на те, що люди з високою інтолерантністю до невизначеності можуть мати менші цілі в житті, відчувати стресове сприйняття життя та менше задоволення від досягнень, а також менший внутрішній та загальний контроль над життям.

В ситуації, коли рівень толерантності до невизначеності високий, спостерігається менший негативний зв'язок із зазначеними шкалами.

Це означає, що люди з високою толерантністю до невизначеності можуть мати вищі цілі в житті, сприймати життя менш стресовим та більш задовольняючим, відчувати більше задоволення від досягнень, а також мати більший внутрішній та загальний контроль над життям.

Отже, рівень толерантності до невизначеності грає важливу роль у визначенні психологічних характеристик і життєвих аспектів людей, зокрема їх цілей, сприйняття життя, контролю та задоволення від досягнень.

Далі було досліджено аналогічні параметри у жіночій вибірці (Табл. 3.8).

За наданими результатами і високим рівнем інтолерантності до важких ситуацій, коли особистість сприймає їх як загрожуючі та заважаючі розвитку, можна зробити такі висновки.

Отримані значення кореляції свідчать про наявність позитивного зв'язку між високим рівнем інтолерантності та такими психологічними характеристиками, як цілі в житті, сприйняття процесу життя, результативність життя, локус контролю Я і локус контролю життя.

Це свідчить, про те, що особи із високим рівнем інтолерантності мають тенденцію до виявлення певних позитивних зв'язків із наведеними шкалами.

Таблиця 3.8

Кореляційний аналіз між шкалами методики СЖО та шкалою до невизначеності С. Баднера у жінок

Субшкали за методикою СЖО Д.О. Леонтьєва	Високий або вище середнього рівень інтолерантності	Високий або вище середнього рівень толерантності
Цілі в житті	0,43**	- 0,70**
Процес життя	0,37*	- 0,76**
Результативність життя	0,33*	- 0,61**
Локус контролю – я	0,36*	- 0,68**
Локус контролю – життя	0,26*	- 0,61**

1. Шкала "Цілі в житті" має коефіцієнт кореляції 0,43. Це вказує свідчить, що люди з високим рівнем інтолерантності до важких ситуацій можуть мати більш високі цілі в житті.

2. Шкала "Процес життя" має коефіцієнт кореляції 0,37. Це свідчить про більше позитивне сприйняття процесу життя у таких осіб.

3. Шкала "Результативність життя" має коефіцієнт кореляції 0,33. Це вказує на більше задоволення від досягнень у житті.

4. Шкала "Локус контролю Я" має коефіцієнт кореляції 0,36. Це свідчить про більший внутрішній контроль у таких осіб.

5. Шкала "Локус контролю життя" має коефіцієнт кореляції 0,26. Це вказує на більший загальний контроль над життям.

Отже, люди з високим рівнем інтолерантності до важких ситуацій можуть відзначати більші цілі в житті (як спосіб контролю свого життя), більше задоволення від досягнень, позитивніше сприйняття життя, більший контроль та більше внутрішнього контролю.

За результатами у другому стовпчику і високим рівнем толерантності до ситуацій невизначеності, коли особистість може приймати конфлікт, бути більш толерантною до невідомого і не відчувати незручностей перед ситуаціями невизначеності, можна зробити такий висновок:

Отримані значення кореляції показують наявність негативного зв'язку між високим рівнем толерантності до ситуацій невизначеності і такими психологічними характеристиками, як цілі в житті, сприйняття процесу життя, результативність життя, локус контролю Я і локус контролю життя.

1. Шкала "Цілі в житті" має коефіцієнт кореляції -0,70. Це вказує на те, що люди з високою толерантністю до ситуацій невизначеності можуть мати менші цілі в житті.

2. Шкала "Процес життя" має коефіцієнт кореляції -0,76. Це свідчить про більш стресове сприйняття процесу життя у таких осіб.

3. Шкала "Результативність життя" має коефіцієнт кореляції -0,61. Це вказує на менше задоволення від досягнень у житті.

4. Шкала "Локус контролю Я" має коефіцієнт кореляції -0,68. Це вказує на менший внутрішній контроль у таких осіб.

5. Шкала "Локус контролю життя" має коефіцієнт кореляції -0,61. Це свідчить про менший загальний контроль над життям у цих осіб.

Отже, високий рівень толерантності до ситуацій невизначеності може впливати на менше високі цілі в житті, стресове сприйняття процесу життя, менше задоволення від досягнень і менший контроль над життям.

Порівнюючи дві ситуації серед жінок з високим рівнем інтолерантності до важких ситуацій та жінок з високим рівнем толерантності до ситуацій невизначеності, можна зробити наступний загальний висновок:

У жінок з високим рівнем інтолерантності до важких ситуацій (перша ситуація) спостерігається позитивний зв'язок між інтолерантністю та такими психологічними характеристиками, як цілі в житті, сприйняття процесу життя, результативність життя, локус контролю Я і локус контролю життя. Це означає, що жінки із високою інтолерантністю до важких ситуацій можуть відзначати більші цілі в житті, позитивніше сприйняття процесу життя, більше задоволення від досягнень, більший внутрішній та загальний контроль над життям.

У жінок з високим рівнем толерантності до ситуацій невизначеності (друга ситуація), спостерігається негативний зв'язок між толерантністю та вищезгаданими психологічними характеристиками. Це означає, що жінки із високою толерантністю до ситуацій невизначеності можуть мати менші цілі в житті, стресове сприйняття процесу життя, менше задоволення від досягнень, менший внутрішній та загальний контроль над життям.

Загальним висновком є те, що ставлення до важких ситуацій та ситуацій невизначеності впливає на психологічні аспекти життя жінок. Висока інтолерантність до важких ситуацій може бути пов'язана з більшими цілями, задоволенням і контролем, тоді як висока толерантність до ситуацій невизначеності може спричиняти менші цілі, стрес і менший контроль.

Ці результати можуть бути важливими для подальших досліджень і розробки психологічних програм сприяння жінкам у керуванні стресом та досягненні своїх цілей в житті.

Висновки до третього розділу

Аналіз соціо-психологічних особливостей досліджуваних продемонстрував наступні результати:

Тимчасові переселенці в Україні та за її межами відзначаються різницею в соціо-психологічних особливостях між чоловіками та жінками. Переселенці, які виїхали закордон - це представники сангвіноїдного та флегматоїдного темпераменту. У представників чоловічої та жіночої вибірки основні пріоритети це сім'я сімейні цінності та свобода країни

Під впливом глобальних потрясінь після повномасштабного вторгнення чоловіки приділяють основну увагу матеріальним цінностям та сім'ї. Представниці жіночої вибірки демонструють зростання інтересу до саморозвитку та освіти дітей. Результати, також, вказують на суттєву різницю в рівнях тривоги та депресії: тимчасові переселенці закордоном частіше відзначають відсутність тривоги та депресії порівняно з тими, хто залишився в Україні.

Виявлено взаємозв'язок між рівнем інтолерантності до невизначеності та особливостями сенсожиттєвих орієнтацій. Під час глобальних потрясінь чоловіки з високим рівнем інтолерантності можуть виявляти менші життєві цілі та менше задоволення від досягнень, тоді як жінки з високою інтолерантністю до важких ситуацій можуть володіти більш високими цілями та позитивнішим сприйняттям життя. За параметром стать також виявлено, що жінки проявляють вищий рівень цілей в житті, насиченості життям та задоволеності результативністю порівняно з чоловіками. Такий статевий дисбаланс може свідчити про вплив гендерних ролей на психосоціальні аспекти особистості.

За парметром «місцезнаходження» було виявлено, що ті, хто переселився в межах України, мають високі результати за шкалами "Сенсожиттєвих орієнтацій" Д.О.Леонтьєва. Це може вказувати на те, що адаптація до внутрішніх змін, пов'язаних із конфліктами та переселенням у межах країни, вимагає від особистості більше енергії, що може впливати на мотивацію та визначення сенсу життя.

ВИСНОВКИ

Науково-теоретичний аналіз феноменів «смісложиттєві орієнтації» та «глобальні потрясіння» дозволив зробити наступні висновки.

Термін «сенсожиттєві орієнтації» розглядається через поняття «сенси життя» та вивчається у рамках таких підходів, як філософський, релігійний, соціологічний, психологічний. Теоретичний аналіз поняття «сенси життя» здійснено на підставі основних понять провідних психологічних шкіл: психоаналітичної, індивідуальної, поведінкової, гуманістичної, екзистенціальної. З погляду більшості вчених, сенсожиттєві орієнтації пов'язані з поняттям «сенси життя». Єдине визначення цього поняття на сьогоднішній день відсутнє.

Термін «глобальні потрясіння» є міждисциплінарним та вивчається соціологами, економістами, політологами та психологами. До глобальних потрясінь відносяться війни, військові стани, стихійні та техногенні лиха, епідемії. Вони трапляються навіть у розвинених державах та є великим викликом, який змушує людину адаптуватися до нових життєвих умов, шукати шляхи подолання та нові сенси життя. Дослідники виділяють наступні характеристики періоду глобальних потрясінь: темп соціальних змін, розрив з соціальною структурою та нормативною структурою, загроза для культурної ідентичності.

З погляду психологічного підходу, це ситуації, які можуть супроводжуватися тривогою, страхом, втратою стабільності, невпевненістю у собі та завтрашньому дні та іншими негативними проявами емоцій та почуттів. Наслідками цього є деструктивна поведінка, яка руйнуюче впливає на адаптацію людини та призводить до негативної трансформації сенсожиттєвих орієнтацій.

В процесі дослідження було виявлено соціально-психологічні характеристики вимушених переселенців у період глобальних потрясінь.

Отримані результати вказують на значущі відмінності у сприйнятті цінностей сім'ї між чоловіками та жінками під час військових подій. Хоча сама сім'я залишається важливою цінністю для обох статей, чоловіки частіше виокремлюють матеріальне забезпечення та життя закордоном, тоді як жінки визначають сім'ю через відносини та відповідальність за дітей. Після війни відбулися зміни у важливості сімейних цінностей. Загалом цінність сім'ї зросла, але у чоловіків знизився пріоритет матеріального забезпечення та життя закордоном. Водночас для жінок сім'я стала ще важливішою, особливо в контексті самостійного виховання дітей та повернення до вільної країни.

Також, виявлено, що за кордон на протязі військового стану виїхала більшість представників сангвіноїдного та флегматоїдного типу темпераменту. Високий рівень тривоги та депресії спостерігається у тих, хто переїхав у межах України, особливо серед жінок. Вимушені переселенці, зокрема жінки, загалом мають вищі показники за всіма вимірюваними характеристиками, такими як цілі у житті, насиченість життя, результативність та локус контролю.

Аналіз психологічних особливостей смисложиттєвих орієнтацій вимушених переселенців у період глобальних потрясінь дозволив сформулювати наступні висновки. Сангвіноїдний тип темпераменту, який відзначається легкістю адаптації та прагненням до змін, демонструє менш виражені депресивні та тривожні симптоми. Меланхолічний тип, важко адаптується до нових умов, схильний до підвищеної тривожності. Флегматоїдний тип виявляє можливість як легкої адаптації, так і деякого рівня тривожності. За параметром стать у методиці "Сенсожиттєвих орієнтацій" Д.О. Леонтьєв були виявлено, що ті, хто залишився в Україні мають вищі показники за усіма шкалами у порівнянні з тими, хто виїхав за кордон. За параметром стать у жінок вище результати за шкалами: задоволеність життям, цілі та задоволеність результатом.

Кореляційний аналіз між шкалами методики СЖО та шкалою до невизначеності С. Баднера за параметром «стать» продемонстрував такі особливості. Високий рівень інтолерантності до невизначеності у чоловіків асоціюється з меншими цілями в житті, стресовим сприйняттям процесів та меншим задоволенням від досягнень. Також спостерігається менший внутрішній та загальний контроль над життям. У той час, високий рівень толерантності до невизначеності пов'язаний із вищими цілями, меншим стресом, більшим задоволенням, а також більшим внутрішнім та загальним контролем у житті чоловіків. У жінок із високим рівнем інтолерантності до важких ситуацій спостерігається позитивний зв'язок між інтолерантністю та психологічними характеристиками, такими як цілі в житті, сприйняття процесу життя, результативність життя, локус контролю Я і локус контролю життя. З іншого боку, у жінок з високим рівнем толерантності до ситуацій невизначеності спостерігається негативний зв'язок між толерантністю та зазначеними психологічними характеристиками, вказуючи на менші цілі в житті, стресове сприйняття процесу життя, менше задоволення від досягнень, менший внутрішній та загальний контроль над життям. Результати дослідження дозволяють констатувати, що соціально-психологічні особливості у жінок пов'язані з високим рівнем інтолерантності до важких ситуацій та високою толерантністю до ситуацій невизначеності. Це може суттєво впливати на їх цілі в житті, сприйняття процесу життя, результативність, а також на рівень внутрішнього та загального контролю над життям.

СПИСОК ЛІТЕРАТУРИ

1. Адлер А. Індивідуальна психологія, її припущення та її результати. Практика і теорія індивідуальної психології. Патерсон, Нью-Джерсі: Літлфілд, Адамс і Ко, 1999. С. 1-15
2. Алексеєнко Т.Ф., Гончар Л.В., Куниця Т.Ю., Биби́к Д.Д. Вимушені переселенці: Соціально-педагогічні проблеми і досвід підтримки: монографія / за ред. Т.Ф. Алексеєнко. Кропивницький: Імекс-ЛТД, 2020. 240 с.
3. Аквінський Ф. Цінність і сенс життя. веб-сайт: URL: <https://studfile.net/preview/2282932/page:13/> (Дата звернення: 12.10.23).
4. Бек А. Суспільство ризику: на шляху до іншого модерну. Харків: Основа, 1999. 372 с.
5. Бек А. Шкала депресії. *Терапіст*: веб-сайт. URL: <https://cbt-therapist.net/BDI> (Дата звернення: 01.06.23)
6. Бек А. Шкала тривоги. *Кат*: веб-сайт. URL: <https://kpt-center.com.ua/test/shkala-trivogi-beka/> (Дата звернення: 01.06.23)
7. Бендерець Н.М., Шевченко А.М., Креденцер О.В. Психологічне здоров'я персоналу організацій в умовах пандемії COVID-19: проблеми та технології забезпечення. Вісник Національної академії педагогічних наук України. Сер. Психологічну науки. 2020. Вип. 2. С. 34 – 45.
8. Володін П.В. Сенс життя у філософських підходах. Гуманітарний вісник ЗДІА. Сер. Філософія. 2012. Вип. 51. С. 67.
9. Вікова періодизація. *Текстбук*: веб-сайт. URL: <https://textbook.com.ua/psihologiya/1473452507/s-6?page=1> (Дата звернення: 25.09.23).

10. Дежарле Р. Охорона психічного здоров'я у світі: проблеми та пріоритети в країнах, що розвиваються: підручник. Київ: Сфера, 2001, 575 с.
11. Етапи психологічного дослідження. *Аннадоміна*: веб-сайт. URL: <https://bit.ly/47DWulp> (Дата звернення: 06.06.2023).
12. Камю А. Людина, яка бунтує. *Артефакт*: веб-сайт. URL: <https://artefact.org.ua/history/alber-kamyu-buntivna-lyudina-pered-litsem-absurdu.html> (Дата звернення: 25.05.2023)
13. Коваль Г.Ш., Русінова О.О. Соціально-психологічні особливості ставлення до пандемії у представників різних соціальних груп. «Габітус». 2021. Вип. 25. С. 186-191.
14. Коваль Г.Ш. Психологічні аспекти впливу засобів масової комунікації на свідомість громадян: безпека і збитки. *Наука і освіта*. 2015. Вип.11-12. С. 56-60.
15. Кононенко С.А. Системний підхід та сучасні теорії цінностей. *Психологія навчання. Генетична психологія. Вісник Інституту психології ім. Г.С. Костюка НАПН України. Сер. Медицина*. 2009. Вип. 12. С. 215-233.
16. Леонт'єв Д.О. Методика «Сенсожиттеві орієнтації». *Медбіб*: веб-сайт. URL: <http://surl.li/ntvpc> (Дата звернення: 01.06.2023).
17. Ньюман К.Л. Організаційна трансформація під час глобальних потрясінь. *Акад. Менеджер*. 2019. Вип. 25. С. 602-619.
18. Паращевін М. А. Місце релігії уявлення про сенс життя: російський та український контекст. *Соціодинаміка*. 2017. Вип. 3. С. 68-79. URL: https://e-notabene.ru/pr/article_19798.html (Дата звернення: 25.05.2023).
19. Паращевін М.А. Місце релігії в стратегіях пристосування до кризових умов. *Криза в Україні: зони ураження. Погляд соціологів*. Київ: Бізнесполіграф, 2010. 91–100 с.

20. Похілько Д.С., Перелигіна Л.А. Зміни смисложиттєвих орієнтацій особистості під впливом пандемії COVID-19. Національний університет цивільного захисту України. 2023. Вип. 1. URL: <http://repositsc.nuczu.edu.ua/handle/123456789/17716> (Дата звернення: 25.05.2023).

21. Психологічні підходи до вивчення депресивних явищ. *Студфайл*: веб-сайт. URL: <http://surl.li/nyusf> (Дата звернення: 08.08.2023).

22. Родіна, Н.В. Особливості гендерної ідентичності особистості в переодоленні стресса. *Кіберклініка*: веб – сайт. URL: <https://cyberleninka.ru/article/n/osobennosti-gendernoy-identichnosti-lichnosti-v-preodolenii-stressa> (Дата звернення: 01.07.2023).

23. Роменець В. А. Предмет та принципи історико-психологічного дослідження: дис. у формі навч. доп. докт. психол. Наук. Київ, 1989. 44 с.

24. Рубінштейн С. Л. Основи загальної психології. Київ: Інститут загальногуманітарних досліджень, 2015. 718с.

25. Русалов В.М. Опитувальник структури темпераменту. *Психік*: веб-сайт. Url: https://psychic.at.ua/publ/psikhodiagnostyka/diagnostika_temperamentu_i_kharakteru/opituvalnik_strukturi_temperamentu_v_m_rusalov_ost/13-1-0-86 (Дата звернення: 01.06.2023).

26. Статус внутрішньо – переміщеної особи в Україні. *Ліга закон*: веб-сайт. URL: https://jurliga.ligazakon.net/news/211039_status-vnutrshno-peremshcheno-osobi-v-ukran (Дата звернення: 17.05.2023).

27. Соціальне дослідження. URL: <http://wishmasterua.blogspot.com/2015/04/meaning-of-life-survey>. (Дата звернення: 03.06.23).

28. Солдатова Г.У. Методика “Толерантність до невизначеності”. *Вебліб*: веб-сайт. URL: <http://weblib.pp.ua/metodika->

[tolerantnist-do-neviznachenosti-s-badner-adaptatsiya-m-u-soldatovoy-psihologiya.html](#) (Дата звернення: 09.06.2023).

29. Суббота С. Депресія, ПТСР та безсоння. Як перегляд травматичних новин впливає на психічне здоров'я. *Forbes*: веб – сайт. URL: <https://forbes.ua/ru/lifestyle/depresiya-ptsr-ta-bezsonnya-yak-pereglyad-travmatichnikh-novin-vplivayut-na-psikhichne-zdorovya-14102022-9041> (Дата звернення: 07.05.2023)

30. Томаржевська, І. В. Феномен «толерантність до невизначеності» і його психологічний аналіз. Психологічний журнал. Сер. Психологія. 2019. Вип. 1. URL: <http://psyj.udpu.edu.ua/article/view/152564> (Дата звернення: 03.06.2023).

31. Тищенко, Н.І., Піроцький, Б.Ю. Внутрішньо переміщені особини в Україні як проблема сьогодення. Молодий вчений. 2013. Вип. 10. С. 124-126.

32. Ушакова І. М., Скидан Г. В. Сенсожиттєві орієнтації вимушених переселенців як компонент переживання ними травматичної події. Молодий вчений. 2015. Вип. 10. С. 194-200.

33. Філософський словник. *Платон*: веб-сайт. URL: https://platona.net/board/filosofskij_slovar/smysl_zhizni/1-1-0-418 (Дата звернення: 01.05.2023).

34. Філософія Й. Фіхте. Філософія: веб-сайт. URL: https://stud.com.ua/177377/filosofiya/filosofiya_yoganna_gotliba_fihte_fridriha_shellinga (Дата звернення: 07.05.2023).

35. Філософське вчення І. Канта про мораль та пізнання. URL: <https://osvita.ua/vnz/reports/philosophy/13002> (Дата звернення: 09.05.2023)

36. Франкл В. Людина в пошуках сенсу. Київ. Клуб Сімейного Дозвілля, 2016. 160 с.

37. Фройд А. Его та захисні механізми. Київ. Клуб сімейного дозвілля, 2016. 133 с.

38. Фромм Е. Анатомія людської деструктивності: підручник. URL: https://pidru4niki.com/1595021037710/filosofiya/erih_fromm_1900-1980 (Дата звернення: 07.07.2023).
39. Щастя та сенс життя в Античності. *Освіта та самоосвіта*: веб-сайт. URL: <https://referatss.com.ua/work/shhastja-i-sens-zhittja-v-antichnosti/> (Дата звернення: 19.05.2023).
40. Хорні К. Наші внутрішні конфлікти. Київ: Сварог, 2023. 244с.
41. Юнг К.Г. Проблеми душі нашого часу. Київ: Ваклер 1997. 320с.
42. Ясперс К. Психологія світоглядів. Київ: Юніверс, 2009. 464 с.
43. Ялом І. Коли Ніцше плакав. Київ: Клуб сімейного дозвілля, 2020. 220 с.
44. Becker, A. E. Television, disordered eating, and young women in Fiji: negotiating body image and identity during rapid social change. Series: Culture, Medicine, and Psychiatry. 2004. №28. P. 533–559.
45. Berkovitch N., Bradley K. The Globalization of Women's Status: Consensus/Dissensus in the World Polity. Series: Sociological Perspectives. Vol. 42, №3, P. 481-49
46. Buchanan D., Fitzgerald L., Ketley D., Gollop R. No going back: a review of the literature on sustaining organizational change. Int. J. Manag. 2005. Vol. 7. P. 189–205.
47. Bolman S., Berezovskyi V., Lushchak O., Velykodna M , Kenneth B., Prevalence of stress, anxiety, and symptoms of post-traumatic stress disorder among Ukrainians after the first year of Russian invasion: a nationwide cross-sectional study. The Lancet Regional Health – Europe. 2023. Vol. 36.

48. Expectations about when life will return to pre-COVID normal vary widely across the world. *World Economic Forum*: web-site. Url: <http://surl.li/ntyuf> (Last accessed: 24.05.23).
49. Cullinan P, Acquilla SD, Dhara VR. Long term morbidity in survivors of the 1984 Bhopal gas leak. *The National medical journal of India*. Series medical. 2009. Vol. 9, №5. P.5–10.
50. George L.S., Park C.L. Meaning in Life as Comprehension, Purpose, and Mattering: Toward Integration and New Research Questions. *Review of General Psychology*. 2013. Vol. 20, № 6. P. 205–220.
51. George L.S., Park C.L. The Multidimensional Existential Meaning Scale: A tripartite approach to measuring meaning in life. *The Journal of Positive Psychology*. 2017. Vol. 12, №27. P. 613-627.
52. Hall-Lande J.A., Eisenberg M.E., Christenson S.L., Neumark-Sztainer D. Social isolation, psychological health, and protective factors in adolescence. *Adolescence*. 2007. № 42. P. 265–286.
53. JerneiĆ Ž., Šverko B. Life-role changes in times of socioeconomic transition. *Review of Psychology*. 2001. №8. P. 41–48.
54. Kar, N. Indian research on disaster and mental health. *Indian journal of psychiatry*. 2010. №52.
55. Kim E.S., Delaney S.W., Kubzansky L.D. Sense of Purpose in Life and Cardiovascular Disease: Underlying Mechanisms and Future Directions *Psychological Aspects of Cardiovascular Diseases*, №21. 2019. *Springer*: web-site. URL: <https://doi.org/10.1007/s11886-019-1222-9> (Last accessed: 24.05.23).
56. King L.A., Hicks J.A. The Science of Meaning in Life *Annual Review of Psychology*. 2021. Vol. 72. URL: <https://doi.org/10.1146/annurev-psych-072420-122921> (Last accessed: 24.05.23).
57. Kleiman E.M., Beaver J.K. A meaningful life is worth living: Meaning in life as a suicide resiliency factor. *Psychiatry Research*. Vol .210, №3. P. 934-939

58. Lenski G. E., Lenski, J. Human societies : an introduction to macrosociology. New York, NY: McGraw-Hill, 1974.
59. Maslow A.H. Theory of human motivation. *Psychological Review*. Vol 50, № 4. P. 370–396.
60. Math S.B., Girimaji S.C., Benegal V., Uday K., Hamza G.S., , A., Nagaraja, D. Tsunami: Psychosocial aspects of Andaman and Nicobar islands. Assessments and intervention in the early phase. *International Review of Psychiatry*. 2016. Vol. 18, №3. P. 233 -239.
61. Martin ML. Child participation in disaster risk reduction: The case of flood-affected children in Bangladesh. *Third World Quarterly*. Vol 32, №8. P.57–75.
62. Martela F., Steger M. F. The three meanings of meaning in life: Distinguishing coherence, purpose, and significance. *The Journal of Positive Psychology*. Vol. 11. P.531–545.
63. Metz T. The Meaning of Life. *The Stanford Encyclopedia of Philosophy*: web-site. URL: <https://plato.stanford.edu/archives/win2021/entries/life-meaning/> (Last accessed: 28.05.23).
64. Mental health: facing the challenges, building solutions: report from the WHO European Ministerial Conference. Report from the WHO European Ministerial Conference. World Health Organization. 2005. P. 199. URL: http://www.euro.who.int/_data/assets/pdf_file/0008/96452/E87301.pdf (Last accessed: 21.05.23).
65. Mental health in emergencies. *Who*: web-site. URL: <https://www.who.int/news-room/fact-sheets/detail/mental-health-in-emergencies> (Last accessed: 24.05.23).
66. Murthy R.S. Mental health of survivors of 1984 Bhopal disaster: A continuing challenge. *Industrial psychiatry journal*. 2014. Vol.23, №4. P. 86.

67. Nolan P., Lenski J. E. *Human Societies: An Introduction to Macrosociology*, 11th ed. Boulder, Colorado: Paradigm, 2011.
68. Pham P. N., Weinstein H. M., Longman, T. Trauma and PTSD symptoms in Rwanda. *J. Am. Med.* Vol. 292. P. 602–612.
69. Psychological health and well-being: A new ethos for mental health A report of the Working Group on Psychological Health and Well-Being. The British Psychological Society. 2009. P. 34 .
70. Salma M. A., Gregory H.C., Shailesh T., Shaffi F.K., Sandro G. Media Exposure and the Risk of Post-Traumatic Stress Disorder Following a Mass traumatic Event: An In-silico Experiment. *Front Psychiatry*. 2021. №12.
71. Sablonnière R. Toward a Psychology of Social Change: A Typology of Social Change. Hypothesis and theory article. 2017. Vol. 8.
72. Taylor D. M., Sablonnière, R. Why interventions in dysfunctional communities fail: the need for a truly collective approach. *Canadian Psychology*. 2014. Vol. 54. P. 22–29.
73. Tner P. Social History: Politica and Social Upheavals on a Global Scale. *Central-network*: web-site. URL: <https://central-network.eu/news-events/interviews/social-history-political-and-social-upheavals-on-a-global-scale/> (Last accessed: 27.05.23).
74. Thomas K. R., Hooper L. Is the Pace of Social Change Accelerating?: Latecomers, Common Languages, and Rapid Historical Declines in Fertility. *International Journal of Comparative Sociology*. Vol. 46, №4. P.275-296.
75. The World health report. Mental health: new understanding, new hope. WHO. 2001. P. 178.
76. Wang C., Pan R., Xiaoayang W., Tan Y., Xu L., Cyrus S. Immediate Psychological Responses and Associated Factors during the Initial Stage of the 2019 Coronavirus Disease (COVID-19) Epidemic among the General Population in China. *Int J Environ Res Public Health*. 2020. Vol. 17, №5.

77. 114 million children still out of the classroom in Latin America and the Caribbean. *Unicef*: web-site. URL: <http://surl.li/ntysu> (Last accessed: 17.05.23).

78. Speaking of Psychology: Twenty years after 9/11, what have we learned about collective trauma? With Roxane Cohen Silver. URL: <https://www.apa.org/news/podcasts/speaking-of-psychology/9-11-twenty-years#:~:text=We%20found%20that%20those%20who,complaints%2C%20so%20health%20concerns%20that> (Last accessed: 24.05.23).

