

**Кваліфікаційна робота**

на здобуття ступеня вищої освіти «магістр»

на тему: «**Ціннісна сфера особистості в умовах соціальної нестабільності**»

**« The value system of personality in the context of social instability »**

Виконав: студент денної форми навчання  
спеціальності 053 Психологія  
Освітня програма Психологія  
Бірюк О. В.

Керівник: к.е.н., ст. викладач Семенцова М.М.

Рецензент: к.психол.н., с  
тарший викладач кафедри мовної та психолого-педагогічної підготовки  
Одеського національного економічного університету,  
Яцишина А. М.

Рекомендовано до захисту:  
Протокол засідання кафедри  
№ \_\_\_\_\_ від \_\_\_\_\_ 20\_\_ р.

Завідувач кафедри

\_\_\_\_\_  
(підпис)

\_\_\_\_\_  
(ППП)

Захищено на засіданні ЕК № \_\_  
протокол № \_\_ від \_\_\_\_ 20\_\_ р.  
Оцінка \_\_\_\_\_ / \_\_\_\_\_ / \_\_\_\_\_  
(за національною шкалою, шкалою  
ECTS, бали)

Голова ЕК \_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_  
(підпис)

\_\_\_\_\_  
(ППП)

Одеса – 2025

## ЗМІСТ

<b>ВСТУП</b> .....	3
<b>РОЗДІЛ 1. ТЕОРЕТИЧНІ ОСНОВИ ДОСЛІДЖЕННЯ ЦІННІСНОЇ СФЕРИ ОСОБИСТОСТІ В УМОВАХ СОЦІАЛЬНОЇ НЕСТАБІЛЬНОСТІ</b> .....	7
1.1. Поняття та структура ціннісної сфери особистості в сучасній психології .....	7
1.2. Соціальна нестабільність як фактор трансформації особистісних цінностей.....	16
1.3. Психологічні механізми та моделі зміни цінностей в умовах нестабільності .....	22
Висновки до 1 розділу .....	33
<b>РОЗДІЛ 2. ОРГАНІЗАЦІЯ ТА МЕТОДИ ДОСЛІДЖЕННЯ</b> .....	36
2.1. Соціально-демографічна характеристика виборці .....	36
2.2. Методи дослідження.....	40
Висновки до 2 розділу .....	45
<b>РОЗДІЛ 3. РЕЗУЛЬТАТИ ЕМПІРИЧНОГО ДОСЛІДЖЕННЯ</b> .....	47
3.1. Описова характеристика ціннісної сфери .....	47
3.2. Психологічні характеристики респондентів за методиками самооцінки та емоційного стану: опис результатів і групові порівняння.....	62
3.3. Кореляційний аналіз взаємозв'язків між особистісною зрілістю, ціннісно-мотиваційними орієнтаціями та емоційним станом.....	77
Висновки до 3 розділу .....	85
<b>ВИСНОВКИ</b> .....	87
<b>СПИСОК ВИКОРИСТАНИХ ДЖЕРЕЛ</b> .....	89

## ВСТУП

**Актуальність теми.** Сучасне суспільство дедалі частіше опиняється у стані нестабільності, що зумовлено політичними кризами, воєнними конфліктами та швидкими культурними зрушеннями. У цих умовах ціннісна сфера особистості стає ключовим психологічним ресурсом, який визначає здатність людини адаптуватися, зберігати цілісність та приймати усвідомлені рішення. Коли зовнішнє середовище втрачає передбачуваність, саме цінності формують внутрішню опору, допомагаючи людині орієнтуватися в умовах невизначеності та виступаючи фундаментом її життєвої стратегії.

Ціннісна сфера є одним із базових компонентів структури особистості, оскільки саме вона задає напрям життєвого вибору, визначає моральні межі поведінки, формує внутрішню мотивацію та сенс дій. У ситуаціях соціальних криз цінності перестають бути абстрактною категорією — вони стають дієвими механізмами підтримання психологічної стійкості, допомагають людині долати відчуття хаосу та зберігати контроль над власним життям. Це підводить до питання про те, які саме цінності виявляються найбільш стійкими, як вони трансформуються під впливом соціальних потрясінь і як особистість вибудовує свою ціннісну систему в умовах невизначеності.

У межах української психології дослідження ціннісної сфери в контексті нестабільності ґрунтується на працях таких науковців, як І. Д. Бех, О. Л. Музика, І. С. Попович, Л. В. Хоружа, А. А. Фурман. Їхні роботи розкривають зв'язки між ціннісними орієнтаціями, самосвідомістю, моральною зрілістю та адаптаційним потенціалом особистості.

Паралельно із цим у зарубіжній науковій традиції сформовано широкий спектр підходів, які пояснюють природу цінностей та їхню роль у життєдіяльності людини. Ці теоретичні моделі створюють багатовимірну основу для розуміння того, як зовнішні умови впливають на формування й

трансформацію ціннісних орієнтацій, а також дозволяють простежити як індивідуальні, так і групові відмінності у реагуванні на соціальні зміни.

Так, у концепції Р. Інглгарта переконливо показано, що соціальна нестабільність стимулює «зрушення назад» — від постматеріалістичних до матеріалістичних цінностей, тобто до зосередження на безпеці, стабільності та контролі над середовищем. У роботах А. Маслоу підкреслюється, що за умов загрози чи невизначеності особистість неминуче повертається до базових потреб, що автоматично відображається і на ціннісних пріоритетах: домінує захист, підтримка, порядок і солідарність.

Е. Фромм розглядав ціннісну сферу як фундамент свободи та гуманістичного розвитку, наголошуючи, що в періоди соціальної кризи людина часто стикається з вибором між свобідною, відповідальною позицією і втечею в авторитарність чи конформізм. Цим пояснюється амбівалентність ціннісних трансформацій у суспільстві, яке переживає потрясіння: поряд із посиленням цінностей співчуття, відповідальності та взаємопідтримки можуть активізуватися тенденції страху, залежності й прагнення до жорстких структур.

Р. Мей та Р. Баумайстер наголошують на тому, що в періоди нестабільності особистість часто переживає порушення самоідентичності та смислових орієнтирів, що спричиняє пошук нових ціннісних основ або переінтерпретацію наявних. Стан екзистенційної невизначеності, характерний для кризових періодів, може призводити як до зростання внутрішньої автономії та пошуку автентичних смислів, так і до появи деструктивних реакцій, пов'язаних із відчуттям втрати контролю.

Таким чином, зарубіжні підходи дають можливість глибше осмислити те, як саме соціальна нестабільність впливає на структуру та динаміку ціннісної сфери, чому певні цінності стають домінантними, а інші — вразливими, і яким чином ці зміни визначають психологічну адаптацію особистості в періоди глибоких суспільних трансформацій.

Актуальність теми суттєво зростає в умовах воєнних подій, які переживає українське суспільство. Втрата звичного способу життя, порушення соціальних зв'язків, зміна соціальних ролей і постійна присутність ризику змушують людей переосмислювати власні пріоритети. Саме в цей період проявляється реальна структура цінностей: одні з них стають більш стійкими, інші — навпаки, зазнають радикального перегляду. Вивчення цих процесів дає можливість зрозуміти механізми внутрішньої опори, які забезпечують особистісну стійкість.

Таким чином, дослідження ціннісної сфери особистості в умовах соціальної нестабільності є надзвичайно актуальним і необхідним. Воно дозволяє пояснити, як саме людина знаходить внутрішні ресурси для подолання кризових ситуацій, яким чином відбувається трансформація її життєвих смислів та як цінності стають системою координат, що підтримує особистісну цілісність у періоди глибоких суспільних змін.

**Об'єкт дослідження.** Ціннісна сфера особистості

**Предмет дослідження.** Ціннісна сфера особистості в умовах соціальної нестабільності.

**Мета роботи.** Комплексно дослідити особливості ціннісної сфери особистості та її психоемоційні кореляти в умовах соціальної нестабільності.

**Завдання дослідження:**

1. Здійснити теоретичний аналіз наукових підходів до вивчення ціннісної сфери особистості в умовах соціальної нестабільності,
2. Емпірично дослідити особливості ціннісних пріоритетів та ієрархії життєвих цілей.
3. Проаналізувати рівень самооцінки та оцінити емоційно-фізіологічний стан респондентів.
4. Виявити відмінності у ціннісно-мотиваційних та емоційно-самооціночних характеристиках залежно від соціально-демографічних

чинників та здійснити кореляційний аналіз між цінностями, їх реалізованістю, рівнем самооцінки, домагань і емоційним станом.

**Методи дослідження.** Теоретичні методи: аналіз, синтез, абстрагування, формалізація. Емпіричні методи: модифікована методика М. Рокича, методика Дембо–Рубінштейн у модифікації А.М. Прихожан, методика САН, соціально-демографічна анкета. Методи обробки даних: описова статистика, U-критерій Манна–Вітні, H-критерій Краскела–Уолліса, кореляційний аналіз Пірсона та Спірмена (відповідно до типу змінних), порівняльний аналіз груп.

**Організація і база проведення емпіричної роботи.** Емпіричне дослідження було організоване у форматі онлайн-опитування за допомогою Google Forms. Участь взяли 53 респонденти — громадяни України, які проживають в умовах тривалої соціальної нестабільності, спричиненої воєнними подіями. До вибірки увійшли як особи, що не виїжджали зі своїх населених пунктів, так і респонденти, які були змушені покинути окуповані території. Збір даних відбувався добровільно й анонімно, що забезпечило етичність і достовірність отриманої інформації.

**Практичне значення роботи.** Результати дослідження можуть бути використані у діяльності практичних психологів, консультантів і фахівців із психічного здоров'я для глибшого розуміння ціннісно-мотиваційних змін особистості в умовах тривалого стресу та нестабільності.

**Структура роботи.** Дана наукова робота складається із вступу, трьох розділів, висновків, та списку літератури, якій складається із 87 джерел. Загальний обсяг роботи становить 88 сторінок, у тому числі 17 таблиць та 9 рисунків.

# РОЗДІЛ 1. ТЕОРЕТИЧНІ ОСНОВИ ДОСЛІДЖЕННЯ ЦІННІСНОЇ СФЕРИ ОСОБИСТОСТІ В УМОВАХ СОЦІАЛЬНОЇ НЕСТАБІЛЬНОСТІ

## 1.1. Поняття та структура ціннісної сфери особистості в сучасній психології

Проблематика ціннісної сфери особистості є однією з ключових у сучасній психологічній науці, адже саме система цінностей визначає стратегічні орієнтири життєдіяльності людини, її моральні вибори, способи реагування на зміни середовища. Цінності виконують інтегративну, регулятивну й смислотворчу функції, поєднуючи когнітивні, емоційно-вольові та поведінкові компоненти психіки [73, 76].

У науковій літературі існує безліч підходів до визначення феномену цінностей. Класичним залишається визначення М. Рокіча, який розглядав цінності як «стійкі переконання в тому, що певний спосіб поведінки або кінцева мета існування є особистісно чи соціально бажанішими порівняно з альтернативними» [73]. Подальший розвиток теорії отримав у працях Ш. Шварца, який запропонував універсальну типологію базових людських цінностей і створив модель, де цінності утворюють взаємопов'язану систему мотиваційних цілей [76]. Вона включає десять універсальних типів: безпеку, конформність, традицію, доброзичливість, універсалізм, самостійність, стимуляцію, гедонізм, досягнення та владу. Ця структура демонструє, що цінності перебувають у динамічній взаємодії — одні узгоджуються між собою, інші суперечать, формуючи особистісну ієрархію мотивацій.

У контексті сучасної гуманістичної психології цінності трактуються як вища форма саморегуляції, що визначає життєві смисли та цілі людини [47]. Віктор Франкл вважав, що прагнення до смислу є базовою мотиваційною силою, а реалізація смислу неможлива без орієнтації на вищі цінності.

Цінності, за Франклом, не задаються зовнішньо — вони відкриваються через досвід, вибір і відповідальність.

Сучасні емпіричні дослідження підтверджують, що структура ціннісної сфери має як універсальні, так і культурно-специфічні риси. За даними багатокраїнових досліджень Європейського соціального опитування, базові цінності зберігають стабільність у часі, проте їхня ієрархія може змінюватися під впливом соціальних трансформацій, вікових особливостей та кризових ситуацій [83, 86].

Українська психологічна школа розвиває ціннісно-смысловий підхід, згідно з яким ціннісна сфера є ядром особистості, що інтегрує когнітивні, емоційні та мотиваційні процеси [15, 28]. Вітчизняні автори підкреслюють, що саме через ціннісно-смыслову систему особистість осмислює власний досвід, формує життєву позицію та здійснює моральний вибір.

Більшість сучасних дослідників розглядають ціннісну сферу особистості як багаторівневу, внутрішньо узгоджену, але водночас динамічну систему, у якій відбувається постійна взаємодія між раціональним і емоційним, соціальним та індивідуальним [52, 79]. Її структура забезпечує цілісність і стійкість внутрішнього світу людини, а також виконує функцію психологічного орієнтира, що допомагає особистості зберігати життєву рівновагу навіть у стані соціальної нестабільності. Саме завдяки своїй ієрархічності ціннісна сфера виступає механізмом саморегуляції, який узгоджує внутрішні мотиви людини з вимогами суспільства та індивідуальними смислами її існування [50].

Узагальнюючи наукові підходи, можна виокремити кілька основних рівнів ціннісної структури, що перебувають у тісній взаємодії між собою та формують єдине смислове поле особистості.

Перший рівень — ціннісні орієнтації. Це фундаментальні пріоритети, що відображають свідомий вибір людини між різними життєвими цілями та засобами їх досягнення. Ціннісні орієнтації визначають напрямок поведінки,

але не диктують конкретних дій; вони задають вектор розвитку особистості, впливаючи на її здатність робити усвідомлені життєві вибори. Як зазначається у сучасних дослідженнях, саме орієнтації є «психологічним механізмом стабілізації особистісної системи», що підтримує узгодженість між потребами, ідеалами та соціальними нормами [50]. Цей рівень формує основу для гармонійного розвитку особистості, адже через систему орієнтацій людина вибудовує власну ієрархію смислів і визначає своє місце в соціумі.

Другий рівень — ціннісні установки. Вони конкретизують загальні орієнтації, надаючи їм емоційного забарвлення та поведінкового потенціалу. Наприклад, орієнтація на гуманізм може проявлятися в установці «допомагати іншим», орієнтація на відповідальність — у прагненні виконувати зобов'язання. Цей рівень забезпечує перехід від абстрактних переконань до практичної готовності діяти відповідно до власних принципів. Як зазначається в класичних працях із психології цінностей, саме через установки цінності набувають емоційної сили, перетворюючись на джерело мотивації [73]. Таким чином, установка виступає містком між когнітивною та афективною сферами, через який цінності інтегруються в особистісний досвід.

Третій рівень — ціннісні смисли. Це глибинна складова системи, що відображає особистісну інтерпретацію цінностей — тобто розуміння, *чому саме* певна цінність є значущою для людини. Смисли поєднують когнітивні й емоційні аспекти, інтегрують індивідуальне й соціальне. Як наголошує Галина Чайка, саме смислова складова є центральною ланкою, що об'єднує усі інші елементи ціннісної системи, перетворюючи їх на дієвий психологічний механізм [28, 29]. Коли цінність набуває особистісного сенсу, вона перестає бути декларативною нормою і стає внутрішнім орієнтиром, що визначає глибинну мотивацію поведінки.

Четвертий рівень — поведінковий. Саме тут цінності реалізуються у вчинках, виборах, міжособистісних стосунках і щоденних діях. Поведінковий рівень виявляє реальну відповідність між проголошеними принципами й фактичними діями. Дослідження показують, що розрив між декларативними та поведінковими цінностями часто сигналізує про внутрішній конфлікт або вплив соціального тиску [53, 60]. Водночас саме через поведінку особистість підтверджує зрілість своєї ціннісної системи, демонструючи узгодженість між переконаннями й практикою.

Узагальнюючи, можна зазначити, що структура ціннісної сфери — це багатовимірна система, у якій когнітивні переконання, емоційні установки, особистісні смисли та поведінкові прояви перебувають у постійній взаємодії. Вона не є статичною конструкцією, а динамічним утворенням, здатним змінюватися під впливом досвіду, соціальних умов і внутрішніх трансформацій. Саме ця взаємопов'язаність забезпечує цілісність особистості, дозволяючи їй зберігати автентичність і психологічну стійкість у мінливому світі [47, 81].

Ціннісна сфера особистості є не лише структурним елементом її внутрішнього світу, а й активним регулятором поведінки, емоційних станів та процесу самореалізації. Вона забезпечує інтеграцію досвіду, надає сенсу людській діяльності й підтримує зв'язок між внутрішнім і зовнішнім світом особистості. Цінності виступають своєрідними орієнтирами, які визначають не лише те, *що* людина робить, а й *чому* вона це робить, — саме тому вони мають фундаментальне значення для розуміння психологічної природи особистості [47].

У межах сучасної психології виділяють низку провідних функцій ціннісної сфери, кожна з яких виконує важливу роль у процесі саморегуляції та розвитку людини.

Регулятивна функція полягає у визначенні напрямів діяльності та засобів її реалізації. Завдяки цінностям людина здатна обирати цілі,

оцінювати їх відповідність власним принципам і координувати поведінку відповідно до моральних або соціальних норм. Ця функція надає життєдіяльності впорядкованості, допомагає зберігати внутрішню послідовність дій навіть у ситуаціях невизначеності чи конфлікту.

Смислотворча функція забезпечує усвідомлення життєвої мети та інтеграцію індивідуального досвіду в цілісну картину світу. Саме через цінності людина формує уявлення про сенс свого існування, визначає, які події, стосунки чи досягнення мають для неї значення. Смислотворення виступає центральним психологічним процесом, що допомагає підтримувати цілісність особистості в умовах соціальної нестабільності, коли зовнішні орієнтири втрачають чіткість [47].

Мотиваційна функція проявляється у здатності цінностей виступати внутрішнім джерелом енергії для діяльності. Коли поведінка людини узгоджується з її глибинними цінностями, вона набуває натхнення, стійкості й здатності до подолання труднощів. Цінності в цьому контексті не лише визначають, *що* є важливим, а й надають сили для дії — стають фундаментом для внутрішньої мотивації та переживання задоволення від досягнення мети [47].

Оціночна функція ціннісної сфери посідає особливе місце у структурі внутрішнього світу людини, оскільки саме вона забезпечує моральне орієнтування в багатозначній і суперечливій реальності. Через систему цінностей особистість не лише оцінює зовнішні події, а й вибудовує власне ставлення до світу, інших людей і самої себе. Ця функція виконує роль своєрідного внутрішнього компаса, який допомагає відрізнити прийнятне від неприйнятного, правильне від помилкового, моральне від аморального.

У процесі оцінювання людина спирається не лише на соціальні норми чи зовнішні авторитети, а передусім на внутрішні моральні критерії, сформовані на основі особистісного досвіду, переконань і життєвих смислів. Завдяки цьому вона створює індивідуальну систему координат, у якій

визначає, що для неї є добром і злом, успіхом і поразкою, справедливістю й провиною. Цінності, таким чином, виконують роль фільтра сприйняття, через який людина інтерпретує власні вчинки, дії інших і події світу.

Саме оціночна функція задає моральний вимір поведінки. Вона визначає межі дозволеного, формує почуття совісті та відповідальності, впливає на становлення самооцінки та відчуття гідності. Через неї людина інтегрує моральні імпульси в систему власних мотивів і рішень, поєднуючи когнітивне розуміння добра з емоційним переживанням правильності чи помилки. У цьому сенсі оцінка стає не лише актом розуму, а й актом серця — внутрішнім переживанням відповідності між власними вчинками та ідеальними уявленнями про себе [32, 34].

Більш того, оціночна функція відіграє ключову роль у процесі моральної саморегуляції. Вона допомагає людині не просто оцінювати минулі дії, а й передбачати наслідки майбутніх, формуючи внутрішню етичну відповідальність. Через неї розвивається здатність до самокритики, емпатії та справедливості — як щодо себе, так і щодо інших. Отже, саме завдяки цій функції ціннісна сфера виступає основою морального розвитку, підтримує цілісність особистості та забезпечує її здатність діяти у згоді зі своїми переконаннями, не втрачаючи при цьому людяності.

Ідентифікаційна функція сприяє усвідомленню належності особистості до певної соціальної чи культурної спільноти. Вона забезпечує зв'язок між індивідуальним і колективним рівнем ціннісної системи, формує відчуття «ми» й допомагає інтегрувати власну ідентичність у ширший соціальний контекст [37]. Через систему цінностей особистість визначає своє місце у світі, будує стосунки з іншими та відтворює культурні традиції, які підтримують відчуття приналежності.

В українських психологічних дослідженнях дедалі частіше наголошується, що в умовах тривалої соціальної нестабільності саме смислотворча функція ціннісної сфери особистості стає провідною [20, 26]. Її

значення виходить далеко за межі когнітивного осмислення подій — вона перетворюється на центральний механізм психологічного самозбереження. У ситуаціях, коли зовнішній світ втрачає послідовність і передбачуваність, смислотворення допомагає людині підтримувати внутрішній порядок, структуруючи хаос переживань і досвіду.

Саме через пошук смислу особистість здійснює переоцінку своїх життєвих орієнтирів, визначаючи, що має справжню цінність, а що може бути відкинутим як тимчасове або поверхнєве. Коли соціальні, політичні чи економічні системи руйнуються, смислотворення стає тією внутрішньою опорою, яка дозволяє людині не лише адаптуватися, а й зберегти відчуття власної гідності, послідовності та мети. У цьому процесі цінності виконують роль духовного компаса, що спрямовує поведінку й рішення, навіть коли зовнішні орієнтири втрачають актуальність.

Дослідники підкреслюють, що смислотворення — це не просто інтелектуальний процес, а глибинна екзистенційна дія, спрямована на відновлення цілісності особистості. Людина не лише інтерпретує події, а й надає їм нового, життєствердного значення. Завдяки цьому вона здатна перетворювати кризу на джерело внутрішнього розвитку, віднаходити сенс у втраті й перетворювати травматичний досвід на ресурс зростання.

Таким чином, смислотворча функція у період соціальної нестабільності виконує роль своєрідного «психологічного ядра» особистості. Вона забезпечує відновлення рівноваги між внутрішнім і зовнішнім світом, допомагає людині відчувати зв'язок із власним «Я», підтримує віру в майбутнє та здатність до дії навіть тоді, коли довколишня реальність втрачає опору. Саме завдяки смислотворенню людина не лише виживає, а й продовжує розвиватися, утримуючи цілісність, надію та життєву значущість [20, 26].

Таким чином, ціннісна сфера особистості виконує комплексну регулятивно-сміслову роль, об'єднуючи різні рівні психічної організації

людини. Вона слугує своєрідним центром, через який особистість осмислює власний досвід, приймає рішення та вибудовує систему відносин зі світом. У цьому полягає її ключова функція — підтримувати цілісність людського буття, надаючи кожному вибору морального змісту й екзистенційного сенсу [20, 26, 37, 47].

Попри відносну стабільність, цінності не є раз і назавжди фіксованими. Вони здатні змінюватися під впливом соціального контексту, життєвого досвіду, кризових подій. Результати дослідження Vecchione et al. свідчать, що протягом ранньої дорослості базові цінності зберігають високу стабільність, однак можуть зазнавати змін унаслідок різких соціальних потрясінь або особистісних криз [86]. Аналогічні результати отримано й в українських роботах, де зазначається, що періоди нестабільності сприяють перегляду цінностей, особливо серед молоді [26, 28, 29].

Цінності виконують роль психологічного «компасу», але під впливом обставин цей компас може переорієнтуватися. У ситуаціях невизначеності особистість схильна актуалізувати цінності безпеки, стабільності, підтримки, тоді як у періоди розвитку чи свободи на перший план виходять автономія, самореалізація, досягнення [83].

В українському контексті останніх років, позначеному війною, соціальною турбулентністю та глибокими культурними трансформаціями, спостерігається суттєва перебудова системи цінностей. Дослідники відзначають помітний зсув від індивідуалістичних орієнтацій, характерних для періоду відносної стабільності, до більш колективістичних та соціально спрямованих цінностей, які підкреслюють важливість взаємопідтримки, спільної відповідальності й солідарності [8, 9, 20].

Ця тенденція відображає адаптаційну здатність ціннісної сфери до нових соціальних реалій. У ситуації загрози, втрати та невизначеності особистісна система пріоритетів переорієнтується з індивідуальних до колективних форм існування, де ключовими стають взаємодопомога, довіра,

відчуття приналежності до спільноти. Війна, як потужний соціальний стресор, актуалізує базові цінності виживання та людяності, змушуючи людину переосмислити своє місце у світі та роль інших у власному житті.

Такі зрушення демонструють, що ціннісна сфера не є статичною — навпаки, вона відображає динамічну взаємодію між індивідуальним досвідом і колективними процесами. У контексті суспільних криз цінності стають не лише показником адаптації, а й критерієм духовної зрілості спільноти. Зміщення акценту з особистих до спільнотних орієнтацій свідчить про прагнення до єдності, взаємної підтримки й спільного сенсу, що забезпечує виживання не лише окремої людини, а й цілого суспільства [10, 11, 20].

У структурному сенсі ціннісна сфера має ієрархічну будову. На її вершині розташовуються базові (термінальні) цінності, що виражають кінцеві життєві цілі (наприклад, щастя, любов, свобода). Нижче знаходяться інструментальні цінності, які описують способи досягнення цих цілей (чесність, працьовитість, відповідальність) [73]. Вітчизняні психологи доповнюють цю схему смисловим рівнем — «ціннісними смислами», які забезпечують особистісну інтеграцію [28, 29].

Згідно з сучасними концепціями, ієрархія цінностей відображає баланс між індивідуальними й соціальними потребами [37, 52]. В умовах соціальної стабільності цей баланс є відносно сталим; у періоди криз — порушується, що веде до переоцінки ціннісних пріоритетів.

Отже, ціннісна сфера особистості — це складна система переконань, орієнтацій, смислів і поведінкових проявів, яка забезпечує цілісність і стабільність особистісного функціонування. Вона є водночас консервативною і пластичною: з одного боку, формує ядро ідентичності, з іншого — реагує на соціальні виклики, переосмислюючи значущість тих чи інших орієнтирів.

Розуміння структури ціннісної сфери має фундаментальне значення для подальшого аналізу того, як соціальна нестабільність впливає на її

динаміку. Адже тільки через глибоке знання внутрішніх механізмів ціннісної організації можна пояснити процеси трансформації, що відбуваються в сучасному суспільстві.

## **1.2. Соціальна нестабільність як фактор трансформації особистісних цінностей**

Упродовж останніх десятиліть світ переживає період глибоких соціальних, економічних і політичних зрушень, які суттєво впливають на психологічну реальність людини. Глобальні процеси — війни, пандемії, екологічні катастрофи, економічні кризи — спричиняють відчуття невизначеності, втрату контролю, зниження довіри до соціальних інститутів. У таких умовах виникає потреба переосмислення базових орієнтирів, і саме ціннісна сфера стає центральною мішенню цих трансформацій [31, 57].

Термін соціальна нестабільність у сучасній психології трактується як стан порушення рівноваги між індивідом і суспільним середовищем, що супроводжується зростанням невизначеності, ризиків і дефіцитом відчуття безпеки. За визначенням, соціальна нестабільність є «екзистенційно невизначеною ситуацією, у якій традиційні цінності й соціальні інститути втрачають функцію орієнтирів» [31]. Українські дослідники уточнюють, що це передусім процес дестабілізації системи життєвих смислів і ролей особистості, що спонукає людину до пошуку нових опор [25, 26].

З психологічного погляду, соціальна нестабільність проявляється через низку феноменів: підвищену тривожність, кризу ідентичності, відчуття безсилля, фрустрацію базових потреб [35, 64]. Водночас вона створює простір для розвитку — через переоцінку власного життєвого досвіду та смислів [47, 48].

Дослідження Європейського соціального опитування (ESS) за 2021–2023 рр. показали, що рівень сприйнятої соціальної нестабільності корелює з підвищенням значущості цінностей безпеки, конформності та традицій, тоді

як цінності самореалізації та гедонізму відступають на другий план [40]. Це свідчить, що соціальна нестабільність змінює не лише зовнішню поведінку, а й внутрішні орієнтири людини.

Соціальна нестабільність постає не лише як зовнішній виклик, а як потужний психологічний фактор, що ініціює внутрішню перебудову ціннісної системи людини. У ситуаціях глибоких суспільних змін, війни чи економічних криз особистість втрачає звичні орієнтири, змушена переосмислювати свої переконання, знаходити нові смисли та джерела опори. Зміна цінностей у таких умовах не є випадковою — вона має внутрішню логіку і спирається на низку психологічних механізмів, які забезпечують адаптацію, емоційну стабільність і збереження цілісності особистості.

Першим і, можливо, найпомітнішим із цих механізмів є когнітивна переоцінка. Коли старі уявлення про світ перестають відповідати новій реальності, людина починає внутрішній процес переосмислення. Вона переглядає значення подій, визначає, що для неї справді важливо, і шукає нові орієнтири, які допомагають зберігати відчуття сенсу. У межах теорії когнітивної оцінки, розробленої Річардом Лазарусом і Сьюзан Фолкман, цей процес розглядається як природна реакція психіки на зміну середовища: людина оцінює подію, визначає її загрозу чи ресурсність і відповідно переосмислює власну систему цінностей [63]. Саме завдяки такому внутрішньому переформатуванню цінності набувають більшої гнучкості, адаптивності та відповідності життєвим обставинам.

Водночас соціальна нестабільність неминуче викликає підвищення рівня тривоги й невизначеності, що активізує емоційно-регулятивні механізми. Людина прагне знайти внутрішню безпеку, відновити відчуття контролю над життям, і в цей період особливої ваги набувають цінності, пов'язані зі стабільністю, підтримкою, сім'єю, вірою та взаємною допомогою. Як зазначають дослідники, у кризові періоди суспільство

схильне зміщуватися від індивідуалістичних орієнтацій до колективістичних, де пріоритетом стає не особисте досягнення, а збереження зв'язку з іншими, солідарність та співчуття [20, 81]. Емоційна регуляція у цьому контексті виконує функцію своєрідного психологічного захисту — вона дозволяє зменшити вплив тривоги, утримати рівновагу й водночас зміцнити почуття єдності з соціальним оточенням.

Інший важливий механізм — соціально-комунікативний. Коли великі суспільні системи втрачають стабільність, людина шукає підтримку в міжособистісних контактах, спільнотах і неформальних об'єднаннях. У цей період особливого значення набувають волонтерські рухи, ініціативи взаємодопомоги, групи підтримки, професійні мережі. Як підкреслює Роберт Патнем, соціальний капітал — це не лише мережа зв'язків, а й моральна тканина суспільства, що зміцнює взаємну довіру та відповідальність [72]. Через взаємодію з іншими людина не лише отримує емоційну підтримку, а й формує нові ціннісні орієнтації, у яких кооперація, толерантність і взаємоповага виходять на передній план. Українські дослідники відзначають, що в умовах воєнного стану чи соціальних потрясінь саме розвиток горизонтальних зв'язків стає головним чинником психологічної стійкості та колективного відновлення [1, 6, 11, 12].

Однак найглибший рівень трансформації пов'язаний із смислотворчим механізмом. У кризових обставинах людина прагне не лише адаптуватися, а й знайти сенс у пережитому. Віктор Франкл наголошував, що прагнення до смислу є основною рушійною силою людського існування. Коли зовнішній світ стає непередбачуваним, саме смисл дає змогу зберегти внутрішній порядок. Людина переоцінює свої життєві цілі, відсіює те, що втратило значення, і віднаходить нові цінності — більш глибокі, екзистенційно наповнені. Цей процес часто супроводжується духовним зростанням, формуванням нової ієрархії пріоритетів, у центрі якої з'являються любов, гідність, свобода, віра в людяність.

Таким чином, соціальна нестабільність не лише руйнує, а й оновлює ціннісну сферу людини. Під її впливом активізуються когнітивні, емоційні, соціальні та смислові механізми, що спрямовують особистість на пошук внутрішньої рівноваги та відновлення сенсу. Зміна цінностей у цьому контексті — не ознака кризи, а прояв глибокого процесу адаптації, у ході якого людина вчиться жити в новій реальності, спираючись на власну здатність до усвідомлення, емпатії та смислотворення [20, 26, 47, 72].

Зарубіжні дослідження підтверджують, що соціально-економічна та політична нестабільність істотно впливає на структуру цінностей суспільства, зумовлюючи їхню переорієнтацію в напрямі базових, життєво необхідних орієнтирів. У періоди кризових змін спостерігається зростання значущості цінностей виживання, безпеки, конформності та родинної згуртованості, які забезпечують людині мінімальний рівень психологічної стабільності та передбачуваності [40, 59].

Дослідження, проведені в різних країнах Європи, показують, що під впливом соціальних потрясінь люди схильні повертатися до традиційних моделей мислення й поведінки, у яких домінують цінності спільності, довіри та взаємопідтримки. Цей процес має адаптивний характер: у ситуації невизначеності колективні орієнтири стають механізмом компенсації втрати індивідуального контролю.

Особливо виразно такі тенденції проявилися в країнах Східної Європи після фінансових криз 2008–2010 років. Як засвідчують емпіричні дані, саме в цей період спостерігалось помітне зниження орієнтації на індивідуальні досягнення та самореалізацію, водночас із посиленням колективістичних і традиційних цінностей — сім'ї, релігії, соціальної солідарності [87]. Люди почали віддавати перевагу стабільності над ризиком, спільному добробуту над особистими амбіціями.

Такі результати підтверджують, що ціннісна сфера особистості є надзвичайно чутливою до соціальних викликів і здатна до швидкої

перебудови у відповідь на загрози зовнішнього середовища. Зміна цінностей у кризові періоди виконує не лише адаптивну, а й інтеграційну функцію — вона сприяє консолідації суспільства, зміцненню соціальної єдності та формуванню нових моральних орієнтирів, заснованих на взаємопідтримці, довірі й колективній відповідальності [40, 59, 87].

Дослідження показало, що навіть короткотривала соціальна турбулентність, зумовлена пандемією COVID-19, призводить до значних змін у структурі цінностей [31]. Автор доводить, що в регіонах із високим рівнем екзистенційної невизначеності індивіди частіше декларують цінності безпеки й конформності.

В українському контексті особливого значення набувають дані, отримані під час війни. Сучасні дослідження свідчать, що серед молодого покоління відбулися істотні зрушення у системі пріоритетів: на перший план виходять патріотизм, воля, почуття відповідальності та готовність допомагати іншим. Натомість матеріальні й гедоністичні орієнтації відходять на другий план. Під час воєнних подій спостерігається посилення колективістських та альтруїстичних тенденцій, які виконують функцію психологічного захисту й забезпечують внутрішню стійкість особистості [24, 27, 30].

Порівняльний аналіз українських і європейських вибірок свідчить, що соціальна нестабільність активує в суспільствах «цінності збереження» (conservation values) — безпеку, традицію, конформність, тоді як у стабільні періоди переважають «цінності відкритості до змін» (openness to change) [80, 81]. Це підтверджує гіпотезу про динамічний характер ціннісної системи, що реагує на зовнішні загрози адаптивно.

Зміна ціннісної системи в умовах нестабільності має амбівалентні наслідки. З одного боку, вона допомагає особистості пристосуватися, відновити почуття контролю, знайти сенс у складних обставинах. З іншого —

породжує внутрішні суперечності, розмиття ідентичності, втрату моральних орієнтирів [35].

Зарубіжні емпіричні дослідження свідчать, що орієнтація на цінності соціальної взаємності — такі як взаємоповага, співпраця, солідарність і підтримка — позитивно корелює з рівнем психологічного благополуччя. Люди, для яких важливими є стосунки, спільна діяльність і почуття належності до групи, демонструють вищу стійкість до стресу, кращу емоційну стабільність і здатність до конструктивного подолання труднощів [45, 47, 60]. Навпаки, домінування індивідуалістичних орієнтацій у кризових умовах може призводити до підвищення рівня тривожності, почуття самотності та психологічної ізоляції.

Українські дослідження узгоджуються з цими висновками, демонструючи, що соціальна взаємопідтримка виступає ключовим чинником збереження ціннісно-сислової цілісності особистості [25, 29, 30]. Учасники спільнот, волонтерських рухів чи груп допомоги не лише легше адаптуються до змін, а й переосмислюють власні життєві орієнтири через досвід спільної дії. В умовах війни та соціальної нестабільності міжособистісні зв'язки стають основою психологічної стійкості, компенсуючи руйнування зовнішніх структур.

Таким чином, соціальна взаємність виступає своєрідним «психологічним буфером», який пом'якшує вплив стресу та сприяє гармонізації ціннісної сфери. Чим вищий рівень взаємопідтримки, тим менше проявляється дезорганізація смислів і тим більш інтегрованою залишається особистість навіть у найскладніших умовах.

Українське суспільство, перебуваючи в умовах війни та політичних криз, демонструє унікальний приклад адаптивного переосмислення цінностей. За спостереженнями Хоружої Л.В., цінності виживання трансформуються у «цінності спротиву» — волю, гідність, свободу. Це

зрушення не лише компенсаторне, а й творчо-конструктивне: воно створює нову ідентичність, засновану на спільній меті й моральній солідарності.

Такі процеси узгоджуються з концепцією resilience values — цінностей стійкості, які виникають у суспільствах, що переживають тривалу нестабільність [69]. У цьому сенсі війна стала каталізатором для формування нової системи смислів, де цінності свободи, допомоги, справедливості й гідності стають не абстрактними, а екзистенційно прожитими.

Соціальна нестабільність виступає потужним чинником трансформації ціннісної сфери особистості. Вона актуалізує потребу в безпеці, змінює пріоритети між індивідуальними й колективними орієнтаціями, стимулює смислотворчі процеси. Під її впливом ціннісна структура стає більш гнучкою, здатною до адаптації. Проте ці зміни не є хаотичними — вони підпорядковуються глибинним механізмам пошуку сенсу й збереження психологічної цілісності.

Таким чином, соціальна нестабільність не лише загрожує внутрішній стабільності людини, а й створює умови для її духовного оновлення. Це доводить, що цінності мають не статичний, а процесуальний характер, і саме через їхню динаміку суспільство здатне виживати та розвиватися навіть у найскладніших обставинах.

### **1.3. Психологічні механізми та моделі зміни цінностей в умовах нестабільності**

Питання про те, як саме відбувається трансформація цінностей у періоди соціальної нестабільності, посідає особливе місце в сучасній психології особистості. Зміна ціннісної структури не є випадковим явищем — це складний, багаторівневий процес, у якому взаємодіють когнітивні, емоційні, соціальні й смислотворчі чинники.

У періоди суспільних криз людина неминуче стикається з глибоким внутрішнім викликом — її звична система цінностей перестає відповідати

новим життєвим умовам і вже не забезпечує відчуття стабільності. Те, що раніше надавало сенс і передбачуваність, більше не працює, змушуючи особистість шукати нові орієнтири, здатні підтримати психологічну рівновагу. У таких ситуаціях відбувається не лише адаптація до зовнішніх змін, але й глибинне переосмислення власного буття, тобто процес, який має водночас і адаптивний, і екзистенційний характер [35, 47].

Кризовий контекст — це простір, у якому стара система смислів поступово втрачає свою дієвість, а нова ще не сформована. Людина переживає невизначеність, яка супроводжується почуттям тривоги, розгубленості, втрати контролю. Водночас саме ця внутрішня дестабілізація відкриває можливість для оновлення: пошук нової системи координат стає способом не лише вижити, а й відновити смислову основу власного життя. У цьому сенсі переоцінка цінностей виконує подвійну функцію — захисну (збереження психічної цілісності) та творчо-відновлювальну (пошук нового значення існування).

Зміна ціннісної системи завжди пов'язана з конфліктом між зовнішньою реальністю та внутрішньою моделлю світу. Коли старі інтерпретаційні схеми більше не узгоджуються з подіями, що відбуваються, виникає когнітивний дисонанс — внутрішня напруга, спричинена суперечністю між очікуваннями та фактичним досвідом (Festinger, 1957) [46]. Саме цей дисонанс стає поштовхом до внутрішньої трансформації, оскільки людина прагне відновити узгодженість між переконаннями та реальністю.

Таким чином, криза постає не лише як руйнівний, а й як творчий момент розвитку. Через внутрішню боротьбу між старим і новим світоглядом людина поступово вибудовує оновлену систему цінностей — таку, що краще відповідає її реальному досвіду й новим життєвим обставинам. Це свідчить про динамічну природу ціннісної сфери, здатної до глибокої адаптації, коли змінюється не тільки зовнішній світ, а й спосіб, у який особистість його переживає [35, 46, 47].

У сучасній психології цінностей наголошується, що процес їхньої зміни не є випадковим чи хаотичним — він підпорядковується внутрішній логіці саморегуляції особистості. Відповідно до концепції Шалома Шварца, головним джерелом таких трансформацій виступає зіткнення мотиваційних доменів, тобто внутрішня напруга між протилежними групами цінностей [77]. У моменти кризи людина стикається з необхідністю переглянути власні пріоритети: орієнтація на «відкритість до змін», яка включає цінності самостійності, ризику, творчості, поступово поступається місцем «цінностям збереження» — безпеці, стабільності, традиціям. Це не прояв слабкості, а природна реакція системи саморегуляції, спрямована на відновлення психологічної рівноваги та збереження внутрішньої цілісності.

Під впливом зовнішніх загроз, таких як війни, катастрофи чи соціальні потрясіння, цінності не зникають, а переходять у нову конфігурацію, змінюючи свою форму, але не зміст. Прагнення до свободи, наприклад, може трансформуватися у цінність гідності, яка поєднує незалежність із відповідальністю; орієнтація на добробут — у цінність безпеки, що відображає потребу в стабільності та захисті. Така еволюція цінностей свідчить про гнучкість і пластичність людської психіки, здатної адаптуватися до екстремальних умов, не втрачаючи базових смислових опор.

Ці процеси мають не лише індивідуальний, а й колективний характер. Як показують соціокультурні дослідження, у періоди, коли виживання опиняється під загрозою, суспільство загалом переорієнтовується з постматеріалістичних цінностей — самореалізації, автономії, креативності — на матеріалістичні, пов'язані з фізичною безпекою, соціальною стабільністю й економічною підтримкою [58]. Цей процес є закономірним механізмом колективної адаптації, що забезпечує збереження соціальної єдності та мінімізацію невизначеності.

Таким чином, ціннісна система особистості й суспільства в цілому поводить як жива динамічна структура, яка здатна змінювати акценти, не

втрачаючи своєї глибинної сутності. У кризові періоди вона «переналаштовується» на виживання, а в періоди стабільності знову відкриває простір для творчості, розвитку та самореалізації [58, 59, 77].

Трансформація ціннісної сфери особистості в умовах соціальної нестабільності є складним, багатовимірним процесом, у якому задіяно низку взаємопов'язаних психологічних механізмів. Вони не діють ізольовано — навпаки, утворюють своєрідну систему внутрішніх компенсаторних реакцій, спрямованих на збереження психологічної рівноваги та відновлення смислу. У періоди суспільних криз, війни чи колективних травм саме ці механізми визначають, яким чином змінюються пріоритети, ієрархії цінностей і способи їх переживання.

Провідним серед них є механізм когнітивної переоцінки. Він полягає у свідомому переосмисленні старих переконань, у перебудові внутрішньої логіки ціннісної системи, що дозволяє людині адаптуватися до нових реалій. Відповідно до теорії стресу і копінгу, розробленої Річардом Лазарусом, саме процес переоцінювання визначає, чи сприйматиме людина подію як загрозу, чи як виклик [63]. Той, хто здатен переглянути власне ставлення до ситуації, активізує внутрішні ресурси, формує нову систему пріоритетів і зберігає психологічну цілісність. Українська дослідниця Галина Чайка називає цей процес «смісловою реструктуризацією» — тобто перебудовою внутрішнього ціннісно-сміслового поля, унаслідок якої застарілі орієнтири втрачають емоційну силу, а нові набувають значущості. Йдеться не про руйнування, а про оновлення — глибинну перебудову смислової архітектури особистості, яка дозволяє їй зберегти цілісність у мінливому світі [28, 29].

Зміна цінностей завжди супроводжується інтенсивними емоційними процесами, тому другий механізм — емоційна регуляція — є не менш важливим. У моменти, коли зовнішня стабільність порушується, емоційна система прагне відновити рівновагу, зосереджуючись на тих цінностях, що забезпечують відчуття безпеки та передбачуваності. Дослідження Шолома

Шварца і Тамі Сортгейкс показують, що під час криз зростає значущість так званих «цінностей збереження» — безпеки, традицій, конформності, — тоді як важливість цінностей «відкритості до змін» знижується [81]. Українські дослідники, що емоційна стабілізація у такі періоди досягається завдяки ідентифікації з групою, колективними символами, патріотичними або релігійними цінностями [12, 13, 17]. У цьому контексті емоційна регуляція виконує адаптивну функцію, допомагаючи людині зменшити рівень тривоги та відновити почуття внутрішнього контролю.

Наступний важливий процес — соціальна взаємодія. Вона виступає каналом, через який переорієнтація цінностей набуває соціального змісту. Людина не лише інтеріоризує нові норми, а й оновлює власну систему смислів у спільному досвіді з іншими. Роберт Патнем описує це явище через поняття «соціального капіталу» — моральної енергії спільнот, що утримує суспільство від дезінтеграції. Саме у кризові періоди соціальні зв'язки стають не просто способом комунікації, а носіями нових цінностей [72]. Українські психологи зазначають, що участь у волонтерських ініціативах, групах підтримки, ритуалах єднання формує у людей почуття солідарності, співпереживання, жертвності. Через спільну діяльність цінності набувають емоційної сили, а колективна взаємодія стає простором для виникнення нової ідентичності.

Смислотворення й рефлексія становлять ще один, екзистенційно орієнтований механізм ціннісної трансформації. Віктор Франкл підкреслював, що коли людина не може змінити обставини, вона завжди здатна змінити ставлення до них, знаходячи смисл навіть у стражданні. Через процес рефлексії особистість визначає, що в її житті є справді суттєвим, а що другорядним, і тим самим здійснює «ціннісний вибір». Українські дослідження останніх років показують, що після переживання травматичних подій війни у людей зростає орієнтація на духовні, альтруїстичні та комунікативні цінності — служіння, взаємодопомогу, солідарність [1, 28]. Це

свідчить про те, що смислотворення є не лише індивідуальним, а й колективним процесом, який сприяє формуванню нової системи життєвих орієнтирів у межах соціуму.

Важливим доповненням до зазначених процесів виступає адаптивна компенсація. Теорія психологічної резильєнтності пояснює, що цінності слугують внутрішнім ресурсом стійкості [39]. Коли попередня система орієнтирів втрачає ефективність, особистість компенсує це, вибудовуючи нові смислові опори. Втрата контролю над зовнішніми подіями може стимулювати посилення духовних або моральних цінностей, що допомагають людині відновити почуття впливу на власне життя. Адаптивна компенсація, таким чином, перетворює кризу на потенціал зростання, сприяє розвитку внутрішньої гнучкості, емпатії та усвідомленості.

Узагальнюючи, можна сказати, що зміна ціннісної системи в умовах соціальної нестабільності не є руйнуванням особистості — навпаки, вона відображає її здатність до глибинної психологічної адаптації. Когнітивна переоцінка, емоційна регуляція, соціальна взаємодія, смислотворення й адаптивна компенсація утворюють взаємопов'язану систему механізмів, які забезпечують відновлення смислу, відчуття безпеки й внутрішньої цілісності. Саме завдяки цим процесам людина зберігає свою людяність навіть у найнестабільніші періоди історії [21, 23, 39, 47, 61, 63, 67].

Проблема зміни ціннісних орієнтацій у періоди соціальної нестабільності стала предметом численних теоретичних і емпіричних досліджень, у межах яких було розроблено кілька моделей, що пояснюють закономірності та динаміку цих процесів. Усі вони підкреслюють, що трансформація цінностей не є випадковим чи хаотичним явищем, а має внутрішню логіку, пов'язану з адаптивними можливостями психіки та соціальними умовами.

Однією з найвідоміших концепцій є модель стабільності–зміни, запропонована Шоломом Шварцем [76]. Її центральна ідея полягає в тому,

що базові цінності особистості мають відносну сталість, оскільки вони формуються на глибинному рівні особистісної структури, однак у кризових обставинах ця система здатна до тимчасової перебудови. У стабільному середовищі ціннісна система прагне гомеостазу, рівноваги, узгодженості між особистими переконаннями та соціальними нормами. Коли ж соціальні умови стають непередбачуваними, відбувається гнучка адаптація — посилюються ті цінності, які сприяють виживанню, соціальній підтримці, відчуттю безпеки. Емпіричні спостереження свідчать, що після завершення періоду нестабільності ціннісна структура частково повертається до попереднього стану, але вже з оновленим змістом: колишні орієнтири набувають нового смислового наповнення, стаючи більш зрілими та усвідомленими [86]. Така динаміка демонструє пластичність ціннісної системи, її здатність реагувати на виклики, не втрачаючи при цьому своєї внутрішньої цілісності.

Українська дослідниця Галина Чайка запропонувала кризову модель переорієнтації, у якій процес зміни цінностей розглядається як послідовність трьох взаємопов'язаних фаз. Перша — дезінтеграція — характеризується руйнуванням звичних смислових орієнтирів, втратою відчуття стабільності та внутрішньої впевненості. Друга — рефлексія — це етап осмислення, коли людина усвідомлює порожнечу, що утворилася після втрати колишніх переконань, і починає шукати нові джерела сенсу. Третя фаза — реінтеграція, у ході якої формується оновлена ціннісна система, побудована на нових, більш глибоких смислових засадах. Цей процес часто супроводжується психологічними труднощами, але водночас стає передумовою особистісного зростання. У результаті людина не просто пристосовується до реальності — вона змінює своє ставлення до неї, відкриваючи нові горизонти внутрішнього розвитку [28, 29].

Інший підхід до пояснення цього явища пропонує модель соціальної інтерналізації, розроблена Рональдом Інглгартом [57]. Згідно з нею, зміна

суспільних і особистісних цінностей відбувається переважно еволюційним шляхом, через поступову передачу норм і переконань між поколіннями. Проте в умовах глибоких криз, воєн або катастроф цей процес різко прискорюється. Те, що зазвичай формувалося десятиліттями, може змінитися протягом кількох місяців. Під тиском нових соціальних обставин люди починають інтеріоризувати норми поведінки, які відповідають умовам виживання, згуртованості та взаємопідтримки. Згодом ці норми переходять у розряд особистісних цінностей, стаючи складовою внутрішньої мотиваційної системи. Таким чином, модель Інглгарта демонструє, що глибокі соціальні потрясіння здатні радикально змінювати не лише поведінку, а й саму структуру ціннісного світу суспільства.

Погляд на цінності як на смислову структуру, що постійно відновлюється в процесі життєвих випробувань, реалізовано у моделі смислової реконструкції, яку започаткував Віктор Франкл і продовжив у своїх психологічних розробках Анатолій Фурман [47, 48, 50]. Відповідно до цієї моделі, людина, стикаючись із кризою, не просто змінює набір своїх цінностей, а здійснює їх глибинне переосмислення. Сенс, який вона надає подіям, стає інструментом внутрішнього відновлення, способом повернення до психологічної рівноваги. Через процес смислотворення цінності набувають нової якості: вони перестають бути декларативними і стають пережитими, екзистенційно значущими. Саме духовність, емпатія, любов і надія виступають основою для такої реконструкції, відкриваючи шлях до внутрішньої свободи навіть у найжорсткіших умовах.

Загалом розглянуті моделі — від когнітивно-адаптивної до екзистенційно-смислової — демонструють різні рівні та аспекти трансформації цінностей. Вони показують, що процес зміни ціннісної системи в умовах соціальної нестабільності має як індивідуально-психологічні, так і соціокультурні виміри. З одного боку, людина проходить шлях від руйнування старих смислів до віднайдення нових; з іншого —

суспільство створює простір, у якому ці нові смисли набувають колективного значення. У підсумку, криза стає не лише випробуванням, а й джерелом оновлення — моментом, коли людство переглядає свої моральні основи, відновлює почуття взаємної відповідальності та формує нову систему цінностей, здатну підтримувати розвиток навіть у найскладніші історичні періоди.

Динаміка ціннісних змін у періоди соціальної нестабільності ніколи не є однорідною. Вона залежить від комплексу індивідуально-психологічних і соціокультурних чинників, які визначають, наскільки глибокими будуть трансформації й у якому напрямі вони відбуватимуться.

Передусім суттєве значення має вік і життєвий досвід. Старші люди зазвичай виявляють більшу ціннісну стабільність, оскільки їхня система переконань ґрунтується на усталених соціальних нормах і перевірених часом орієнтирах. Молодше покоління, навпаки, демонструє вищу гнучкість, відкритість до змін та готовність до переосмислення звичних смислів. Це пов'язано з меншим ступенем соціальної фіксації та більшою адаптивністю до нових умов.

Не менш важливим чинником є рівень особистісної рефлексії. Люди, схильні до самостереження, осмислення власних переживань і життєвих подій, здатні швидше інтегрувати новий досвід у систему своїх цінностей. Рефлексія виступає своєрідним «мостом» між дезінтеграцією старих смислів і формуванням нових, допомагаючи людині уникнути внутрішнього хаосу. Саме вона забезпечує перетворення кризи на можливість розвитку, сприяючи особистісній зрілості й зростанню психологічної стійкості.

Велике значення має також соціальна підтримка. У періоди колективних потрясінь — війни, економічної нестабільності, втрати соціальних зв'язків — групова взаємодія допомагає зберегти відчуття смислу та структурує ціннісне поле особистості. Підтримка з боку родини, друзів, спільнот або професійних груп знижує рівень дезорганізації, формує відчуття

приналежності й психологічної безпеки. Як показують дослідження, саме соціальні зв'язки дозволяють утримати баланс між особистісною автономією та колективною інтеграцією, зберігаючи внутрішню цілісність у ситуації змін [69].

Ще одним детермінантом виступає інтенсивність кризового досвіду. Чим сильніший і триваліший стрес переживає людина, тим глибшими виявляються ціннісні зрушення. Гострі травматичні події — війна, втрата близьких, вимушене переселення — стають каталізаторами переоцінки смислів, змушуючи людину шукати нову систему координат, яка відповідатиме зміненій реальності. При цьому можливі як деструктивні наслідки (ціннісна втрата, апатія, цинізм), так і конструктивні — зростання емпатії, альтруїзму, духовності.

У цьому контексті соціальна нестабільність може розглядатися не лише як загроза, а як тригер розвитку. Вона змушує людину здійснити переоцінку власних переконань, розмежувати глибинні й поверхневі цінності, знайти нову внутрішню опору. Кризові обставини спонукають не лише пристосовуватися, а й відновлювати смислову ієрархію, у якій центральне місце посідають базові екзистенційні цінності — життя, любов, гідність, надія. Таким чином, динаміка ціннісних змін є не просто реакцією на зовнішні події, а свідченням здатності особистості до глибокого самовідновлення й духовного зростання.

Зміна цінностей у кризовий період — це не лише реакція на зовнішні виклики, а глибинний механізм внутрішнього самовідновлення. У таких обставинах людина не просто пристосовується до нової реальності, а намагається зберегти внутрішню цілісність, віднайти сенс і опору в ситуації, яка руйнує звичні орієнтири. Саме тому процес трансформації цінностей у кризовий час набуває не лише адаптивного, а й терапевтичного значення.

Як зазначає Сігон Баррон, цінності виступають своєрідними внутрішніми стабілізаторами психіки, які дозволяють людині підтримувати

відчуття контролю над власним життям навіть тоді, коли зовнішній світ втрачає передбачуваність [36]. Через систему цінностей особистість створює внутрішній порядок — структурує хаос досвіду, визначає межі можливого і формує нові сенси. У такий спосіб цінності не лише відображають соціальні зміни, але й допомагають людині залишатися суб'єктом власного життя, а не пасивним свідком подій.

Кризові ситуації — війна, економічна невизначеність, соціальні потрясіння — завжди виступають потужним каталізатором глибинних змін у ціннісній системі як окремої особистості, так і суспільства загалом. У такі періоди актуалізуються ті цінності, що безпосередньо пов'язані з виживанням, турботою, підтримкою й взаємодопомогою. Людина інтуїтивно переорієнтовується з індивідуалістичних цілей на спільнотні, адже саме через соціальні зв'язки й почуття належності до інших відновлюється базове відчуття безпеки та сенсу.

У суспільствах, що переживають тривалу нестабільність, відбувається переформатування ціннісного простору: у центр виходять орієнтири, пов'язані з людяністю, гідністю, любов'ю, довірою, солідарністю та духовністю. Ці цінності виконують подвійну функцію — вони є як емоційними якорями, що знижують рівень тривоги, так і смисловими опорами, які відновлюють внутрішню впорядкованість буття. Через них людина знову знаходить опору в собі та в інших, формуючи новий моральний лад, що допомагає витримати колективне напруження [66, 68].

Солідарність і гідність у таких умовах стають не просто соціальними чи етичними категоріями, а психологічними механізмами стабілізації. Вони дозволяють відчувати власну значущість і водночас приналежність до спільноти, у якій взаємна підтримка стає умовою виживання. Любов і духовність, у свою чергу, повертають людині глибинне переживання сенсу, допомагаючи інтегрувати втрати та прийняти неминучі зміни.

Таким чином, у кризовий час саме гуманістичні та трансцендентні цінності набувають провідного значення. Вони стають емоційно-смісловими центрами, навколо яких відновлюється психологічна рівновага особистості, а також моральна й соціальна єдність суспільства. У цій трансформації проявляється не лише здатність до виживання, але й глибока духовна сила людини — її вміння зберігати людяність навіть у найтемніші часи.

Українські дослідники відзначають, що здатність особистості перебудувати власну систему цінностей у складних обставинах є ключовим чинником психологічної резильєнтності. Люди, які відкриті до переосмислення, швидше відновлюють відчуття смислу життя, виявляють більшу емоційну стабільність і схильність до конструктивних дій. Така пластичність свідомості дозволяє не лише пережити кризу, а й вийти з неї внутрішньо оновленим — із чіткішими пріоритетами, вищим рівнем саморефлексії та глибшим розумінням власних життєвих цілей.

Таким чином, переоцінка цінностей у періоди соціальних криз не є знаком слабкості або розгубленості — навпаки, це прояв психологічної зрілості та адаптивної сили. Завдяки ціннісній гнучкості особистість зберігає стійкість до стресу, а суспільство — здатність до відновлення і розвитку навіть у найскладніших історичних умовах.

Отже, зміна цінностей в умовах соціальної нестабільності є закономірним і багатовимірним процесом. Вона відбувається через низку психологічних механізмів — когнітивну переоцінку, емоційну регуляцію, соціальну взаємодію, смислотворення й адаптивну компенсацію — та реалізується відповідно до певних моделей.

### **Висновок до 1 розділа**

Зміна цінностей не свідчить про деградацію чи втрату моральних орієнтирів; навпаки, вона є проявом психологічної пластичності, здатності

особистості інтегрувати новий досвід і зберегти внутрішню цілісність у мінливому світі.

Проведене теоретичне дослідження дозволяє узагальнити, що ціннісна сфера особистості є складним, багаторівневим утворенням, у якому інтегруються когнітивні, емоційні та поведінкові аспекти людської активності. Вона виконує ключову функцію у забезпеченні цілісності особистості, визначаючи смислові орієнтири, пріоритети та життєву стратегію людини. Цінності становлять ядро внутрішнього світу, що підтримує стабільність і водночас забезпечує гнучкість у ситуаціях змін і викликів.

У сучасному соціальному контексті, позначеному війною, економічною кризою, політичною нестійкістю та інформаційними перевантаженнями, ціннісна система особистості зазнає глибокої динамічної трансформації. Соціальна нестабільність виступає своєрідним каталізатором переоцінки життєвих орієнтирів, активізуючи процеси внутрішнього пошуку, самопізнання й смислотворення. Під її впливом знижується значущість зовнішніх, матеріалістичних цінностей, натомість зростає роль духовних, етичних та комунікативних орієнтацій.

Зміна ціннісних установок не є хаотичною або випадковою. Вона відбувається через дію певних психологічних механізмів, серед яких провідну роль відіграють когнітивна переоцінка, емоційна саморегуляція, соціальна взаємодія та пошук нових смислів. Ці процеси спрямовані на підтримку психологічної рівноваги й адаптацію до нових умов існування. Саме тому трансформація цінностей у кризові періоди може розглядатися не як руйнівний, а як конструктивний процес, що відкриває можливості для розвитку особистісної зрілості та внутрішнього зростання.

В умовах соціальної нестабільності особистість виявляє схильність до актуалізації гуманістичних, колективістичних і альтруїстичних орієнтацій. Цінності взаємодопомоги, гідності, свободи та солідарності стають не лише

моральним орієнтиром, а й ресурсом психологічної стійкості. Саме через них людина здатна відновлювати внутрішній баланс, зберігати сенс буття та відчуття власної значущості навіть у періоди глибоких соціальних потрясінь.

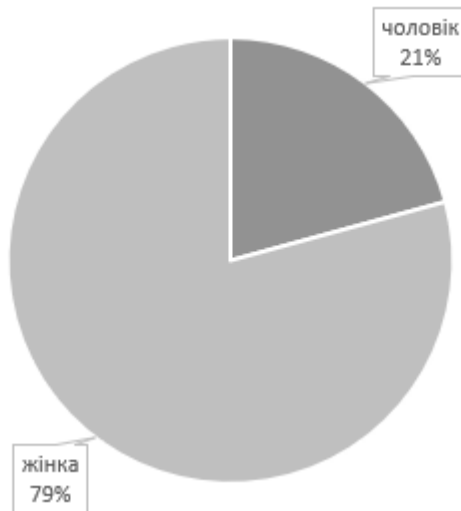
Підсумовуючи, можна стверджувати, що ціннісна сфера особистості є динамічною системою, чутливою до соціальних змін, але водночас здатною до саморегуляції й оновлення. Її трансформація в умовах нестабільності є закономірним проявом адаптивної функції психіки, спрямованої на збереження цілісності особистості та забезпечення її подальшого розвитку. Відтак, цінності виступають не лише відображенням суспільних процесів, а й внутрішнім механізмом подолання кризи, що дозволяє людині залишатися носієм смислу, гідності та духовної стійкості у мінливому світі.

## РОЗДІЛ 2. ОРГАНІЗАЦІЯ ТА МЕТОДИ ДОСЛІДЖЕННЯ

### 2.1. Соціально-демографічна характеристика виборці

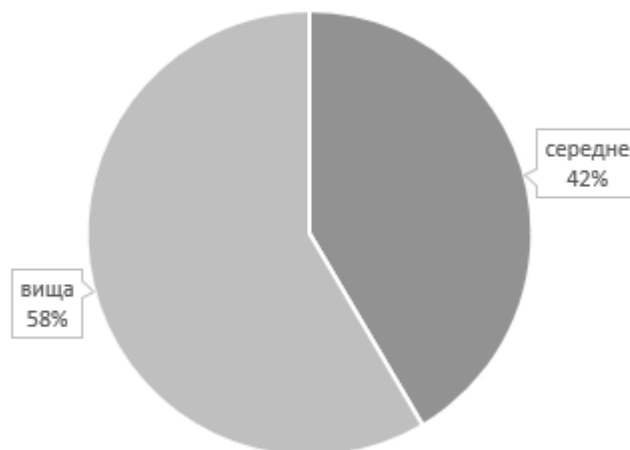
Дослідження ціннісної сфери особистості в умовах соціальної нестабільності набуває особливої актуальності в сучасному українському суспільстві. Тривала війна, високий рівень невизначеності, загрози безпеці, зміни життєвих ролей та вимушена адаптація до нових реалій формують складний соціально-психологічний контекст, у якому відбувається трансформація ціннісних орієнтацій. Цінності у таких умовах виконують регулятивну функцію, підтримують цілісність «Я», спрямовують поведінку та допомагають людині зберігати внутрішню стабільність попри зовнішній хаос. Саме тому вивчення змісту та структури ціннісних орієнтацій, а також пов'язаних з ними показників самооцінки, рівня домагань і психоемоційного стану є важливим для розуміння адаптаційних механізмів особистості.

Емпіричне дослідження було організоване у форматі анонімного онлайн-опитування з використанням Google-форми, що забезпечило доступність, конфіденційність та можливість охопити респондентів із різних регіонів України. У вибірку увійшли українські громадяни, які проживають у реаліях повномасштабної війни, що безпосередньо визначає умови соціальної нестабільності вибірки. Такий контекст формує важливе тло для інтерпретації отриманих результатів, оскільки психологічні показники, ціннісні орієнтації та рівень самопочуття респондентів неминуче відображають досвід постійних загроз, переривань життєвих планів, необхідність швидкої адаптації та підвищеної емоційної напруги. Це дозволяє розглядати отримані дані як репрезентативні для дослідження ціннісної сфери особистості саме в умовах соціальної нестабільності.



**Рисунок 2.1. Розподіл респондентів по статі**

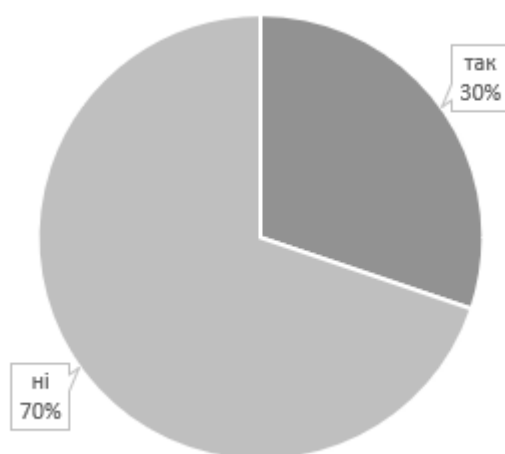
Аналіз гендерного складу вибірки (рис. 2.1) показав суттєву нерівномірність розподілу за цією ознакою. Із 53 респондентів, які надали валідні відповіді, 11 осіб (20,8%) ідентифікували себе як чоловіки, тоді як 42 особи (79,2%) — як жінки. Така структура є характерною для психологічних онлайн-опитувань у воєнний час, де жінки частіше беруть участь у дослідженнях, однак у межах цієї роботи інтерпретується виключно як фактичний дисбаланс статі у вибірці.



**Рисунок 2.2. Розподіл респондентів за рівнем освіти**

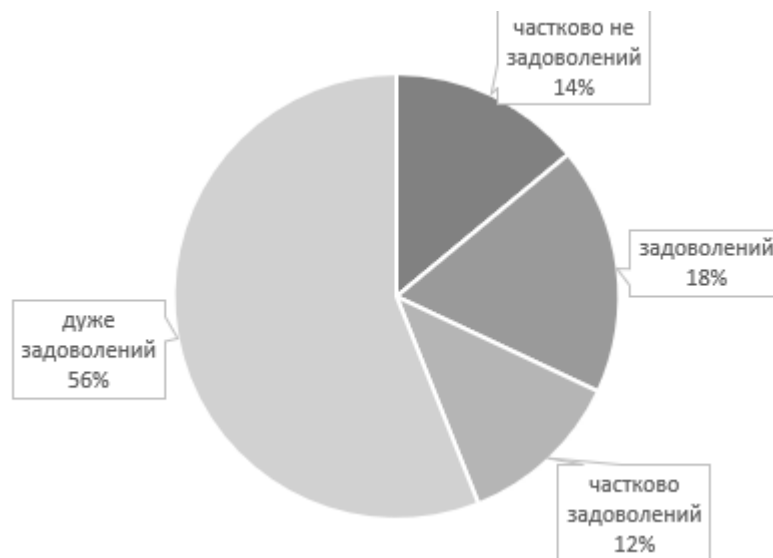
Розподіл вибірки за рівнем освіти (рис. 2.2) демонструє помірну перевагу осіб із вищою освітою. Із 53 валідних відповідей 22 респонденти

(41,5%) зазначили, що мають середню освіту, тоді як 31 учасник (58,5%) повідомив про наявність вищої освіти. Такий розподіл свідчить про наявність у вибірці осіб із різним рівнем освітніх можливостей та різними досвідами соціалізації, що може впливати на структуру ціннісних орієнтацій та способи реагування на умови соціальної нестабільності.



**Рисунок 2.3. Розподіл респондентів за фактом виїзду з окупованих / неокупованих територій**

Аналіз показників, що стосуються факту вимушеного виїзду з окупованих або неокупованих територій (рис. 2.3), демонструє, що більшість респондентів залишалися у своїх населених пунктах. Із 53 валідних відповідей лише 16 осіб (30,2%) зазначили, що виїхали, тоді як 37 респондентів (69,8%) повідомили, що не змінювали місця проживання у контексті окупації. Такий розподіл відображає неоднорідність пережитого досвіду війни: частина учасників зазнала вимушеної міграції, тоді як більшість продовжувала жити у власних містах чи селах, навіть попри ризики. Це створює важливе тло для подальшого аналізу психологічного стану, ціннісних орієнтацій і копинг-стратегій, адже різні траєкторії воєнного досвіду можуть по-різному впливати на структуру ціннісної сфери.



**Рисунок 2.4. Структура відповідей щодо задоволеності роботою**

Розподіл відповідей щодо задоволеності поточною роботою (рис. 2.4) демонструє переважання позитивних оцінок серед респондентів. Із 53 валідних відповідей найбільшу частку становлять учасники, які обрали варіант «дуже задоволений» — 28 осіб (52,8%), що вказує на домінування високої суб'єктивної оцінки професійної ситуації. Додатково 9 респондентів (17,0%) позначили себе як «задоволені», а 6 осіб (11,3%) — як «частково задоволені». Сукупно ці три категорії складають 81,1% вибірки, що свідчить про загальну тенденцію до позитивного сприйняття своєї роботи. Водночас у вибірці присутні й менш задоволені учасники: 7 респондентів (13,2%) повідомили про «часткову незадоволеність», а 3 особи (5,7%) — про повну незадоволеність роботою. Хоча ці групи значно менші за чисельністю, вони відображають певну полярність досвіду та підкреслюють різноманітність ставлень до професійної сфери в умовах соціальної нестабільності.

Узагальнюючи результати описового аналізу вибірки, можна зазначити, що дослідження охопило 53 респондентів, які відрізняються за статтю, рівнем освіти, міграційним досвідом та ступенем задоволеності поточною роботою. Гендерний склад є суттєво нерівномірним: переважна більшість учасників — жінки (79,2%), що формує відповідний контекст для інтерпретації подальших результатів. Структура за освітою демонструє

помірну перевагу осіб із вищою освітою (58,5%), тоді як 41,5% мають середній рівень освіти. Майже третина вибірки (30,2%) має досвід виїзду з окупованих або небезпечних територій, тоді як більшість (69,8%) залишалися у своїх населених пунктах, що вказує на різноманітність воєнного досвіду респондентів.

Оцінка задоволеності професійною діяльністю свідчить про переважання позитивних оцінок: сумарно понад 80% учасників задоволені або дуже задоволені своєю роботою, що може відображати роль професійної зайнятості як стабілізуючого чинника в умовах соціальної нестабільності. Водночас присутність груп із частковою або повною незадоволеністю роботою підкреслює варіативність переживань та індивідуальних умов життєдіяльності.

Таким чином, вибірка характеризується достатньою внутрішньою різноманітністю, що дозволяє аналізувати ціннісну сферу особистості в контексті соціальної нестабільності.

## **2.2. Методи дослідження**

Для комплексного вивчення ціннісної сфери особистості в умовах соціальної нестабільності було використано три психодіагностичні методики, що доповнюють одна одну та дозволяють дослідити різні рівні психологічної регуляції. Опитувальник ціннісних орієнтацій М. Рокича дає змогу визначити структуру та ієрархію особистісних цінностей, які виконують провідну мотиваційну та світоглядну функцію. Методика Дембо–Рубінштейн застосована для оцінки самооцінки та рівня домагань — ключових параметрів самоставлення, що суттєво впливають на стійкість особистості в умовах невизначеності. Шкала САН (самопочуття, активність, настрої) використана з метою оцінки актуального психоемоційного стану респондентів, що дозволяє зіставити структурні характеристики цінностей із поточним рівнем суб'єктивного благополуччя. Сукупне застосування цих

інструментів забезпечує багатовимірний аналіз особистісної регуляції в умовах соціальної турбулентності.

У цьому дослідженні використано адаптований варіант методики М. Рокича, який є поширеним в українській практиці та дозволяє проаналізувати цінності не лише як абстрактні життєві орієнтири, а як реально присутні компоненти повсякденного досвіду особистості. На відміну від класичного підходу, де респондент здійснює ранжування термінальних та інструментальних цінностей, модифікована версія передбачає три окремі оцінки для кожної цінності:

- значущість — наскільки важливою є цінність як життєва мета;
- реалізованість — наскільки ця цінність присутня або реалізується в житті респондента;
- розбіжність (розрив) між ідеальною значущістю та фактичною реалізованістю.

Такий формат дозволяє поєднати мотиваційний рівень (цінність як ціль), поведінковий рівень (цінність як досвід) та регуляторний рівень (напрямок і сила внутрішньої напруги, пов'язаної з нереалізованістю важливого). Респондент оцінює кожну цінність за шкалою, що забезпечує кількісні показники для подальшого статистичного аналізу. Чим вищий показник значущості, тим більшою мірою цінність визначає особистісні пріоритети. Показник реалізованості демонструє інтеграцію цінності у реальну поведінку та щоденні рішення. Різниця між цими двома значеннями виступає індикатором особистісного напруження, потенційної внутрішньої конфліктності або мотиваційного дефіциту.

У контексті соціальної нестабільності, пов'язаної з воєнними діями в Україні, модифікована методика Рокича має особливу діагностичну цінність. Зовнішні загрози, порушення життєвих планів і постійна невизначеність можуть сприяти зміщенню акцентів у системі цінностей: одні з них підсилюють свою значущість, інші стають менш досяжними, а розрив між

бажаним і реальним може зростати. Саме тому поєднання оцінки важливості та оцінки реалізованості дозволяє виявити, які цінності виступають психологічними ресурсами, а які — зонами напруження, фрустрації або незадоволених життєвих потреб.

Використання цієї модифікації у дослідженні забезпечує можливість комплексного аналізу ціннісної сфери: від структури особистісних пріоритетів — до розуміння того, наскільки ці пріоритети підтримують або ускладнюють адаптацію в умовах соціальної турбулентності. Таке трактування дозволяє інтегрувати отримані дані з результатами інших методик (Дембо–Рубінштейн, САН) та формувати цілісну картину психологічної саморегуляції респондентів.

Також застосовано модифікацію методики Дембо–Рубінштейн, запропоновану А. М. Прихожан, яка вважається однією з найбільш чутливих і валідних для оцінювання особливостей самоствавлення, самооцінки та рівня домагань. Теоретично методика ґрунтується на положенні про те, що особистість формує уявлення про себе через співвіднесення актуального та бажаного рівнів розвитку власних якостей. Саме співвідношення цих точок відображає рівень самоприйняття, внутрішню напруженість, адекватність очікувань і здатність будувати реалістичні цілі.

У модифікації А. М. Прихожан кожна якість подається у вигляді вертикальної 100-міліметрової лінії, нижня точка якої означає мінімальний розвиток якості, а верхня — її максимально можливе вираження. Респондент позначає на кожній шкалі два показники: реальний рівень розвитку якості (позначка «←»), бажаний рівень, або рівень домагань (позначка «х»), тобто той рівень, при якому людина була б задоволена собою або відчувала б гордість.

Таке подвійне маркування дозволяє отримати три кількісні параметри: самооцінку — відстань від «0» до позначки реального стану; рівень домагань

— відстань від «0» до позначки бажаного стану; розбіжність між ними — різницю між двома показниками (позитивну або негативну).

Розрив між реальним і бажаним рівнями відображає ступінь внутрішньої напруженості, силу мотиваційного дефіциту або, навпаки, тенденцію до занижених домагань. У деяких випадках рівень домагань може бути нижчим за самооцінку, що інтерпретується як негативний розрив, характерний для захисних стратегій або відмови від актуалізації потенціалу.

Особливістю модифікації Прихожан є чітка кількісна інтерпретація результатів: показники конвертуються у бали відповідно до довжини шкали (1 мм = 1 бал). Надалі визначаються середні значення за шістьма основними шкалами (усі, окрім «здоров'я», яка вважається тренувальною). Для рівня домагань оптимальним вважається діапазон 60–89 балів, що свідчить про реалістичні очікування і конструктивну спрямованість особистості. Показники 90–100 балів свідчать про завищені, нереалістичні домагання, тоді як менше 60 балів — про знижений рівень домагань, що може сигналізувати про невпевненість або емоційне неблагополуччя.

Самооцінка має аналогічну структуру інтерпретації. Показники 45–74 балів розглядаються як адекватна самооцінка, 75 балів і вище — як завищена, а менше 45 балів — як занижена. Таким чином, методика дає змогу оцінити не лише зміст самоствавлення, а й ступінь його гармонійності чи дезорганізації.

Використання модифікації Прихожан у дослідженні ціннісної сфери особистості під час соціальної нестабільності є особливо релевантним, оскільки війна, невизначеність та постійні зовнішні загрози можуть суттєво впливати на узгодженість образу «Я», реалістичність домагань та рівень самозадоволення. Отримані результати дозволяють глибше зрозуміти внутрішню структуру самоствавлення респондентів і співвіднести її з їхніми ціннісними орієнтаціями та емоційним станом.

Методика САН є одним із найбільш поширених інструментів експрес-оцінки актуального психоемоційного стану особистості. Вона ґрунтується на уявленні про те, що базові параметри суб'єктивного благополуччя — самопочуття, активність та настрої — відображають поточний рівень функціонування нервової системи, психофізіологічні ресурси та емоційно-вольовий тонус. На відміну від більш стабільних особистісних характеристик, показники САН є динамічними та чутливими до впливу зовнішніх обставин, що робить методику особливо цінною в дослідженнях, пов'язаних із соціальною нестабільністю та стресовими умовами.

Інструмент містить три шкали, кожна з яких відображає певний аспект функціонування.

Самопочуття оцінює загальний стан організму, включно з відчуттям втоми, фізичного тону та суб'єктивного комфорту.

Активність відображає рівень життєвої енергії, працездатність, здатність до ініціативності.

Настрої характеризує емоційне тло — від позитивно-підйомного до пригніченого.

Респондент оцінює кожну характеристику за шкалою, що дозволяє отримати кількісні показники, придатні для подальшого статистичного аналізу. Важливо, що САН не фіксує глибинних психологічних змістів, а натомість дає «миттєвий знімок» психоемоційного стану, який може змінюватися навіть протягом однієї доби.

Застосування методики САН у цьому дослідженні є обґрунтованим, оскільки воєнний контекст та пов'язані з ним фактори — тривожність, виснаження, порушення звичного ритму життя, переривання планів — безпосередньо впливають на суб'єктивне відчуття благополуччя. Отримані за допомогою САН дані дозволяють зіставити структуру ціннісних орієнтацій та рівень самооцінки з актуальним психофізіологічним станом респондентів,

що створює комплексний погляд на особистісну регуляцію в умовах соціальної нестабільності.

Таким чином, обраний діагностичний інструментарій забезпечує комплексне охоплення ключових аспектів, що визначають психологічне функціонування особистості в умовах соціальної нестабільності. Модифікована методика М. Рокича дозволяє дослідити як значущість життєвих цінностей, так і ступінь їхньої реалізованості та мотиваційний розрив між бажаним і фактичним, що є чутливим показником адаптаційних процесів у період зовнішніх загроз. Модифікація методики Дембо–Рубінштейн у виконанні А. М. Прихожан надає можливість кількісно оцінити структуру самооцінки й рівня домагань та виявити внутрішню узгодженість або напруженість образу «Я». Методика САН доповнює ці результати показниками актуального психоемоційного стану, який є особливо мінливим у кризових соціальних умовах. Сукупне застосування трьох методик дозволяє отримати багатовимірну картину ціннісної сфери, самоствавлення та емоційної регуляції респондентів, створюючи підґрунтя для поглибленого емпіричного аналізу в наступному розділі.

## **Висновки до 2 розділу**

У другому розділі було представлено логіку, умови та інструментарій емпіричного дослідження, спрямованого на вивчення ціннісної сфери особистості в умовах соціальної нестабільності. Отримані характеристики вибірки дозволили окреслити соціально-демографічний контекст, у якому формуються ціннісні орієнтації та психологічні особливості респондентів. Вибірка відзначається неоднорідністю за статтю, рівнем освіти, міграційним досвідом і задоволеністю професійною діяльністю, що створює достатню варіативність для порівняльного аналізу й поглиблених інтерпретацій.

Опис застосованих методик засвідчив їх комплексний та взаємодоповнювальний характер. Модифікована методика М. Рокича надала

можливість дослідити значущість життєвих цінностей, ступінь їх реалізованості та інтенсивність мотиваційного розриву, що є критично важливим для розуміння адаптаційних процесів у період війни та соціальної невизначеності. Модифікація методики Дембо–Рубінштейн у виконанні А. М. Прихожан дала змогу оцінити структуру самооцінки та рівня домагань, зокрема їх адекватність і внутрішню узгодженість, які безпосередньо впливають на особистісну стійкість. Методика САН доповнила аналіз показниками актуального психоемоційного стану, чутливими до зовнішніх стресорів і умов тривалої соціальної нестабільності.

Таким чином, організація дослідження та обраний психодіагностичний інструментарій формують цілісну методологічну основу для подальшого аналізу емпіричних даних у розділі 3. Представлені умови дослідження та опис методик забезпечують валідність отриманих результатів і дозволяють комплексно вивчати взаємозв'язки між ціннісною сферою, самостваленням та емоційним станом особистості в умовах війни, що є ключовим для досягнення мети роботи.

## РОЗДІЛ 3. РЕЗУЛЬТАТИ ЕМПІРИЧНОГО ДОСЛІДЖЕННЯ

### 3.1. Описова характеристика ціннісної сфери

У цьому підрозділі подано описову характеристику результатів, отриманих за модифікованою методикою М. Рокича, яка дозволяє проаналізувати ціннісну сферу респондентів у трьох взаємопов'язаних вимірах: значущість цінності, ступінь її реалізованості у житті та розрив між бажаним і фактичним рівнем реалізації. Такий підхід забезпечує багатовимірне бачення функціонування ціннісної системи в умовах соціальної нестабільності, оскільки дозволяє оцінити не лише задекларовані пріоритети, а й їхній реальний зв'язок із повсякденною поведінкою та переживаннями респондентів.

*Таблиця 3.1*

#### Описова характеристика цінності «Активне життя» у вибірці

	Мінімум	Максимум	Середнє	Средньоквадратичне відхилення
значущість	0	8	3,30	1,937
реалізованість	1	9	6,32	1,998
розбіжність	-8	2	-3,02	2,484

Оцінювання цінності «Активне життя» (табл. 3.1) продемонструвало чітку різницю між її значущістю як бажаною життєвою метою та фактичною реалізованістю у повсякденності респондентів. Показник значущості має середнє значення 3,30 за можливого діапазону 0–8 балів, що вказує на помірний рівень важливості цієї цінності для учасників дослідження. Стандартне відхилення 1,937 свідчить про достатню варіативність оцінок, тобто респонденти по-різному визначають важливість активного, насиченого подіями життя.

На відміну від значущості, рівень реалізованості цієї цінності виявився суттєво вищим: середнє значення становить 6,32, а діапазон відповідей — від 1 до 9 балів. Це свідчить про те, що більшість респондентів відчують

власне життя як досить активне та насичене діяльністю, навіть попри соціальну нестабільність, пов'язану з умовами війни. Високе стандартне відхилення (1,998) вказує на нерівномірність цього досвіду: для частини опитаних активність є значною життєвою характеристикою, тоді як для інших — менш вираженою.

Розбіжність між значущістю та реалізованістю має негативне середнє значення  $-3,02$ . Негативний показник розриву означає, що фактичний рівень активності переважає над бажаним: респонденти живуть активніше, ніж вважають за комфортне або необхідне. Значне стандартне відхилення (2,484) свідчить про виражену індивідуальну різницю: для одних така розбіжність може означати перевантаженість або надмірний темп життя, тоді як інші майже не відчують дисбалансу між бажаною та реальною активністю.

У межах описової статистики ці результати відображають загальну тенденцію: активність є скоріше реалізованою характеристикою життя респондентів, ніж задекларованою життєвою ціллю, а переважання фактичної активності над бажаною може бути проявом контексту соціальної нестабільності, коли зовнішні умови задають високий темп та необхідність постійної адаптації.

*Таблиця 3.2*

**Описова характеристика цінності «Здоров'я» у вибірці**

	Мінімум	Максимум	Середнє	Среднеквадратичне відхилення
значущість	1	11	8,58	2,553
реалізованість	0	11	4,96	3,038
розбіжність	-5	11	3,62	3,784

Аналіз показників за цінністю «Здоров'я» (табл. 3.2) демонструє виражений пріоритет цієї життєвої цінності у структурі особистісних орієнтацій респондентів. Показник значущості має високе середнє значення 8,58 при можливому діапазоні 1–11 балів. Це свідчить про те, що здоров'я вважається однією з найбільш важливих життєвих цінностей у вибірці.

Стандартне відхилення 2,553 вказує на індивідуальні відмінності у силі цього пріоритету, але загальна тенденція залишається стабільно вираженою.

Показник реалізованості є помітно нижчим: середнє значення становить 4,96, при варіації від 0 до 11 балів. Це означає, що значущість здоров'я як життєвої цінності значно переважає відчуття його фактичної реалізованості у житті респондентів. Високе стандартне відхилення (3,038) свідчить про значну розбіжність індивідуальних оцінок: частина учасників вважає, що їхній стан здоров'я відповідає бажаному рівню, тоді як інші оцінюють свій поточний стан суттєво нижче.

Показник розриву має середнє значення 3,62, при діапазоні від –5 до 11 балів. Додатний розрив означає, що для більшості респондентів бажаний рівень здоров'я значно перевищує фактичний. Стандартне відхилення 3,784 відображає виражений діапазон індивідуальних переживань: від суб'єктивного відчуття повної задоволеності станом здоров'я (негативний або близький до нуля розрив) — до глибокого відчуття незадоволеності й потреби у його суттєвому покращенні.

Таким чином, цінність «Здоров'я» займає одне з провідних місць у системі життєвих орієнтацій респондентів, але її висока важливість поєднується із недостатнім рівнем реалізованості та значним мотиваційним розривом. Це може вказувати на зростання ролі здоров'я як ресурсу виживання й адаптації у контексті війни та соціальної нестабільності, коли ризику, стрес і невизначеність впливають як на фізичний стан, так і на суб'єктивне відчуття благополуччя.

**Таблиця 3.3**

**Описова характеристика цінності «Цікава робота» у вибірці**

	Мінімум	Максимум	Середнє	Среднеквадратичне відхилення
значущість	0	10	5,43	2,099
реалізованість	2	10	6,64	2,149
розбіжність	-9	7	-1,21	2,748

Результати оцінювання цінності «Цікава робота» (табл. 3.3) демонструють збалансовану, але неоднорідну структуру її значущості та реалізованості серед респондентів. Показник значущості має середнє значення 5,43, при діапазоні 0–10 балів. Це свідчить про помірну важливість цікавої, змістовної професійної діяльності для учасників дослідження. Стандартне відхилення 2,099 відображає достатню варіативність індивідуальних пріоритетів: частина респондентів надає високої ваги змістовності роботи, тоді як для інших цей фактор має менш виражене значення.

Показник реалізованості є дещо вищим за значущість і становить 6,64. Діапазон відповідей (від 2 до 10 балів) свідчить, що більшість респондентів оцінюють свою роботу як достатньо цікаву та змістовну. Стандартне відхилення 2,149 вказує на помітну індивідуальну різноманітність у сприйнятті професійної діяльності: для одних їх робота є джерелом інтересу й розвитку, тоді як для інших — меншою мірою відповідає їхнім очікуванням.

Показник розриву має негативне середнє значення  $-1,21$ , при розкиді від  $-9$  до  $7$  балів. Негативний розрив у середньому означає, що фактичний рівень цікавості роботи дещо перевищує заявлений рівень її значущості як життєвої цінності. Це може відображати ситуацію, коли умови професійної діяльності виявилися кращими або більш відповідними інтересам, ніж респонденти очікували. Високе стандартне відхилення 2,748 свідчить про те, що величина розриву суттєво варіює: для частини респондентів робота є більш цікавою, ніж вони вважають необхідним, тоді як інші відчують недостатню відповідність між цінністю та її реалізацією.

Таким чином, «Цікава робота» є помірно значущою цінністю, яка в середньому достатньо реалізована у житті респондентів. Негативний середній розрив може свідчити про певну задоволеність змістовністю

діяльності, хоча індивідуальні коливання залишаються значними, що відображає різні професійні траєкторії в умовах соціальної нестабільності.

**Таблиця 3.4**

**Описова характеристика цінності «Переживання прекрасного» у вибірці**

	Мінімум	Максимум	Середнє	Среднеквадратичне відхилення
значущість	0	5	1,57	1,421
реалізованість	0	11	4,98	3,290
розбіжність	-11	3	-3,42	3,461

Результати оцінювання цінності «Переживання прекрасного» (табл. 3.4) свідчать про її невисоку значущість у системі життєвих пріоритетів респондентів. Показник значущості має низьке середнє значення 1,57 при діапазоні 0–5 балів. Це вказує на те, що естетичні переживання, контакт із прекрасним та емоційно-естетичне збагачення не займають провідного місця у ціннісній структурі учасників дослідження. Стандартне відхилення 1,421 свідчить про індивідуальні відмінності, але загальна тенденція до низької пріоритетності залишається помітною.

Показник реалізованості має середнє значення 4,98, а діапазон варіює від 0 до 11 балів. Це означає, що респонденти частіше переживають емоційні або естетичні враження у повсякденному житті, ніж надають їм значення на рівні декларативних життєвих цілей. Високе стандартне відхилення 3,290 вказує на значну гетерогенність досвіду: для частини учасників переживання прекрасного є частим і доступним, тоді як інші майже не стикаються з такими станами.

Показник розриву має яскраво негативне середнє значення –3,42, при коливанні від –11 до 3 балів. Негативний розрив свідчить про систематичне переважання фактичної реалізованості над значущістю: респонденти відчують переживання прекрасного частіше, ніж вважають його важливим або необхідним. Таке співвідношення може свідчити про те, що естетичний або емоційний досвід виникає спонтанно, не будучи інтегрованим у систему

життєвих цінностей. Високе стандартне відхилення (3,461) відображає широкий спектр індивідуальних розривів: від осіб, для яких реальність та цінність збігаються, до тих, у кого фактичний досвід суттєво перевищує значущість.

У контексті соціальної нестабільності отримані результати можуть свідчити про зміщення уваги з естетичних, гуманітарних або культурних переживань на більш базові аспекти життя (безпека, здоров'я, стабільність). Переживання прекрасного може залишатися в повсякденності, але не виступає пріоритетною цінністю у період зовнішньої загрози.

*Таблиця 3.5*

**Описова характеристика цінності «Любов» у вибірці**

	Мінімум	Максимум	Середнє	Среднеквадратичне відхилення
значущість	0	11	6,53	2,554
реалізованість	0	11	5,58	3,097
розбіжність	-5	8	0,94	3,255

Аналіз результатів щодо цінності «Любов» (табл. 3.5) демонструє її високу значущість у житті респондентів. Показник значущості має середнє значення 6,53 за можливого діапазону 0–11 балів, що свідчить про те, що любов — у формі романтичної прив'язаності, близькості, емоційної підтримки чи турботи — є помітно важливою життєвою цінністю для більшості учасників. Стандартне відхилення 2,554 вказує на індивідуальні розбіжності у її значущості, але загальна тенденція до високого пріоритету зберігається.

Показник реалізованості становить 5,58, що є помірним значенням і відчутно нижчим за заявлену значущість. Діапазон відповідей охоплює значення від 0 до 11 балів, що свідчить про широкий спектр суб'єктивного досвіду — від повної відсутності любовних або близьких стосунків до високого рівня їх реалізації. Високе стандартне відхилення 3,097 підкреслює розмаїття індивідуальних ситуацій і різний ступінь доступності або стабільності стосунків у контексті війни та соціальної нестабільності.

Показник розриву має позитивне середнє значення 0,94, а діапазон коливається від –5 до 8 балів. Позитивний розрив означає, що в середньому бажаний рівень любові, близькості чи емоційної опори перевищує фактичний рівень, який респонденти відчують у своєму житті. Це може відображати потребу у більш стійких стосунках, кращій підтримці або більшій емоційній насиченості взаємин. Високе стандартне відхилення 3,255 вказує, що ступінь цього розриву суттєво варіює: для частини учасників фактична реалізованість любові може перевищувати її значущість (негативні значення), тоді як іншим бракує емоційної підтримки або близькості.

Таким чином, цінність «Любов» посідає важливе місце у життєвій структурі респондентів, однак для значної частини вибірки спостерігається певне невідповідність між важливістю цієї цінності та її реалізованістю. У контексті соціальної нестабільності це може бути пов'язано з фізичною розділеністю, емоційним виснаженням або обмеженими можливостями для підтримання стійких стосунків.

**Таблиця 3.6**

**Описова характеристика цінності «Матеріальне забезпечення життя» у вибірці**

	Мінімум	Максимум	Середнє	Среднеквадратичне відхилення
значущість	0	11	6,34	2,674
реалізованість	0	10	4,15	2,990
розбіжність	-5	9	2,19	3,464

Оцінювання цінності «Матеріальне забезпечення життя» (табл.3.6) демонструє її високу значущість у життєвій структурі респондентів. Середнє значення показника значущості становить 6,34 за діапазону 0–11 балів, що вказує на важливість стабільного фінансового становища, можливості забезпечувати базові потреби та мати економічні ресурси для підтримки якості життя. Значення стандартного відхилення 2,674 свідчить про наявність індивідуальних відмінностей у тому, наскільки сильно матеріальна забезпеченість визначає життєві пріоритети кожного респондента.

Показник реалізованості має середнє значення 4,15, що є суттєво нижчим за рівень значущості. Діапазон відповідей (0–10 балів) відображає широкий спектр суб'єктивних оцінок власного матеріального становища — від повної незадоволеності до високого рівня реалізованості. Стандартне відхилення 2,990 свідчить про значну варіативність економічного досвіду учасників дослідження: частина респондентів оцінює свою фінансову ситуацію як недостатню або нестабільну, тоді як інші сприймають її як більш сприятливу.

Показник розриву має позитивне середнє значення 2,19, що означає переважання бажаного рівня матеріальної забезпеченості над фактичним. Розкид значень від –5 до 9 балів та велике стандартне відхилення 3,464 свідчать про широкий спектр індивідуальних ситуацій: від осіб, у яких матеріальні потреби повністю відповідають реальним можливостям, до тих, у кого потреба в економічній стабільності значно перевищує її фактичний рівень. Такий позитивний розрив є характерним для умов воєнного часу, коли багато людей переживають втрату роботи, релокацію, зниження доходів або зростання фінансових ризиків.

Таким чином, «Матеріальне забезпечення життя» є однією з ключових прагматичних цінностей респондентів, але її висока важливість поєднується з недостатньою реалізованістю та вираженим мотиваційним розривом. Це відображає загальне зростання фінансової невизначеності та економічних загроз у контексті соціальної нестабільності та війни, що впливають на суб'єктивне відчуття стабільності й контролю над життям.

*Таблиця 3.7*

**Описова характеристика цінності «Наявність друзів» у вибірці**

	Мінімум	Максимум	Середнє	Среднеквадратичне відхилення
значущість	0	10	4,83	2,416
реалізованість	0	11	5,62	2,890
розбіжність	-6	5	-0,79	2,626

Оцінювання цінності «Наявність друзів» ( табл. 3,7) демонструє її помірну значущість для респондентів. Показник значущості має середнє значення 4,83 у діапазоні від 0 до 10 балів. Це свідчить про те, що дружні стосунки займають важливе, але не провідне місце у системі життєвих цінностей більшості респондентів. Стандартне відхилення 2,416 вказує на досить широкий спектр індивідуальних пріоритетів: для частини учасників дружба має високу вагу, тоді як для інших — менш критична.

Показник реалізованості становить 5,62, що дещо перевищує декларовану значущість. Діапазон значень (0–11 балів) свідчить про індивідуальні відмінності у фактичному досвіді спілкування та наявності підтримувальних соціальних зв'язків. Значне стандартне відхилення 2,890 підкреслює нерівномірність доступу до соціальної підтримки: для одних дружба є стабільною частиною життя, для інших — менш реалізованою або епізодичною.

Показник розриву має незначно негативне середнє значення  $-0,79$ , що означає, що фактична реалізованість дружніх стосунків у середньому трохи перевищує їхню значущість як життєвої цінності. Такий результат може вказувати на те, що соціальна підтримка виникає спонтанно чи природно в умовах нестабільності, навіть якщо не є центральним життєвим пріоритетом. Діапазон значень від  $-6$  до 5 балів і стандартне відхилення 2,626 свідчать про індивідуальні коливання: у частини учасників наявні дружні стосунки значно перевищують задекларовану важливість, тоді як інші відчують дефіцит спілкування порівняно з бажаним рівнем.

Таким чином, отримані дані дозволяють припустити, що в умовах війни та соціальної нестабільності соціальні зв'язки можуть підтримуватися радше ситуативно або вимушено, а їхня реалізованість може перевищувати декларативну значущість через підвищену потребу в взаємодопомозі.

## Описова характеристика цінності «Упевненість у собі» у вибірці

	Мінімум	Максимум	Середнє	Среднеквадратичне відхилення
значущість	0	11	6,42	2,575
реалізованість	1	11	6,06	2,634
розбіжність	-6	6	0,36	2,481

Цінність «Упевненість у собі» (табл. 3.8) демонструє стабільно високу значущість у життєвій структурі респондентів. Показник значущості має середнє значення 6,42 за діапазону 0–11 балів, що свідчить про важливість відчуття внутрішньої сили, самостійності та здатності покладатися на власні рішення. Стандартне відхилення 2,575 відображає індивідуальні варіації, проте загальна тенденція до високого пріоритету достатньо виразна.

Показник реалізованості є близьким до рівня значущості: середнє значення становить 6,06, при діапазоні 1–11 балів. Це вказує на те, що в середньому респонденти оцінюють свою фактичну впевненість досить високо та близько до того рівня, який вони вважають бажаним. Стандартне відхилення 2,634 свідчить про широкі індивідуальні відмінності — для частини учасників упевненість у собі є стабільною характеристикою, тоді як інші можуть переживати коливання у цьому аспекті.

Показник розриву має невелике позитивне середнє значення 0,36, що свідчить про мінімальну різницю між бажаним і фактичним рівнем упевненості у собі. Діапазон значень від –6 до 6 балів та стандартне відхилення 2,481 вказують, що індивідуальні випадки варіюють: у деякого фактична впевненість перевищує очікування, у інших — бажаний рівень трохи вищий за реальний. Втім, у середньому цінність є добре збалансованою між задекларованими пріоритетами та реальною реалізованістю.

Таким чином, «Упевненість у собі» виступає стійкою внутрішньою опорою для більшості респондентів, характеризується високою важливістю та близьким до оптимального рівнем реалізованості. Це одна з найбільш

гармонійних цінностей у структурі досліджуваної вибірки, оскільки різниця між значущістю та фактичною реалізацією мінімальна.

*Таблиця 3.9*

**Описова характеристика цінності «Пізнання» у вибірці**

	Мінімум	Максимум	Середнє	Среднеквадратичне відхилення
значущість	1	11	5,98	2,382
реалізованість	1	11	7,00	2,519
розбіжність	-7	5	-1,02	2,721

Цінність «Пізнання» (табл. 3.9) посідає помітне місце у життєвих пріоритетах респондентів. Показник значущості має середнє значення 5,98 при мінімумі 1 та максимумі 11 балів, що вказує на досить високий рівень важливості пізнавальних процесів: інтелектуального розвитку, самоосвіти, розширення світогляду. Стандартне відхилення 2,382 показує наявність індивідуальних відмінностей, але загалом значущість цієї цінності характеризується стабільністю та вираженістю.

Показник реалізованості є навіть вищим, ніж значущість: середнє значення становить 7,00, а діапазон охоплює той самий інтервал (1–11 балів). Це свідчить про те, що у середньому респонденти досить активно реалізують потребу в отриманні нових знань та інтелектуальному зростанні. Стандартне відхилення 2,519 підтверджує значну варіативність у фактичній активності пізнання, що може залежати від умов зайнятості, освітнього рівня чи доступу до ресурсів.

Показник розриву має середнє негативне значення  $-1,02$ , а діапазон становить від  $-7$  до 5 балів. Негативний розрив означає, що фактичний рівень реалізації пізнавальної діяльності в середньому перевищує її задекларовану важливість. Це може свідчити про те, що пізнання є сферою, яка для багатьох респондентів розвивається природно або ситуативно активізується, навіть якщо не завжди усвідомлюється як ключовий життєвий пріоритет. Стандартне відхилення 2,721 вказує на різноманітність ступеня відповідності між бажаним і фактичним рівнем пізнавальної активності.

Таким чином, «Пізнання» є стабільно важливою цінністю з високим рівнем реалізованості та невеликим негативним розривом. Це можна охарактеризувати як гармонійне поєднання пріоритету та можливостей для його втілення, що відображає загальну тенденцію до інтелектуальної активності у вибірці.

**Таблиця 3.10**

**Описова характеристика цінності «Свобода» у вибірці**

	Мінімум	Максимум	Середнє	Среднеквадратичне відхилення
значущість	0	10	5,25	2,441
реалізованість	0	11	4,60	2,491
розбіжність	-6	7	0,64	2,330

Результати оцінювання цінності «Свобода» (табл. 3.10) демонструють її помірно високу значущість у структурі життєвих пріоритетів респондентів. Показник значущості має середнє значення 5,25 при діапазоні 0–10 балів. Це свідчить про те, що свобода дій, думки й самовираження загалом важлива для більшості учасників, однак не є найвищим пріоритетом серед усіх цінностей. Стандартне відхилення 2,441 вказує на індивідуальні відмінності, які відображають різноманітність життєвих контекстів та переживань свободи.

Показник реалізованості становить 4,60, що трохи нижче за рівень значущості. Діапазон відповідей (0–11 балів) вказує на суттєву індивідуальну варіативність фактичного відчуття свободи, — від повного переживання обмеження до досвіду високої особистої автономії. Стандартне відхилення 2,491 підтверджує нерівномірність реалізованості свободи у житті респондентів, що може бути пов’язано із зовнішніми обставинами.

Показник розриву має позитивне, але низьке середнє значення 0,64, при коливаннях від –6 до 7 балів. Позитивний розрив означає, що у середньому бажаний рівень свободи трохи перевищує фактичний рівень, який респонденти відчувають у реальному житті. Стандартне відхилення 2,330 вказує на те, що ступінь цієї невідповідності значно варіює між

учасниками: для частини респондентів фактична свобода перевищує бажану, тоді як інші переживають суттєвий дефіцит свободи відносно власних очікувань.

Таким чином, у структурі ціннісних орієнтацій респондентів «Свобода» займає стабільно важливе місце, однак характеризується певною невідповідністю між бажаним та фактичним рівнем її реалізації. У межах описової статистики можна стверджувати, що ця цінність є значущою, але не повністю реалізованою для частини вибірки.

*Таблиця 3.11*

**Описова характеристика цінності «Щасливе сімейне життя» у вибірці**

	Мінімум	Максимум	Середнє	Среднеквадратичне відхилення
значущість	3	11	8,94	2,033
реалізованість	0	11	6,34	4,019
розбіжність	-4	11	2,60	3,671

Цінність «Щасливе сімейне життя» (табл. 3.1)) є однією з найбільш важливих у структурі життєвих орієнтацій респондентів. Показник значущості має дуже високе середнє значення 8,94 при можливому діапазоні 3–11 балів. Такий рівень відображає домінуючу роль сімейних стосунків, почуття близькості, стабільності та підтримки у системі життєвих пріоритетів учасників дослідження. Стандартне відхилення 2,033 свідчить про відносну однорідність оцінок: для більшості респондентів ця цінність є дійсно важливою.

Показник реалізованості має середнє значення 6,34, що значно нижче, ніж рівень значущості. Діапазон від 0 до 11 балів демонструє широкий спектр життєвих ситуацій: від повної або часткової відсутності сімейної стабільності до високого її рівня. Високе стандартне відхилення 4,019 вказує на значну варіабельність у фактичному емоційному й сімейному благополуччі респондентів. Це означає, що частина учасників має стабільне,

підтримувальне сімейне середовище, тоді як інші переживають складні або нестабільні взаємини.

Показник розриву становить 2,60, а діапазон варіює від –4 до 11 балів. Позитивний розрив свідчить про те, що в середньому бажаний рівень щасливого сімейного життя значно перевищує фактичний. Стандартне відхилення 3,671 вказує на виражену нерівномірність цієї невідповідності: у деякого фактичний стан близький до бажаного, а в інших потреба у сімейному благополуччі значно перевищує наявний рівень. Високий позитивний розрив є типовим для умов соціальної нестабільності, коли війна, роз'їзди, втрати, фізична дистанція та емоційне виснаження можуть ускладнювати підтримання сімейної гармонії.

Таким чином, цінність «Щасливе сімейне життя» є однією з провідних, проте характеризується істотним відставанням між її значущістю та фактичною реалізованістю. Це є одним із найбільших позитивних розривів серед усіх розглянутих цінностей, що свідчить про виражену потребу в сімейній стабільності та її недостатню доступність для значної частини респондентів.

*Таблиця 3.12*

**Описова характеристика цінності «Творчість» у вибірці**

	Мінімум	Максимум	Середнє	Среднеквадратичне відхилення
значущість	0	8	1,91	2,115
реалізованість	0	11	3,26	3,181
розбіжність	-8	4	-1,36	2,890

Цінність «Творчість» (табл. 3.12) виявляється однією з найменш значущих у системі життєвих пріоритетів респондентів. Показник значущості має низьке середнє значення 1,91 при діапазоні 0–8 балів. Це свідчить, що для більшості учасників творчість — як здатність до самовираження, креативної діяльності, генерації нових ідей чи естетичних практик — не належить до ключових життєвих цілей. Стандартне відхилення 2,115 вказує

на індивідуальні варіації, проте загальна тенденція до низького рівня важливості є виразною.

Показник реалізованості має середнє значення 3,26, що вищий за рівень значущості. Це означає, що фактичне залучення до творчої діяльності у середньому перевищує її декларовану важливість. Діапазон від 0 до 11 балів демонструє широкий спектр індивідуального досвіду — від повної відсутності творчих активностей до значної їх інтенсивності у частини респондентів. Стандартне відхилення 3,181 підтверджує нерівномірність цього аспекту: для одних творчість є випадковим або ситуативним явищем, тоді як для інших — більш регулярною практикою.

Показник розриву має середнє негативне значення  $-1,36$ , а коливання варіюють від  $-8$  до 4 балів. Негативний розрив означає, що творчість у середньому реалізована трохи більше, ніж визнається значущою. Це може вказувати на спонтанність творчих проявів або на те, що творчість не усвідомлюється як стратегічна життєва цінність, хоча й присутня у повсякденному житті. Значне стандартне відхилення 2,890 свідчить про значні індивідуальні розбіжності: у частини учасників творчість реалізована значно більше, ніж важлива, тоді як в інших її фактичний рівень нижчий за бажаний.

Результати показують, що у структурі життєвих орієнтацій респондентів «Творчість» посідає периферійне місце, характеризується низькою значущістю, помірною реалізованістю та невеликим негативним розривом.

Таким чином, результати описової статистики за модифікованою методикою М. Рокича засвідчили, що ціннісна сфера респондентів має комплексну та неоднорідну структуру з виразними пріоритетами та помітними індивідуальними відмінностями. Найбільш значущими для учасників виявилися такі цінності, як щасливе сімейне життя, здоров'я, любов та упевненість у собі, тоді як переживання прекрасного й творчість

посіли периферійні позиції. У більшості випадків спостерігався розрив між бажаним і фактичним рівнем реалізації цінностей, який був особливо вираженим у сферах, що чутливо реагують на умови соціальної нестабільності та війни: матеріальна забезпеченість, сімейне благополуччя, свобода та здоров'я. Наявність як позитивних, так і негативних мотиваційних розривів вказує на складний баланс між життєвими очікуваннями та реальними можливостями респондентів.

### **3.2. Психологічні характеристики респондентів за методиками самооцінки та емоційного стану: опис результатів і групові порівняння**

У цьому підрозділі представлено результати дослідження за двома психодіагностичними методиками — методикою Дембо–Рубінштейн у модифікації А. Прихожан та методикою САН (самопочуття – активність – настрої). Їх використання дає змогу комплексно проаналізувати особливості самооцінки, рівень домагань та поточний функціональний стан респондентів, що є критично важливими характеристиками особистісного функціонування в умовах соціальної нестабільності. У межах підрозділу спочатку подається описова статистика за кожною методикою окремо, після чого здійснюються групові порівняння. Особлива увага приділяється тому, як психологічні параметри самооцінки й емоційного стану пов'язані з профілем ціннісних орієнтацій, що дозволяє поглибити розуміння впливу індивідуально-психологічних і контекстуальних чинників на функціонування ціннісної сфери особистості.

Першим етапом аналізу є розгляд результатів за методикою Дембо–Рубінштейн у модифікації А. Прихожан, яка дозволяє оцінити рівень домагань, самооцінку та величину їх розбіжності як інтегральні показники внутрішньої узгодженості особистості. Ця методика є ключовою для виявлення, наскільки респонденти відчують відповідність між власними можливостями та очікуваними стандартами, що особливо важливо у період

тривалого стресу та зовнішніх обмежень. Нижче наведено описові результати за основними шкалами методики (табл. 3.13, рис. 3.1-3.2).

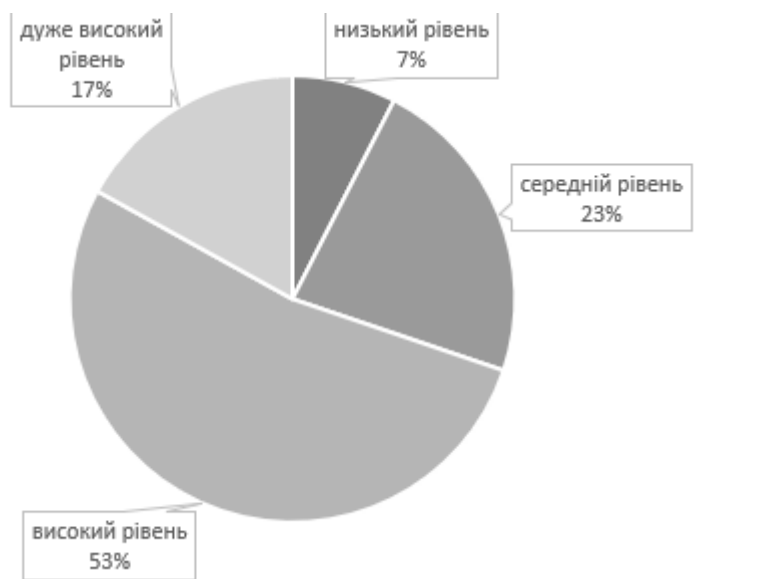
**Таблиця 3.13**

**Описові статистики за показниками рівня домагань та самооцінки**

	Мінімум	Максимум	Середнє	Среднеквадратичне відхилення
Рівень домагань	50	100	79,12	12,416
Рівень самооцінки	0	88	51,34	15,968

За шкалою «Рівень домагань» середнє значення у вибірці становить 79,12 бала, що вказує на загалом високі показники у більшості респондентів. Мінімальне значення становить 50, максимальне — 100, а розмах відхилень є відносно широким ( $SD = 12,416$ ), що свідчить про значну варіативність рівнів домагань у групі.

За шкалою «Рівень самооцінки» середнє значення дорівнює 51,34 бала. Мінімальний показник у вибірці становить 0, максимальний — 88, що демонструє ще більшу розкиданість індивідуальних значень порівняно з рівнем домагань. Стандартне відхилення (15,968) є досить високим, що вказує на значну неоднорідність самооцінки серед респондентів.

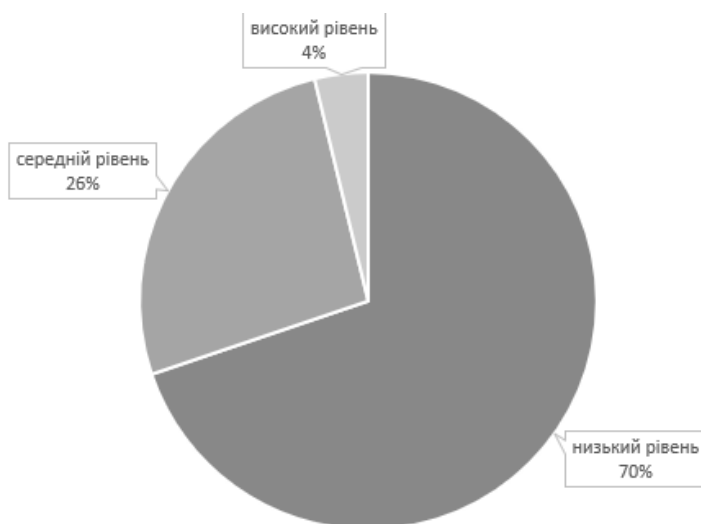


**Рис. 3.1. Розподіл рівня домагань у вибірці**

Частотний аналіз рівня претензій демонструє нерівномірний розподіл показників у вибірці, із суттєвим домінуванням високих значень. Отримані дані свідчать, що понад половина респондентів (52,8 %) належать до групи з високим рівнем претензій, що робить цю категорію найчисленнішою у вибірці. Наступною за розміром є група з середнім рівнем, до якої увійшли 22,6 % опитаних, тобто майже кожен п'ятий учасник дослідження.

Водночас 17,0 % респондентів були віднесені до категорії дуже високого рівня претензій. Цей показник є помітним у структурі розподілу, оскільки демонструє додаткову концентрацію даних у верхньому діапазоні значень. Разом високий і дуже високий рівні охоплюють 69,8 % вибірки, що вказує на загальну тенденцію зміщення показників у бік підвищених оцінок власних можливостей і домагань.

Лише 7,5 % учасників потрапили до групи з низьким рівнем претензій, що є найменшою представленою категорією. Накопичений відсоток підтверджує поступове зростання частки вибірки від нижчих до вищих рівнів, досягаючи 100 % у діапазоні дуже високих значень.



**Рис. 3.2. Розподіл рівня самооцінки у вибірці**

Розподіл рівня самооцінки серед респондентів виявився значно більш концентрованим у нижніх діапазонах, ніж показники рівня претензій. Найчисельнішою категорією стала група з низьким рівнем самооцінки, до

якої увійшли 69,8 % опитаних. Таким чином, понад дві третини вибірки оцінили власні можливості, якості та досягнення на відносно низькому рівні. Це формує чітку тенденцію до домінування занижених оцінок себе в досліджуваній вибірці.

Другою за чисельністю є група з середнім рівнем самооцінки, що охоплює 26,4 % респондентів. У накопиченому відсотку ця категорія доводить загальне охоплення до 96,2 %, що свідчить про майже повну відсутність високих самооцінок у вибірці.

Категорія високого рівня самооцінки представлена лише 3,8 % учасників (2 особи). Це робить її найменш чисельною серед усіх груп. Наявність одиничних випадків високих значень формує мінімальний внесок у загальний розподіл та підкреслює загальну тенденцію вибірки до нижчих самооціночних рівнів.

Таким чином, отримані дані за методикою Дембо–Рубінштейн демонструють нерівномірний та дисбалансований розподіл двох ключових показників — рівня претензій та рівня самооцінки. Для більшості учасників характерним є високий або дуже високий рівень претензій на тлі низької або помірної самооцінки, що вказує на наявність суттєвого розриву між бажаним і реальним образом «Я». Така конфігурація є типовою для станів внутрішньої напруги, невпевненості та труднощів із самоприйняттям, оскільки оптимальні цілі не підкріплені достатньою вірою у власні ресурси. Переважання низької самооцінки (майже 70 % вибірки) у поєднанні з домінуванням високих претензій (понад 50 %) створює фон для підвищеної вразливості до фрустрації, схильності до самокритики та внутрішніх конфліктів. У сукупності ці результати дозволяють припустити, що для значної частини респондентів властиве прагнення до високих стандартів без адекватної підтримки власних можливостей, що може позначатися на їхній ціннісній сфері, професійному самовизначенні та загальному рівні особистісної зрілості.

Після розгляду показників рівня самооцінки логічним наступним кроком є аналіз емоційно-самочинних станів респондентів, які також становлять важливий аспект особистісного функціонування. Для цього у дослідженні було застосовано методикау «САН» (Самопочуття – Активність – Настрій), що дозволяє отримати інтегральну характеристику загального психофізіологічного тону та емоційного самопочуття на момент обстеження. На відміну від більш стійких конструктів, таких як самооцінка чи ціннісні орієнтації, показники САН відображають поточний стан, чутливий до впливу зовнішніх умов, рівня стресу та виснаження (табл. 3.14, рис. 3.3-3.5). Зіставлення цих даних із попередніми результатами створює можливість глибше зрозуміти, як суб'єктивне благополуччя та емоційні стани можуть модулювати особистісну зрілість і мотиваційно-ціннісні прояви респондентів.

*Таблиця 3.14*

**Описові статистики за шкалами методики САН**

	Мінімум	Максимум	Середнє	Среднеквадратичне відхилення
Рівень домагань	30	62	46,96	7,314
Рівень самооцінки	18	48	32,00	5,955
Рівень самооцінки	37	70	54,92	7,046

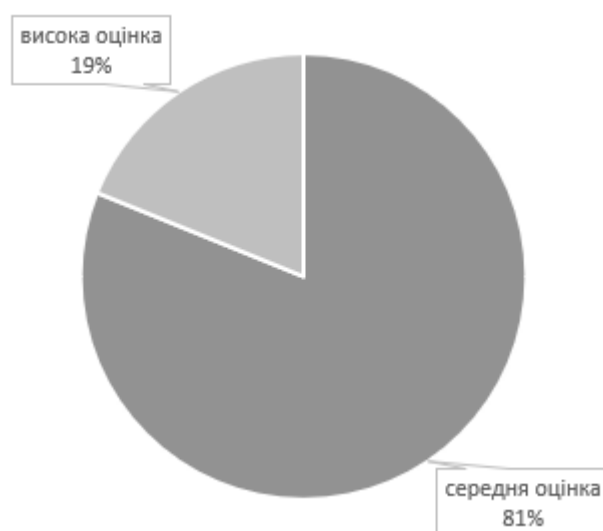
Шкала “Самопочуття” має діапазон від 30 до 62 балів, при цьому середнє значення становить 46,96 бала ( $SD = 7,314$ ). Це свідчить про те, що більшість учасників оцінюють свій фізичний стан у межах середніх або дещо підвищених значень. Дисперсія результатів помірною, що вказує на відсутність вкрай низьких або вкрай високих оцінок у вибірці.

Показники за шкалою “Активність” варіюють від 18 до 48 балів, а середнє значення дорівнює 32,00 бала ( $SD = 5,955$ ). Це найнижчий середній показник серед трьох шкал, що відображає більш стримані оцінки власної

енергійності, динамічності та здатності до цілеспрямованої діяльності в момент дослідження.

Шкала “Настрій” демонструє найширший розмах значень — від 37 до 70 балів, а середній показник становить 54,92 бала ( $SD = 7,046$ ), що є найвищим серед трьох компонентів САН. Це вказує на переважно позитивний емоційний фон респондентів, стабільність емоційних оцінок та слабкі прояви крайніх негативних станів у вибірці.

У сукупності отримані дані свідчать про відносну збалансованість психофізіологічного стану учасників дослідження, з певним превалюванням позитивного настрою та самопочуття над показниками активності.

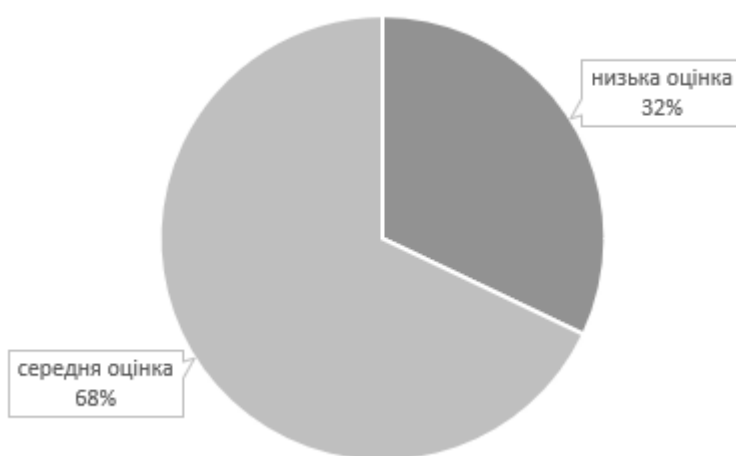


**Рис. 3.3. Розподіл респондентів за рівнем самопочуття**

Аналіз категоріального розподілу самооцінок за шкалою «Самопочуття» засвідчив домінування середнього рівня функціонального стану серед учасників дослідження. Зокрема, 81,1% респондентів ( $n = 43$ ) оцінили своє самопочуття як «середнє», що відповідає помірному, відносно стабільному фізичному та емоційному ресурсу в умовах поточної життєвої ситуації. Такий показник вказує на відсутність масових скарг на виражене виснаження чи соматичний дискомфорт, але водночас не відображає високого рівня енергійності або відновленості організму.

Водночас 18,9% опитаних ( $n = 10$ ) продемонстрували «високу оцінку» самопочуття. Ця група характеризується більш оптимальним фізичним та психофізіологічним станом, що може свідчити про ефективні механізми саморегуляції, адаптивні стратегії подолання стресу або сприятливі соціально-побутові умови.

Низькі оцінки самопочуття у вибірці відсутні, що вказує на відсутність виражених проявів низького тону або соматичного неблагополуччя серед респондентів у момент вимірювання.



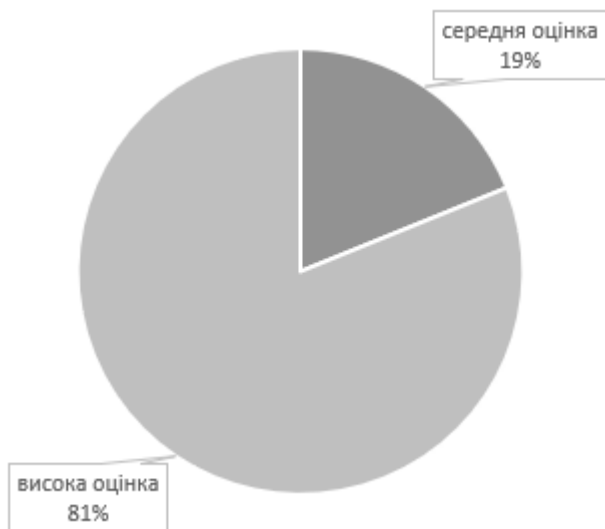
**Рис. 3.4. Розподіл респондентів за рівнем активності**

Категоріальний аналіз показників активності демонструє, що серед учасників дослідження переважає середній рівень життєвої активності. Так, 67,9% респондентів ( $n = 36$ ) віднесли свій стан до середнього рівня, що свідчить про наявність достатнього енергетичного ресурсу для виконання щоденних завдань та підтримання поточної соціальної діяльності. Подібний профіль вказує на відносну збалансованість між рівнем навантаження та можливостями організму, а також на потенційну ефективність адаптаційних механізмів у ситуації соціальної нестабільності.

Водночас 32,1% учасників ( $n = 17$ ) продемонстрували низький рівень активності, що може відображати зниження життєвого тону, відчуття фізичного чи психоемоційного виснаження, уповільнення динаміки щоденної

діяльності. Зауважимо, що низькі показники активності не обов'язково відображають патологічний стан — у контексті тривалого стресового впливу воєнного часу вони можуть свідчити про природне зниження ресурсів або тимчасові адаптаційні реакції організму.

Високі оцінки активності у вибірці не зафіксовано, що логічно узгоджується з умовами дослідження, у яких значна частина населення проживає в умовах хронічної втоми, тривожності та підвищеної напруженості.



**Рис. 3.5. Розподіл респондентів за рівнем настроїв**

Категоріальний аналіз показників за шкалою «Настрій» демонструє чітку перевагу респондентів із високим емоційним тоном, що свідчить про загалом позитивне переживання власного психоемоційного стану. Так, 81,1% учасників ( $n = 43$ ) віднесли свій настрій до категорії «висока оцінка». Цей результат відображає збереження позитивного емоційного фону, наявність оптимізму, внутрішньої зібраності та емоційної стійкості, незважаючи на умови соціальної нестабільності та воєнного стану.

Натомість 18,9% респондентів ( $n = 10$ ) продемонстрували «середній рівень» настрою, що відповідає помірно стабільному, нейтральному емоційному стану без виражених проявів негативного афекту чи емоційного виснаження. Це може свідчити про ситуативні коливання емоційного фону

або індивідуальні особливості переживання стресу, які не досягають критичного рівня.

Низький рівень настрою у вибірці не зафіксовано, що вказує на відсутність у респондентів глибоких негативних переживань, апатії чи різко зниженого емоційного стану на момент проведення дослідження.

Узагальнення результатів за методикою САН свідчить про загалом сприятливий психофізіологічний стан учасників дослідження. Вибірка характеризується переважанням високого рівня настрою, помірно високого самопочуття та середнього рівня активності, що вказує на збереження базових адаптаційних ресурсів в умовах соціальної нестабільності. Переважно позитивний емоційний фон та відсутність низьких категорій за ключовими шкалами можуть відображати як стійкість до тривалого стресу, так і мобілізовану форму адаптації, характерну для населення в умовах воєнного періоду. Загальний профіль свідчить, що респонденти зберігають достатній рівень функціонального та емоційного ресурсу, що створює важливий контекст для подальшого аналізу їх ціннісних орієнтацій та самооцінних характеристик.

Подальший етап аналізу передбачає дослідження можливих відмінностей у ціннісній сфері та особистісних характеристиках між різними соціально-демографічними групами респондентів. Враховуючи наявні варіації в самооцінці, рівні домагань і психофізіологічному стані (САН), важливо з'ясувати, чи пов'язані ці показники з такими факторами, як стать, освітній рівень, досвід вимушеного переміщення, а також з тим, чи впливають вони на актуальність, реалізованість та узгодженість цінностей за методикою Рокіча. Порівняння груп дозволить глибше зрозуміти, яким чином соціальний контекст і досвід війни модифікують ціннісні пріоритети й суб'єктивний стан особистості.

Аналіз міжстатевих відмінностей, здійснений за допомогою критерію Манна–Уїтні, дозволив виокремити кілька показників, за якими чоловіки та

жінки демонструють статистично значущі або тенденційні відмінності у ціннісній сфері та психофізіологічних станах. Передусім виявлено суттєву різницю щодо важливості цінності «щасливе сімейне життя». Жінки статистично значущо вище оцінюють її значущість порівняно з чоловіками ( $U = 130,000$ ;  $Z = -2,262$ ;  $p = 0,024$ ). Цей результат є єдиною достовірною гендерною відмінністю у блоці термінальних цінностей за методикою Рокича, що може відображати більшу емоційну включеність жінок у теми сімейного благополуччя або більш високу суб'єктивну вагу сімейних стосунків для жіночої частини вибірки.

Значущі відмінності простежуються також у показнику розриву за цінністю «упевненість у собі». Жінки демонструють істотно більший розрив між бажаним та реально досягнутим рівнем упевненості ( $U = 140,500$ ;  $Z = -1,999$ ;  $p = 0,046$ ). Інакше кажучи, жінки частіше відчують, що рівень упевненості, який вони вважають для себе нормативним чи бажаним, реалізований у їхньому житті у меншій мірі, ніж у чоловіків. Це може вказувати на підвищений внутрішній запит жінок на розвиток особистісної самопідтримки та суб'єктивне відчуття невідповідності між ідеалом і реальністю.

Ще одним достовірним показником, за яким спостерігається різниця між статями, є рівень активності за методикою САН. Жінки демонструють статистично нижчу активність порівняно з чоловіками ( $U = 119,500$ ;  $Z = -2,452$ ;  $p = 0,014$ ). Це єдиний показник у блоці психофізіологічного стану, що виявився чутливим до статевих відмінностей. Результат може відображати різну динаміку енергетичних ресурсів або особливості адаптації до тривалого стресового навантаження в умовах війни.

Окрім достовірних різниць, було зафіксовано дві тенденційні відмінності, які не досягають порогу статистичної значущості, але демонструють певний напрямок міжстатевих відмінностей. По-перше, спостерігається тенденція до нижчої оцінки бажаності цінності «упевненість

у собі» серед жінок ( $p = 0,052$ ). Хоча різниця не є достатньо вираженою, вона узгоджується з попереднім результатом про більший розрив між бажаним та досягнутим рівнем цієї цінності. По-друге, рівень реалізованості цінності «щасливе сімейне життя» також виявив тенденцію до нижчих оцінок серед жінок ( $p = 0,102$ ), що може свідчити про відчуття меншої досягнутості сімейного благополуччя в цій групі, однак доказовість цього ефекту є недостатньою.

У цілому, отримані результати свідчать про те, що гендерні відмінності не є системними чи всеохопними у межах досліджуваних показників, проте окремі аспекти — зокрема ставлення до сімейних цінностей, рівень упевненості в собі та активність — виявляються чутливими до статевої належності та можуть відображати як соціальні ролі, так і особливості психологічного реагування на умови соціальної нестабільності.

Порівняння респондентів із різним рівнем освіти засвідчило, що загалом ціннісно-мотиваційний профіль у групах є відносно подібним, а статистично значущі розбіжності проявляються лише фрагментарно — у поодиноких цінностях та окремих емоційних показниках. Це вказує на те, що формальна освіта, незважаючи на її потенційний вплив на світогляд і життєві орієнтири, не є ключовим детермінантом ціннісних пріоритетів у вибірці. Водночас наявні відмінності дозволяють окреслити певні тенденції, пов'язані з професійним досвідом, рівнем рефлексивності та особистісною реалізацією.

Єдиною цінністю, щодо якої освіта справляє суттєвий вплив, виявилася «цікава робота» у блоці реалізованості. Відмінності фіксуються на рівні статистичної значущості: значення  $U$  становить 232,000,  $Z$  дорівнює  $-1,981$ , а рівень значущості —  $p=0,048$ . Це означає, що респонденти з вищими освітніми рівнями демонструють істотно вищий ступінь реалізованості цінності «цікава робота». Імовірно, більш тривалий освітній шлях формує ширші можливості професійного вибору, доступ до складнішої, інтелектуально стимулюючої діяльності, а також дає більший контроль над

професійною траєкторією, що у підсумку посилює відчуття власної самореалізації у сфері праці.

Подібна динаміка простежується і в емоційному компоненті активності, де виявлено ще одну достовірну відмінність ( $U=215,500$ ;  $Z=-2,268$ ;  $p=0,023$ ). Респонденти з вищою освітою характеризуються вищим рівнем суб'єктивної активності — відчуття внутрішньої зібраності, енергійності та здатності до дії. Це може свідчити про те, що освітній досвід не лише розширює когнітивні можливості, але й формує більш сталі навички саморегуляції, планування та підтримання продуктивного ритму життя.

Окрім достовірних результатів, виявлено тенденцію щодо розриву за цінністю «щасливе сімейне життя», яка проявляється на рівні наближеному до значущості ( $p=0,074$ ). Тенденційно особи з нижчими освітніми рівнями демонструють більший дисбаланс між бажаним образом сімейного благополуччя та фактичною реалізованістю цієї цінності. Можливо, це пов'язано з об'єктивними соціально-економічними факторами, які ускладнюють досягнення стабільності та відчуття повноцінної реалізації у сімейній сфері.

Додатково виявлено тенденційну відмінність у творчості як реалізованій цінності ( $U=279,000$ ;  $Z=-1,649$ ;  $p=0,099$ ). Респонденти з вищою освітою частіше відзначають більшу реалізованість творчого потенціалу, що узгоджується з тим, що освітнє середовище зазвичай створює умови для інтелектуальної гнучкості, самовираження і пошуку нестандартних рішень.

Усі інші показники — як бажаність, так і реалізованість цінностей Рокича, розриви між ними, а також два з трьох емоційних станів за методикою САН (самопочуття та настрої) — не продемонстрували статистично значущих розбіжностей між освітніми групами ( $p>0,10$ ). Це свідчить про відносну стабільність основних життєвих орієнтирів незалежно від формального рівня освіти. У ціннісній сфері більшість респондентів демонструють подібні пріоритети, що може бути обумовлено загальним

соціокультурним контекстом, спільним воєнним досвідом та близькістю вікових і професійних характеристик вибірки.

Порівняння двох груп респондентів — тих, хто покинув окуповане місто або селище, та тих, хто не виїжджав, — виявило низку важливих розбіжностей у структурі цінностей і рівні їх реалізованості, тоді як емоційний стан за методикою САН залишився відносно однорідним. Загалом результати демонструють, що досвід вимушеного переміщення має точковий, але виразний вплив передусім на сімейні та професійні аспекти життєвої мотивації.

Першою достовірною розбіжністю стала цінність «щасливе сімейне життя», бажаність якої була вищою серед респондентів, що виїхали з окупованих територій. За критерієм Манна–Вітні це відображено значенням  $U=191,000$  при  $Z=-2,077$  і рівні значущості  $p=0,038$ . Тобто саме ця група надає сімейному благополуччю суттєво більшої ваги, що, ймовірно, пов'язано із пережитими втратами соціальних і родинних зв'язків, розривом побутової цілісності та актуалізацією потреби у підтримці в умовах невизначеності.

Друга значуща відмінність стосується реалізованості цінності «цікава робота». Особи, які були змушені залишити окуповану територію, демонструють значно нижчий рівень її досягнення, що підтверджується показниками  $U=153,500$ ,  $Z=-2,805$  та  $p=0,005$ . Така різниця цілком закономірна, адже вимушене переміщення часто супроводжується втратою роботи, переходом на іншу діяльність, обмеженнями у виборі професійних можливостей або необхідністю адаптуватися до нового ринку праці.

Окремі показники продемонстрували тенденцію до відмінностей, хоч і не досягли строгого порогу статистичної значущості. Так, реалізованість цінності «щасливе сімейне життя» у респондентів, які виїхали, була нижчою на рівні статистичної тенденції ( $p=0,076$ ). Це дозволяє припустити, що попри підвищену значущість сім'ї, її фактична реалізація у вимушених

переселенців є ускладненою через можливі просторові розриви, гірші житлові умови та загальну тривожність побутової ситуації.

Подібна тенденція спостерігається і щодо розриву в цінності «активне життя», де значення  $p=0,054$  вказує на те, що переселенці частіше відчують недосягнутість бажаного рівня активності. Імовірно, їхні можливості підтримувати звичний темп життя обмежуються зміною обставин, ресурсів і стресовою перебудовою повсякденних ролей.

На відміну від ціннісних показників, емоційні стани, виміряні за методикою САН (самопочуття, активність та настрої), не продемонстрували суттєвих відмінностей між групами, що підтверджується значеннями  $p>0,10$  для всіх параметрів. Це дозволяє припустити, що на момент дослідження поточний емоційно-фізіологічний стан обох груп є відносно стабілізованим і вирівняним у межах загальної адаптації до хронічного воєнного стресу.

Аналіз міжгрупових відмінностей за допомогою критерію Крускала–Уолліса дозволив виявити декілька значущих асоціацій між рівнем задоволеності власною поточною роботою та особливостями ціннісної реалізованості й емоційного стану. Загалом отримані результати свідчать про те, що задоволеність професійною діяльністю має опосередкований, але помітний вплив на суб'єктивні переживання та відчуття власної досягнутості в різних життєвих сферах.

Серед усіх ціннісних показників значущою виявилася лише одна відмінність — реалізованість активного життя. Відповідно до отриманих результатів, рівень реалізованості цієї цінності помітно відрізняється залежно від задоволеності роботою ( $H=10,249$ ;  $p=0,036$  при  $df=4$ ). Це означає, що респонденти, які мають високий рівень задоволення своєю професійною діяльністю, демонструють значно менший розрив між бажаним і фактичним рівнем активності. Ймовірно, робота, яка сприймається як успішна, цікава або емоційно ресурсна, сприяє відчуттю життєвої енергії, динамічності та здатності реалізовувати власні наміри. Натомість низька задоволеність

професійною сферою може підсилювати відчуття обмеженості, рутини та недостатньої залученості до активної життєвої позиції.

Значущі відмінності виявлені також у компоненті самопочуття за методикою САН — показник суттєво коливається між групами з різним рівнем задоволеності роботою ( $N=14,226$ ;  $p=0,007$ ). Учасники, які високо оцінюють власну роботу, характеризуються кращим загальним самопочуттям — більшою фізичною комфортністю, стабільністю та тонусом. Це логічно узгоджується з даними психології праці, згідно з якими робоча задоволеність позитивно корелює з загальним суб'єктивним благополуччям.

Емоційно-поведінковий компонент активності також демонструє пограничні відмінності ( $N=8,748$ ;  $p=0,068$ ), що дозволяє говорити про тенденцію: вищий рівень задоволеності роботою пов'язаний з більшою суб'єктивною енергійністю, здатністю діяти, долати навантаження та підтримувати продуктивний темп життя. Хоча значення  $p$  дещо перевищує традиційний поріг  $\alpha=0,05$ , напрямок асоціації є стабільним і теоретично зрозумілим.

Для більшості інших показників — таких як реалізованість цінностей «здоров'я», «любов», «свобода», «пізнання», «матеріальна забезпеченість», «щасливе сімейне життя», а також рівень настрою, самооцінка та рівень претензій — статистично значущих відмінностей виявлено не було (усі  $p > 0,10$ ). Це свідчить про те, що задоволеність поточною роботою не визначає загальну структуру цінностей і не впливає суттєво на інші параметри емоційного стану, принаймні в межах цієї вибірки.

Таким чином, узагальнюючи результати порівняльного аналізу, можна стверджувати, що соціально-демографічні характеристики впливають на ціннісно-мотиваційний профіль і емоційний стан вибірки не тотально, а вибірково, акцентуючи окремі чутливі зони — сімейність, упевненість у собі, активність та професійну реалізованість. Найбільш значущими предикторами

варіативності виступають стать та задоволеність роботою, тоді як рівень освіти демонструє мінімальний зв'язок із досліджуваними змінними.

### 3.3. Кореляційний аналіз

Для поглибленого розуміння внутрішньої організації психологічного функціонування респондентів у цьому підрозділі проведено кореляційний аналіз ключових показників: компонентів суб'єктивної самооцінки (за методикою Дембо-Рубештейна), базових ціннісно-мотиваційних орієнтацій (за методикою М. Рокича) та індикаторів емоційного стану (за методикою САН). Такий підхід дозволяє виявити не лише наявність статистичних зв'язків між окремими змінними, але й побачити структуру психологічних взаємовпливів: які цінності пов'язані з відчуттям зрілості, які аспекти емоційного тону відображають реалізацію життєвих орієнтацій, а також чи узгоджуються між собою бажаний, доступний і фактичний рівні особистісних потреб. Кореляційний аналіз дає змогу сформувану інтегровану модель того, яким чином особистісна зрілість співвідноситься зі змістом та реалізованістю ціннісної системи й емоційною регуляцією особистості.

*Таблиця 3.15*

**Кореляційні залежності між показниками ціннісних орієнтацій (значущість), індикаторами емоційного стану та рівнями притязань і самооцінки**

		Самопочуття	Активність	Настрій	Рівень претензій	рівень самооцінки
«Активне життя»	r	0,217	-0,058	0,072	0,026	0,077
	p	0,119	0,678	0,608	0,856	0,582
«Здоров'я»	r	-0,036	-0,124	-0,052	-0,090	-0,051
	p	0,799	0,376	0,711	0,520	0,716
«Цікава робота»	r	0,138	-0,055	-0,046	0,144	0,074
	p	0,326	0,694	0,744	0,305	0,596
«Переживання прекрасного»	r	0,206	0,145	0,166	-0,268	-0,267
	p	0,140	0,299	0,236	0,052	0,053
«Любов»	r	-0,111	-0,044	-0,084	0,177	0,010

	p	0,428	0,753	0,548	0,204	0,944
«Матеріальне забезпечення життя»	r	-0,127	0,164	-0,165	0,007	0,095
	p	0,364	0,240	0,238	0,958	0,497
«Наявність друзів»	r	-0,139	0,102	0,102	-0,031	-0,010
	p	0,322	0,469	0,467	0,824	0,942
«Упевненість у собі»	r	0,207	-0,247	0,191	0,097	-0,023
	p	0,137	0,075	0,170	0,490	0,871
«Пізнання»	r	0,077	-0,015	0,165	0,008	0,021
	p	0,583	0,916	0,238	0,955	0,879
«Свобода»	r	-0,189	0,022	-0,139	-0,152	-0,269
	p	0,175	0,873	0,322	0,278	0,051
«Щасливе сімейне життя»	r	-0,022	0,011	-0,041	0,118	0,144
	p	0,875	0,937	0,773	0,400	0,303
«Творчість»	r	0,030	-0,029	0,014	0,048	0,171
	p	0,833	0,837	0,922	0,735	0,220

Примітка:

\*\* . Кореляція значима на рівні 0,01 (двобічна).

\* . Кореляція значима на рівні 0,05 (двобічна).

Аналіз кореляційних залежностей між показниками ціннісних орієнтацій та індикаторами емоційного стану (самопочуття, активність, настрої), а також рівнями притязань і самооцінки дав змогу оцінити, наскільки суб'єктивна значущість різних життєвих цінностей пов'язана з актуальними психологічними характеристиками респондентів (табл. 3.15). Загалом більшість зв'язків виявилася статистично незначущою, що може свідчити про відносну автономність поточного емоційного стану від ціннісно-мотиваційної структури особистості. Водночас у даних простежуються кілька тенденційних кореляцій, які окреслюють потенційні напрямки взаємозв'язків.

Найбільш послідовно виявлена тенденція стосується цінності «Переживання прекрасного». Зокрема, спостерігається негативний зв'язок між її значущістю та рівнем притязань ( $r = -0,268$ ;  $p = 0,052$ ), а також між значущістю цієї цінності та рівнем самооцінки ( $r = -0,267$ ;  $p = 0,053$ ). Ці результати можуть свідчити, що особи, для яких важливим є естетичне переживання, творчий або духовний досвід, мають схильність до дещо нижчої самооцінки й встановлюють для себе менш високі життєві цілі. Така

конфігурація може відображати інтроспективний, емоційно насичений стиль переживання світу, який нерідко супроводжується критичністю до себе та відчуттям невідповідності між бажаним і досяжним.

Подібну тенденцію демонструє й цінність «Свобода», яка слабо негативно корелює з рівнем самооцінки ( $r = -0,269$ ;  $p = 0,051$ ). Особи, що вищою мірою декларують свободу як життєвий орієнтир, можуть оцінювати власні можливості більш критично, що узгоджується з психологічною моделлю, у якій прагнення автономії поєднується з підвищеною вимогливістю до себе та відчуттям недосягнутості ідеалу.

Зв'язки між іншими цінностями — такими, як «Активне життя», «Любов», «Матеріальне забезпечення», «Щасливе сімейне життя», «Цікава робота» тощо — та показниками САН, рівнем самооцінки й рівнем притязань не продемонстрували статистичної значущості ( $p > 0,10$ ). Це свідчить про те, що у вибірці загалом відсутні виражені асоціації між усвідомленою значущістю життєвих цілей та моментальним емоційним станом чи самооцінювальними характеристиками.

Узагальнюючи, можна зазначити, що хоча більшість цінностей не має систематичного зв'язку з емоційно-самооціночними індикаторами, окремі тенденційні кореляції (особливо щодо цінностей «Переживання прекрасного» та «Свобода») окреслюють можливий напрямок для подальших досліджень. Вони можуть відображати специфічні варіанти внутрішньої динаміки, де естетичні, духовні або екзистенційні орієнтири поєднуються з критичним самосприйняттям та помірно зниженими притязаннями.

Кореляційний аналіз показників, що відображають ступінь фактичної реалізованості життєвих цінностей, виявив низку статистично значущих і тенденційних асоціацій з емоційним станом, рівнем притязань та самооцінкою (табл. 3.16). Загалом структура зв'язків демонструє, що емоційно-психологічні характеристики респондентів у певній мірі відображають, наскільки ті чи інші життєві орієнтири втілені в реальності.

Таблиця 3.16

**Кореляційні залежності між показниками ціннісних орієнтацій  
(реалізованість), індикаторами емоційного стану та рівнями притязань і  
самооцінки**

		Самопочуття	Активність	Настрій	Рівень претензій	рівень самооцінки
«Активне життя»	r	0,082	-0,029	0,138	0,021	-0,132
	p	0,557	0,836	0,323	0,880	0,347
«Здоров'я»	r	<b>-,303*</b>	0,147	-0,251	<b>,397**</b>	0,171
	p	<b>0,027</b>	0,295	0,070	<b>0,003</b>	0,221
«Цікава робота»	r	-0,102	0,051	-0,159	-0,128	-0,165
	p	0,466	0,716	0,255	0,360	0,237
«Переживання прекрасного»	r	0,058	0,029	-0,095	0,019	-0,164
	p	0,678	0,834	0,500	0,891	0,242
«Любов»	r	<b>,287*</b>	-0,227	0,236	0,013	0,068
	p	<b>0,037</b>	0,102	0,088	0,927	0,627
«Матеріальне забезпечення життя»	r	0,142	0,064	0,081	-0,182	-0,057
	p	0,311	0,650	0,565	0,192	0,687
«Наявність друзів»	r	-0,152	0,166	-0,077	0,034	0,018
	p	0,278	0,234	0,584	0,810	0,899
«Упевненість у собі»	r	0,015	-0,107	-0,105	0,005	0,086
	p	0,915	0,447	0,452	0,971	0,538
«Пізнання»	r	-0,054	-0,047	0,142	0,140	0,114
	p	0,700	0,736	0,311	0,317	0,417
«Свобода»	r	-0,157	0,014	0,006	0,000	-0,197
	p	0,261	0,919	0,966	1,000	0,156
«Щасливе сімейне життя»	r	0,251	-0,129	0,138	-0,065	0,199
	p	0,070	0,356	0,324	0,642	0,153
«Творчість»	r	-0,185	0,175	-0,069	-0,029	0,093
	p	0,186	0,211	0,626	0,838	0,508

Примітка:

\*\*. Кореляція значима на рівні 0,01 (двобічна).

\*. Кореляція значима на рівні 0,05 (двобічна).

Найбільш виразний зв'язок виявлено для цінності «Здоров'я». Її реалізованість статистично значущо пов'язана з нижчим рівнем самопочуття ( $r = -0,303$ ;  $p = 0,027$ ), що може відображати об'єктивні труднощі у сфері фізичного чи психофізіологічного стану: чим менш людина відчувається фізично добре, тим нижче оцінює свою реалізацію у сфері, пов'язаній зі здоров'ям. Водночас реалізованість цієї цінності позитивно пов'язана з

рівнем притязань ( $r = 0,397$ ;  $p = 0,003$ ): учасники, які відчують себе більш реалізованими у збереженні здоров'я, схильні встановлювати для себе вищі життєві цілі, що узгоджується з моделями психологічного благополуччя, де фізична стабільність є ресурсом для підвищення вимог до себе.

Цінність «Любов» продемонструвала позитивний зв'язок із самопочуттям ( $r = 0,287$ ;  $p = 0,037$ ). Це означає, що реальне відчуття любові, прийняття чи близьких стосунків асоціюється з кращим загальним самопочуттям респондентів. Емоційна насиченість і підтримка соціально значущих стосунків можуть виконувати функцію буфера стресу, позитивно впливаючи на фізичні та психологічні індикатори стану.

Ще одна тенденція спостерігається щодо цінності «Щасливе сімейне життя», реалізованість якої слабко, але наближаючись до значущості, пов'язана з кращим самопочуттям ( $r = 0,251$ ;  $p = 0,070$ ). Респонденти, які відчують сімейну стабільність і гармонію, мають тенденцію демонструвати кращий фізичний та емоційний стан. Цей зв'язок не досягає строгого статистичного критерію, однак вписується у ширший контекст значення сім'ї як джерела емоційної підтримки в українській культурі.

Для інших цінностей — таких як «Активне життя», «Матеріальне забезпечення», «Цікава робота», «Свобода», «Пізнання», «Творчість», «Наявність друзів», «Упевненість у собі» — статистично значущих кореляцій з емоційним станом, рівнем самооцінки чи притязань не виявлено. Це може означати, що ступінь їх реалізованості у вибірці не є достатньо варіативним або не визначає відчутні емоційно-психологічні наслідки у короткостроковому вимірі. Усі показники демонстрували надзвичайно низькі або несистематичні коефіцієнти, що узгоджується з припущенням про відносну автономність цих сфер від поточних психоемоційних станів.

Загалом результати для блоку реалізованості цінностей демонструють, що кореляції мають переважно селективний характер: значущими виявляються зв'язки саме тих сфер, які безпосередньо інтегрують фізичний

чи емоційний компонент (здоров'я, любов, сім'я). У той час як більш когнітивні, соціально-інструментальні чи екзистенційні цінності не показали чітких асоціацій з емоційними або самооцінювальними характеристиками. Така конфігурація також відображає можливі особливості переживання життєвих орієнтирів у контексті тривалого соціального стресу — коли найбільше емоційне значення мають сфери, пов'язані з базовою безпекою, тілесністю та близькими стосунками.

*Таблиця 3.17*

**Кореляційні залежності між показниками ціннісних орієнтацій (розбіжність), індикаторами емоційного стану та рівнями притязань і самооцінки**

		Самопочуття	Активність	Настрій	Рівень претензій	рівень самооцінки
«Активне життя»	r	0,103	-0,022	-0,055	0,003	0,166
	p	0,465	0,875	0,696	0,984	0,234
«Здоров'я»	r	0,219	-0,201	0,166	<b>-,380**</b>	-0,172
	p	0,115	0,148	0,234	<b>0,005</b>	0,219
«Цікава робота»	r	0,185	-0,082	0,090	0,210	0,186
	p	0,184	0,558	0,524	0,131	0,182
«Переживання прекрасного»	r	0,029	0,032	0,158	-0,129	0,046
	p	0,837	0,822	0,259	0,359	0,744
«Любов»	r	<b>-,360**</b>	0,182	<b>-,291*</b>	0,127	-0,057
	p	<b>0,008</b>	0,193	<b>0,034</b>	0,365	0,684
«Матеріальне забезпечення життя»	r	-0,221	0,072	-0,197	0,163	0,123
	p	0,113	0,610	0,157	0,244	0,382
«Наявність друзів»	r	0,039	-0,090	0,179	-0,066	-0,029
	p	0,779	0,523	0,201	0,639	0,837
«Упевненість у собі»	r	0,199	-0,143	<b>,311*</b>	0,095	-0,115
	p	0,153	0,306	<b>0,024</b>	0,497	0,410
«Пізнання»	r	0,118	0,031	0,013	-0,123	-0,087
	p	0,401	0,826	0,927	0,381	0,538
«Свобода»	r	-0,030	0,008	-0,152	-0,159	-0,071
	p	0,830	0,953	0,278	0,255	0,614
«Щасливе сімейне життя»	r	<b>-,287*</b>	0,148	-0,174	0,137	-0,138
	p	<b>0,037</b>	0,291	0,214	0,328	0,325
«Творчість»	r	0,225	-0,213	0,086	0,067	0,023
	p	0,105	0,125	0,543	0,635	0,871

Примітка:

\*\* . Кореляція значима на рівні 0,01 (двобічна).

\* . Кореляція значима на рівні 0,05 (двобічна).

Аналіз кореляцій між величиною розриву між бажаним і фактично реалізованим рівнем життєвих цінностей та емоційно-самооціночними характеристиками засвідчив декілька важливих закономірностей (табл. 3.17). Загальна тенденція свідчить: чим більший розрив, тим гірші емоційні показники, що відповідає уявленню про розрив як індикатор внутрішньої фрустрації, ненаповненості чи нереалізованих потреб.

Найбільш виразно ця закономірність проявилася у сфері цінності «Любов». Зростання розриву за цією цінністю значущо пов'язане з гіршим самопочуттям ( $r = -0,360$ ;  $p = 0,008$ ) та зниженим настроєм ( $r = -0,291$ ;  $p = 0,034$ ). Це означає, що респонденти, чії очікування щодо любові та міжособистісної близькості значною мірою не відповідають їхній фактичній ситуації, відчувають себе фізично та емоційно гірше. Така конфігурація цілком логічна в умовах тривалого стресу: емоційна потреба у стосунках посилюється, а її фрустрація безпосередньо відбивається на емоційно-фізіологічних індикаторах.

Схожу закономірність демонструє і розрив за цінністю «Щасливе сімейне життя», де виявлено негативний зв'язок із самопочуттям ( $r = -0,287$ ;  $p = 0,037$ ). Хоча ефект менш інтенсивний, він підтверджує, що невідповідність між уявленнями про сімейну гармонію та фактичним станом стосунків або побутової стабільності формує додаткове емоційне навантаження.

Ще один значущий зв'язок спостерігається у сфері «Упевненість у собі»: розрив за цією цінністю позитивно корелює з настроєм ( $r = 0,311$ ;  $p = 0,024$ ). Цей результат може здаватися контрінтуїтивним, однак у психології трапляється явище, коли люди з нижчим рівнем реалізованості впевненості, але водночас із високою її бажаністю, можуть мати більш підвищену емоційну чутливість, активну рефлексивність і прагнення до змін, що іноді супроводжується більш варіативним, але суб'єктивно «емоційно живим»

настроєм. Проте цей зв'язок потребує обережної інтерпретації, оскільки не відображає однозначно ані покращення, ані погіршення стану.

Найбільш специфічний результат проявився для розриву за цінністю «Здоров'я»: чим більша диспропорція між важливістю та фактичною реалізацією, тим нижчий рівень притязань ( $r = -0,380$ ;  $p = 0,005$ ). Це може вказувати на механізм адаптивного зниження очікувань у респондентів, які переживають ускладнення зі здоров'ям — коли людина свідомо або несвідомо зменшує рівень вимог до себе як спосіб справитися із відчуттям слабкості, фізичної втоми або невпевненості у власних ресурсах.

Для інших розривів — «Активне життя», «Цікава робота», «Пізнання», «Свобода», «Матеріальне забезпечення», «Наявність друзів», «Творчість» — статистично значущих кореляцій не виявлено ( $p > 0,05$ ). Це може свідчити про те, що фрустрація цих сфер або менш емоційно навантажена для респондентів, або ж рідше переживається як внутрішній конфлікт, що впливає на самопочуття, емоції чи самооцінку.

Отримані результати підтверджують, що емоційно чутливі цінності — любов, сім'я, здоров'я — є найбільш вразливими до розривів між бажаним і реальним станом, демонструючи прямий вплив на самопочуття та настрої. Це підкреслює роль емоційної близькості, стабільності та фізичного стану як ключових регуляторів психічного благополуччя в ситуації тривалого соціального стресу.

Узагальнення результатів трьох кореляційних блоків показує, що сам по собі набір цінностей респондентів майже не пов'язаний з їхнім поточним емоційним станом, тоді як вирішальне значення має саме те, наскільки ці цінності реалізовані у житті. Найбільшу чутливість демонструють сфери, пов'язані зі здоров'ям та міжособистісною близькістю: їх наявність або брак узгодженості з реальністю відображається у переживанні самопочуття, настрою та внутрішньої рівноваги. Водночас розрив між бажаним і фактичним рівнем реалізації важливих стосункових або сімейних цінностей

пов'язаний із менш сприятливим емоційним тоном, що підкреслює психологічну значущість цих сфер. Загалом кореляційна картина свідчить: не стільки сама ієрархія цінностей, скільки їх фактична реалізованість та переживання нереалізованості визначають особливості суб'єктивного благополуччя учасників дослідження.

### **Висновки до 3 розділа**

Емпіричний аналіз дозволив комплексно охарактеризувати особливості ціннісної сфери особистості в умовах соціальної нестабільності та виявити її взаємозв'язок із емоційно-самооціночними показниками. Результати методики Рокіча засвідчили, що респонденти зберігають стабільну ієрархію життєвих цілей і прагнень, проте для низки цінностей характерні суттєві розриви між бажаним і фактичним рівнем їх реалізації, що відображає вплив тривалого стресу та обмежених можливостей самореалізації у воєнний період. Дані методики Дембо–Рубінштейн показали переважання поєднання середньої та високої самооцінки з підвищеним рівнем домагань, що свідчить про внутрішню мотивацію зберігати активність і рух до особистісних цілей навіть за умов нестабільності. За методикою САН більшість учасників продемонстрували середній рівень самопочуття, настрою та активності, що може вказувати на адаптивне пристосування до хронічного стресу.

Порівняння груп за соціально-демографічними ознаками виявило окремі значущі відмінності, насамперед у сфері сімейних і професійних цінностей, що підкреслює роль життєвих обставин (досвіду переміщення, статі, рівня задоволеності роботою) у формуванні особистісної ціннісної структури. Кореляційний аналіз засвідчив, що самі цінності як бажані цілі здебільшого не пов'язані з емоційним станом, тоді як вирішальне значення має їх фактична реалізованість або, навпаки, переживання нереалізованості. Особливо чутливими виявилися сфери любові, сімейного життя та здоров'я

— саме вони демонстрували зв'язок із погіршенням самопочуття та настрою за наявності диспропорції між бажаним та фактичним рівнем.

Таким чином, отримані результати показують, що в умовах соціальної нестабільності найбільш вразливими є цінності, пов'язані зі стосунковою, сімейною та екзистенційною сферою, тоді як емоційне благополуччя значною мірою залежить не від самої структури цінностей, а від можливості їх реалізувати. Це підкреслює важливість підтримки стабільних соціальних зв'язків, можливостей самореалізації та психологічної допомоги як ключових чинників збереження особистісної цілісності у період тривалого суспільного стресу.

## ВИСНОВКИ

Здійснено теоретичний аналіз сучасних підходів до розуміння ціннісної сфери особистості в контексті соціальної нестабільності. Розглянуто концепції цінностей як стійких регуляторів поведінки, інструментів особистісного вибору та механізмів адаптації у кризових ситуаціях. Особливу увагу приділено дослідженням впливу тривалого стресу, війни та невизначеності на психологічні структури мотивації, емоційної стабільності та самооцінки. Теоретичний аналіз дав змогу окреслити, які саме компоненти ціннісної та мотиваційної системи є найбільш чутливими до зовнішніх загроз і можуть виявляти внутрішню перебудову під впливом соціальних трансформацій — що надалі стало основою для побудови емпіричного дослідження.

Проведено емпіричний аналіз ієрархії цінностей за модифікованою методикою Рокича у трьох вимірах: бажаності (ціннісні цілі), реалізованості та розриву між бажаним і фактичним рівнем. Отримані описові статистики показали, що для більшості цінностей спостерігається певна дистанція між прагненнями та їх реалізацією, а окремі сфери демонструють виразні розриви, що можуть відображати вплив воєнного стану, нестабільності та обмежених можливостей самореалізації. Порівняння груп за статтю, досвідом переміщення та рівнем задоволеності роботою дало змогу виявити специфічні відмінності, зокрема щодо сімейних та професійних цінностей. У сукупності це дозволило описати структуру ціннісних пріоритетів та визначити ті життєві сфери, де респонденти переживають найбільшу психологічну напругу, пов'язану з нереалізованістю.

Проаналізовано рівень самооцінки та домагань за методикою Дембо–Рубінштейн, а також емоційний стан респондентів відповідно до методики САН. Результати показали домінування комбінації середньої та високої самооцінки при водночас підвищених рівнях домагань, що свідчить про

збереження мотиваційної активності попри складні соціальні умови. Показники САН засвідчили середній рівень самопочуття, активності й настрою, що може вказувати на адаптаційні механізми в умовах тривалого стресу. Додаткові порівняльні аналізи показали, що окремі емоційні показники можуть змінюватися залежно від статі та досвіду вимушеного переміщення (наприклад, нижча активність у жінок), що підкреслює вплив соціально зумовлених обставин на емоційно-самооціночну сферу.

Здійснено порівняння груп за соціально-демографічними характеристиками та проведено кореляційний аналіз взаємозв'язків між цінностями, рівнем їх реалізованості, величиною розривів, самооцінкою, домаганнями та емоційними показниками. Порівняльні аналізи виявили окремі значущі відмінності: наприклад, більш високу значущість сімейних цінностей у жінок та осіб, що виїхали з окупованих територій, а також нижчу реальну професійну реалізованість у переміщених респондентів. Кореляційний аналіз показав, що емоційний стан сильніше пов'язаний не з самими цінностями як цілями, а з їх реалізованістю та особливо — з розривами між бажаним і фактичним рівнем. Найбільш чутливими виявилися сфери любові, сімейного життя та здоров'я, де фрустрація супроводжується гіршим самопочуттям і зниженим настроєм. Це дозволяє окреслити ключові психологічні вразливості респондентів та підтверджує важливість узгодженості між цінностями й реальними життєвими умовами для підтримання суб'єктивного благополуччя.

Таким чином, проведене дослідження дозволило комплексно розкрити особливості ціннісної сфери особистості в умовах соціальної нестабільності та показало, що саме узгодженість між життєвими цінностями та можливостями їх реалізації відіграє ключову роль у підтриманні емоційного благополуччя

## СПИСОК ВИКОРИСТАНИХ ДЖЕРЕЛ

1. Актуальні проблеми психологічної та соціальної адаптації в умовах кризового суспільства [Електронне видання] : збірник матеріалів ІХ Міжнародної науковопрактичної конференції, м. Ірпінь, 25–29 квітня 2024 року. – Ірпінь : Державний податковий університет, 2024. – 582 с. – PDF-формат ; мережеве видання ; інституційний депозитарій. ISBN 978-966-337-741-4
2. Бех І. Д. Вибрані наукові праці. У 2 т. Т. 2 / І. Д. Бех. – Київ : Видавництво «Дух і літера», 2015. – 512 с.
3. Бех І.Д. Духовні цінності в розвитку особистості /І.Д.Бех // Педагогіка і психологія. – 1997. – №1. – С.124–129.
4. Бондаренко О. О. Трансформація ціннісних орієнтацій українського суспільства в контексті соціокультурних змін початку ХХІ століття. Вісник Національної академії керівних кадрів культури і мистецтв : наук. журнал. 2025. № 2. С. 99–106.
5. Бреусенко О. А. Динаміка ціннісно-смиислової сфери особистості в умовах екзистенціальної кризи : автореф. дис. на здобуття наук. ступеня канд. психол. наук : спец. 19.00.01 «Загальна психологія, історія психології» К., 2000. 23 с.
6. Будницька О. А. Індивідуально-особистісні детермінанти емоційних переживань у психотравмуючих ситуаціях : автореф. дис. на здобуття наук. ступеня канд. психол. наук : спец. 19.00.01 «Загальна психологія, історія психології» К., 2001. 19 с.
7. Варбан Є. О. Психодіагностика стратегій подолання критичних життєвих ситуацій : деякі підходи та методи. Науковий часопис Національного педагогічного університету імені М. П. Драгоманова. Серія № 12, Психологічні науки. К., 2007. № 17 (41), ч. 2. С. 177–182.

8. Завацький Ю. Соціально-психологічна специфіка соціальної мобільності особистості в період криз. Психологія особистості. Івано-Франківськ : ДВНЗ «Прикарпатський національний університет імені Василя Стефаника», 2021. Т. 11. № 1. С. 46–53. DOI: 10.15330/ps.11.1.46-53

9. Моргун В. Ф. Кризові та еволюційні періоди розвитку особистості від народження до смерті: психологія людської долі. Єдність педагогіки і психології у цілісному навчально-виховному процесі : матеріали Всеукр. наук.-практ. конф. (4-5 квітня 1995 р.) / за ред. А. М. Бойко. Полтава, 2005. – С. 135-139.

10. Музика О.Л. Ціннісна підтримка розвитку особистості в кризових життєвих ситуаціях / О.Л. Музика // Особистість в умовах кризових викликів сучасності: Матеріали методологічного семінару НАПН України (24 березня 2016 року) / За ред. академіка НАПН України С.Д. Максименка. – К., 2016. – С. 167-175.

11. Неприцька, Т. (2022). Формування ціннісних орієнтацій в суспільстві в умовах війни: реалії України. Політичне життя. 93-97. 10.31558/2519-2949.2022.3.11. Дата звернення 28.07.2025 [https://www.researchgate.net/publication/364508426\\_Formuvanna\\_cinnisnih\\_orientacij\\_v\\_suspilstvi\\_v\\_umovah\\_vijni\\_realii\\_Ukraini](https://www.researchgate.net/publication/364508426_Formuvanna_cinnisnih_orientacij_v_suspilstvi_v_umovah_vijni_realii_Ukraini)

12. Осадченко І. та ін. Аналіз психоемоційного стану українців та аспекти психологічної допомоги на початку сучасної війни // Psychological Prospects Journal. – 2023. – Вип. 42. – С. 158–171. – DOI: <https://evnuir.vnu.edu.ua/handle/123456789/23472> Дата звернення 28.07.2025

13. Освіта і наука - 2024 : збірник наукових праць учасників звітної наукової конференції студентів та аспірантів Факультету психології Українського державного університету імені Михайла Драгоманова (9-11 квітня 2024 року, м. Київ) [Електронне видання] / Ред. колегія: Л.М. Вольнова. – Київ, 2024. – 293 с. Дата звернення 28.07.2025

<https://enpuirb.udu.edu.ua/server/api/core/bitstreams/4dd0e05d-27db-435a-893e-8b4a592c4df3/content>

14. Поліщук С. А. Методичний довідник з психодіагностики : навчально-методичний посібник. – Суми : Університетська книга, 2023. – 112 с.

15. Попович І. С. Психологія соціальних очікувань особистості: методологія, теорія і практика : навчально-методичний посібник / І. С. Попович. – Херсон : Олді-плюс, 2019. – 158 с.

16. Попович І. С. Роль соціально-психологічних очікувань у професійному становленні та розвитку особистості // Збірник наукових праць: філософія, соціологія, психологія. – 2015. – Вип. 20(2). – С. 213–220. [http://nbuv.gov.ua/UJRN/znpfsp\\_2015\\_20%282%29\\_\\_33](http://nbuv.gov.ua/UJRN/znpfsp_2015_20%282%29__33) Дата звернення 28.07.2025

17. Попович І. С. (2021). Психологія соціальних очікувань особистості : методологія, теорія і практика. Дата звернення 28.07.2025 [https://www.researchgate.net/publication/354053092\\_Psihologia\\_socialnih\\_ocikuvan\\_an\\_osobistosti\\_metodologia\\_teoria\\_i\\_praktika](https://www.researchgate.net/publication/354053092_Psihologia_socialnih_ocikuvan_an_osobistosti_metodologia_teoria_i_praktika)

18. Психологія особистості: тексти і методики : навчальний посібник / за ред. Л. К. Величенка. – Одеса : Букаєв Вадим Вікторович, 2008. – 268 с.

19. Психологічні аспекти проектування особистістю власного майбутнього в умовах сучасності : монографія [Електронне видання] / Шахов В. В. та ін.; за заг. ред. Блашкової О.М. Київ: Маріупольський державний університет, 2025. 289 с.

20. Раевская Ю., Кульбида С., Лавлинский Р. и Сеница Н. (2025). Психоэмоциональная устойчивость личности в период общественных трансформаций. *Insight: The Psychological Dimensions of Society*, (13), 519–543. <https://doi.org/10.32999/2663-970X/2024-13-21> Дата звернення 28.07.2025

21. Розвиток життєвої компетентності особистості в умовах воєнного стану та післявоєнного відновлення України: монографія / Н. В. Чепелева, М.

Л. Смільсон, С. Ю. Рудницька [та ін.]; за ред. Н. В. Чепелевої. Київ, 2025. 207 с.

22. Романюк Л.В. Ціннісні орієнтації: сутність, структура і психологічні механізми розвитку /Л.В.Романюк. – Ка м'янець Подільський: Абетка НОВА, 2004. – 188 с.

23. Силкін Є. Російсько-українська війна як чинник трансформації ціннісних орієнтацій жінок-військовослужбовиць // Соціальна робота. – 2024. – № 1(10). – С. 83–88. – DOI: <https://doi.org/10.17721/2616-7786.2024/10-1/12>. Дата звернення 28.07.2025

24. Скобедіна О. Ю. Динаміка становлення ціннісних орієнтацій особистості // Проблеми сучасної психології. — 2010. — Вип. 9. — С. 514–524. — УДК 159.922.6 + 316.752. Дата звернення 31.07.2025  
file:///C:/Users/allot/Downloads/161954-%D0%A2%D0%B5%D0%BA%D1%81%D1%82%20%D1%81%D1%82%D0%B0%D1%82%D1%82%D1%96-353767-1-10-20190402.pdf

25. Фурман А. А. Психологія особистості: ціннісно-орієнтаційний вимір : монографія / А. А. Фурман. – Одеса : ОНПУ; Тернопіль : ТНЕУ, 2016. – 312 с.

26. Хоружа Л. В. Personal values and life meanings of Ukrainian youth in the conditions of instability. Emotional and Mental Education. 2024. Т. 4, № 7. С. 105–117.

27. Ціннісна детермінація становлення обдарованої особистості: монографія / [О. Л. Музика, І. М. Біла, Д. К. Корольов та ін.]; за ред. О. Л. Музики. – К.: Видавничий Дім «Слово», 2017. – 220 с.

28. Чайка Г. В. Ціннісно-сміслові механізми адаптації особистості. Вісник психології. 2015. Т. 7, № 2. С. 102–113.

29. Чайка Г.В. Ціннісно-смістова сфера особистості в період кризи. Київ: ПТТА НАПН України, 2015. 180 с.

30. Щербакова І. М. Подолання духовної кризи особистості в умовах сьогодення. Гілея: науковий вісник: [36. наук. пр.].К. : ВІР УАН, 2014. Випуск43. С. 308-315. 47. Эриксон Э. Идентичность : юность и кризис : пер. с англ. М. : Прогресс, 1996. 531 с.

31. Akaliyski, P. (2024). Societal Value Change under Existential Insecurity. *Social Indicators Research*, 169(2), 547–565.

32. Allport, G. (1961). *Pattern and Growth in Personality*. New York: Holt, Rinehart & Winston.

33. Baumeister, R. F. (1991). *Meanings of Life*. New York: Guilford Press.

34. Baumeister, R. F., & Vohs, K. D. (2007). *Handbook of Self-Regulation*. New York: Guilford Press.

35. Bauman, Z. (2007). *Liquid Times: Living in an Age of Uncertainty*. Cambridge: Polity Press.

36. Baron, S. (2020). Values as Internal Stabilizers in Times of Global Crisis. *Journal of Humanistic Psychology*, 60(6), 735–749.

37. Bilsky, W., & Schwartz, S. H. (1994). Values and Personality. *European Journal of Personality*, 8(3), 163–181.

38. Chunikhina, Svitlana. (2024). Психологічний стан українського суспільства в контексті повномасштабної війни: між витривалістю та виснаженням: Наукова доповідь загальним зборам НАПН України «Захист і підтримка ментального здоров'я українців в умовах воєнного стану: виклики і відповіді», 22 листопада 2024 р.. *Herald of the National Academy of Educational Sciences of Ukraine*. 6. 1-5. 10.37472/v.naes.2024.6235. Дата звернення 06.08.2025

[https://www.researchgate.net/publication/387468691\\_PSIHOLOGICNIJ\\_STAN\\_UKRAINSKOGO\\_SUSPILSTVA\\_V\\_KONTEKSTI\\_POVNOMASSTABNOI\\_VIJNI\\_MIZ\\_VITRIVALISTU\\_TA\\_VISNAZENNAM\\_Naukova\\_dopovid\\_zagalnim\\_zboram\\_NAPN\\_Ukraini\\_Zahist\\_i\\_pidtrimka\\_mentalnogo\\_zdorov'a\\_ukrainci](https://www.researchgate.net/publication/387468691_PSIHOLOGICNIJ_STAN_UKRAINSKOGO_SUSPILSTVA_V_KONTEKSTI_POVNOMASSTABNOI_VIJNI_MIZ_VITRIVALISTU_TA_VISNAZENNAM_Naukova_dopovid_zagalnim_zboram_NAPN_Ukraini_Zahist_i_pidtrimka_mentalnogo_zdorov'a_ukrainci)

39. Connor, K. M., & Davidson, J. R. (2003). Development of a New Resilience Scale (CD-RISC). *Depression and Anxiety*, 18(2), 76–82.
40. Davidov, E., Schwartz, S. H., et al. (2022). Stability and Change of Human Values during the COVID-19 Pandemic. *Frontiers in Psychology*, 13, 1–14.
41. Deci, E. L., & Ryan, R. M. (2000). The “What” and “Why” of Goal Pursuits: Human Needs and the Self-Determination of Behavior. *Psychological Inquiry*, 11(4), 227–268.
42. Diener, E., & Oishi, S. (2014). Residents of Poor Nations Have a Strong Sense of Meaning in Life. *Psychological Science*, 25(12), 422–435.
43. Durkheim, É. (1912). *Les formes élémentaires de la vie religieuse*. Paris: Alcan.
44. Erikson, E. (1968). *Identity: Youth and Crisis*. New York: Norton.
45. Erikson, E. (1993). *Childhood and Society*. New York: W. W. Norton.
46. Festinger, L. (1957). *A Theory of Cognitive Dissonance*. Stanford University Press.
47. Frankl, V. E. (1963). *Man’s Search for Meaning*. Boston: Beacon Press.
48. Frankl, V. E. (1988). *The Will to Meaning: Foundations and Applications of Logotherapy*. New York: Plume.
49. Fromm, E. (1956). *The Art of Loving*. New York: Harper & Row.
50. Furman, A. A., Furman, O. Ye., & Furman, A. V. (2024). Value-Conceptual Sphere and Self-Efficacy of Personality in Socio-Economic Field. *European Proceedings of International Scientific Conferences*, 12, 125–138.
51. Habermas, J. (1984). *The Theory of Communicative Action*. Boston: Beacon Press.
52. Halian, I. (2021). Experimental Research of the Sense-Value Regulation of Formation of Value-Sense Sphere of Future Teachers. *Review of Romanian Educational Research*, 8(1), 41–53.

53. Hitlin, S., & Piliavin, J. (2004). Values: Reviving a Dormant Concept. *Annual Review of Sociology*, 30, 359–393.
54. Hofstede, G. (2010). *Culture and Organizations: Software of the Mind*. New York: McGraw-Hill.
55. Horney, K. (1950). *Neurosis and Human Growth*. New York: Norton.
56. Horn, R., & Smetana, J. (2002). Moral Values and Adolescent Development. *Developmental Psychology*, 38(3), 298–310.
57. Inglehart, R. (2020). *Cultural Evolution: People’s Motivations Are Changing, and Reshaping the World*. Cambridge: Cambridge University Press.
58. Inglehart, R., & Baker, W. E. (2000). Modernization, Cultural Change, and the Persistence of Traditional Values. *American Sociological Review*, 65(1), 19–51.
59. Inglehart, R., & Welzel, C. (2005). *Modernization, Cultural Change, and Democracy*. New York: Cambridge University Press.
60. Jacobs, I., Garofalo, C., & Verardi, S. (2022). Personal Values, Trait Emotional Intelligence, and Mental Health. *Scandinavian Journal of Psychology*, 63(5), 429–440.
61. Kasser, T. (2002). *The High Price of Materialism*. Cambridge: MIT Press.
62. Kruglanski, A. W., & Higgins, E. T. (2007). *Social Psychology: Handbook of Basic Principles*. New York: Guilford Press.
63. Lazarus, R. S., & Folkman, S. (1984). *Stress, Appraisal, and Coping*. New York: Springer.
64. Maslow, A. H. (1970). *Motivation and Personality*. New York: Harper & Row.
65. May, R. (1983). *The Discovery of Being*. New York: Norton.
66. McAdams, D. P. (2008). Personal Narratives and the Life Story. In: *Handbook of Personality: Theory and Research* (3rd ed.). New York: Guilford Press, pp. 242–262.

67. McCrae, R. R., & Costa, P. T. (1997). Personality Trait Structure as a Human Universal. *American Psychologist*, 52(5), 509–516.
68. Mead, G. H. (1934). *Mind, Self and Society*. Chicago: University of Chicago Press.
69. Oishi, S., & Diener, E. (2014). Meaning in Life and Resilience. *Psychological Science*, 25(12), 422–435.
70. Parsons, T. (1951). *The Social System*. Glencoe: Free Press.
71. Peterson, C., & Seligman, M. (2004). *Character Strengths and Virtues*. New York: Oxford University Press.
72. Putnam, R. D. (2000). *Bowling Alone: The Collapse and Revival of American Community*. New York: Simon & Schuster.
73. Rokeach, M. (1973). *The Nature of Human Values*. New York: Free Press.
74. Rogers, C. (1961). *On Becoming a Person*. Boston: Houghton Mifflin.
75. Rogers, C. (1980). *A Way of Being*. Boston: Houghton Mifflin.
76. Schwartz, S. H. (1992). Universals in the Content and Structure of Values: Theoretical Advances and Empirical Tests. *Advances in Experimental Social Psychology*, 25, 1–65.
77. Schwartz, S. H. (2012). An Overview of the Schwartz Theory of Basic Values. *Online Readings in Psychology and Culture*, 2(1).
78. Schwartz, S. H. (2014). Rethinking the Concept and Measurement of Values. *Journal of Research in Personality*, 48, 171–181.
79. Schwartz, S. H., & Bilsky, W. (1987). Toward a Universal Psychological Structure of Human Values. *Journal of Personality and Social Psychology*, 53(3), 550–562.
80. Schwartz, S. H., Cieciuch, J., & Vecchione, M. (2019). Values and the Meaning of Life. *Frontiers in Psychology*, 10, 1–14.
81. Schwartz, S. H., & Sortheix, F. M. (2018). Values and Subjective Well-being. In: *Handbook of Well-Being*. Salt Lake City: DEF Publishers.

82. Seligman, M. (2011). *Flourish: A Visionary New Understanding of Happiness and Well-being*. New York: Free Press.
83. Sortheix, F. M., & Schwartz, S. H. (2017). Values That Underlie and Undermine Well-being. *Social Indicators Research*, 132(2), 843–861.
84. Steg, L., & de Groot, J. (2010). Explaining Prosocial Intentions: Testing Causal Relationships in the Norm Activation Model. *British Journal of Social Psychology*, 49, 725–743.
85. Trommsdorff, G. (2012). Development of Values in Cross-Cultural Perspective. *Human Development*, 55(4), 253–258.
86. Vecchione, M., Alessandri, G., Caprara, G. V., & Scherer, K. R. (2016). Stability and Change of Basic Personal Values in Early Adulthood. *Journal of Research in Personality*, 63, 111–122.
87. Welzel, C. (2013). *Freedom Rising: Human Empowerment and the Quest for Emancipation*. New York: Cambridge University Press.