

МІНІСТЕРСТВО ВНУТРІШНІХ СПРАВ УКРАЇНИ
ЛЬВІВСЬКИЙ ДЕРЖАВНИЙ УНІВЕРСИТЕТ ВНУТРІШНІХ СПРАВ
Навчально-науковий інститут управління, психології та безпеки

**Фактори, які впливають на розвиток особистості молоді
в умовах війни**

Кваліфікаційна робота

здобувача вищої освіти

освітнього ступеня "бакалавр"

4 курсу заочної форми навчання

спеціальність 053 "Психологія"

ОПП "Психологія"

Єлизавети КОЗИНЮК

Науковий керівник

викладач кафедри практичної

психології

Марко ЯРЕМЧИШИН

Рецензент:

Професор, доктор психологічних наук

Галина КАТОЛИК

Кваліфікаційна робота допущена до захисту

"__" _____ 20__ р., протокол № ____ завідувач

кафедри _____

_____ науковий

ступінь, вчене звання

_____ **ПІБ** завідувача кафедри

(підпис)

Львів-2025

АНОТАЦІЯ

Єлизавета Козинюк. Тема "Фактори, які впливають на розвиток особистості молоді в умовах війни"

У дипломній роботі досліджено фактори, які впливають на розвиток особистості молоді в умовах війни. Основна увага зосереджена на вивченні процесу формування особистості молоді в умовах війни. У роботі проаналізовано ключові чинники, що впливають на формування особистості в умовах соціальних потрясінь, особливості соціального та психологічного становища молоді в умовах війни. Також досліджено вплив війни на ціннісні орієнтири, поведінкові моделі, емоційний стан та самоідентичність молоді. У дослідженні застосовано опитування методом особистого інтерв'ю, тест психологічної резильєнтності К.Лапперт для дослідження психологічної стійкості та шкалу тривожності Спілбергера – Ханіна для вивчення рівнів тривожності.

Ключові слова: формування особистості, молодь, психоемоційний стан, психологічна адаптація, трансформація світогляду.

ABSTRACT

Yelyzaveta Kozyniuk. Theme: "Factors that influence the development of youth personality in war conditions"

The thesis investigates the factors that influence the development of youth personality in war conditions. The main attention is focused on the study of the process of forming the personality of young people in war. The work analyzes the key factors that influence the formation of personality in conditions of social upheaval, the peculiarities of the social and psychological situation of young people in war. The impact of the war on the values, behavioral patterns, emotional state and self-identity of young people is also studied. The study used a personal interview survey, the K. Lappert Psychological Resilience Test to study psychological resilience, and the Spielberger-Hanin Anxiety Scale to study anxiety levels.

Key words: personality formation, youth, psycho-emotional state, psychological adaptation, transformation of worldview.

ЗМІСТ

ВСТУП	4
РОЗДІЛ 1. ТЕОРЕТИЧНІ ПІДХОДИ У ДОСЛІДЖЕННІ ПИТАННЯ ВИЗНАЧЕННЯ ФАКТОРІВ, ЯКІ ВПЛИВАЮТЬ НА РОЗВИТОК ОСОБИСТОСТІ МОЛОДІ В УМОВАХ ВІЙНИ	7
1.1. Визначення змісту поняття "формування особистості"	7
1.2. Класифікація типів молоді, що сформувались в умовах війни	10
1.3. Визначення факторів, які впливають на розвиток молоді в умовах війни	13
Висновки до розділу 1	15
РОЗДІЛ 2. ЕМПІРИЧНЕ ДОСЛІДЖЕННЯ ФАКТОРІВ, ЯКІ ВПЛИВАЮТЬ НА РОЗВИТОК ОСОБИСТОСТІ МОЛОДІ В УМОВАХ ВІЙНИ	17
2.1. Методи дослідження факторів, які впливають на розвиток особистості молоді в умовах війни, підбір групи досліджуваних осіб	17
2.2. Опис отриманих результатів досліджень.....	18
2.3. Результати статистичного опрацювання даних за допомогою кореляційного аналізу	28
Висновки до розділу 2	30
ВИСНОВКИ	32
СПИСОК ВИКОРИСТАНИХ ДЖЕРЕЛ	36
ДОДАТКИ	39

Актуальність дослідження. Воєнні події, що охопили Україну, істотно змінили умови соціального розвитку молоді, створюючи нові виклики та загрози для становлення її особистості. Молоді люди опинилися в ситуаціях втрати, переїзду, порушення звичного ритму життя, що потребує переосмислення власної ролі у суспільстві та формування нових цінностей.

В таких умовах особливої ваги набуває науковий аналіз факторів, які впливають на цей процес. Дослідження сприяє глибшому розумінню внутрішніх і зовнішніх чинників, що формують особистісні риси молоді в кризовий період, і може бути використане для створення ефективних підходів до соціально- психологічної підтримки. Урахування таких знань є необхідним для формування стійкого та відповідального покоління, здатного до відновлення й розвитку країни після завершення війни.

Аналіз наукових досліджень. У сучасній українській науці активну увагу до питання формування особистості в умовах війни приділяють низка вчених. Зокрема, докторка псих. наук, фахівчиня у галузі особистісної психології *Ольга Балл* аналізує глибинні зміни в особистісній структурі людини під впливом психологічної травми. Докторка псих. наук, авторка понад 400 наукових робіт *Тетяна Титаренко* вивчає поведінкові моделі в кризових обставинах та їхній вплив на становлення «Я-концепції». Соціальна та політична психологиня, кандидатка псих. наук *Світлана Чуніхіна* досліджує стратегії адаптації молоді, психологічну стійкість та формування нової ціннісної системи у період війни.

Також значний внесок у розуміння процесів соціалізації та самоідентифікації молодого покоління зробили психологині *Ірина Зярко* та *Олена Лісова*, які розглядають трансформації в освітньому середовищі та емоційній сфері молоді. Їхні дослідження допомагають окреслити ключові чинники, що впливають на особистісний розвиток у нестабільних умовах.

Серед зарубіжних авторів варто виділити *Еріка Еріксона*, чия теорія психосоціального розвитку дає підґрунтя для аналізу формування ідентичності в період стресу, а також *Бессел ван дер Колк* і *Ен Мастен*, які вивчають вплив травматичних подій та резильєнтності на молодь у конфліктних регіонах.

Таким чином, тема формування особистості в умовах війни досліджується як у вітчизняному, так і в міжнародному науковому просторі, що свідчить про її важливість та актуальність.

Об'єкт дослідження – процес формування особистості молоді в умовах війни.

Предмет дослідження – соціальні, психологічні, культурні та інші фактори, що впливають на формування особистості молоді в умовах війни.

Мета дослідження – теоретично проаналізувати та емпірично дослідити фактори, що впливають на розвиток особистості молоді в умовах війни.

Завдання дослідження відповідно до мети дослідження:

- проаналізувати поняття «особистість» та її формування у психології;
- визначити ключові чинники, що впливають на формування особистості в умовах соціальних потрясінь;
- описати особливості соціального та психологічного становища молоді в умовах війни, дослідити вплив війни на ціннісні орієнтири, поведінкові моделі, емоційний стан та самоідентичність молоді;
- провести емпіричні дослідження;
- сформулювати рекомендації для психологів щодо підтримки молоді в умовах війни.

Методи дослідження:

- теоретичні, до яких відносяться аналіз, систематизація, узагальнення, прогнозування;
- емпіричні (опитування, тести, відсотковий та кореляційний аналіз).

Гіпотеза дослідження - формування особистості молоді в умовах війни зумовлюється сукупною дією соціально-психологічних, інформаційно-комунікативних та екзистенційних чинників, серед яких визначальний вплив мають переживання особистісних втрат, досвід вимушеного переміщення, участь у волонтерській та громадській діяльності, а також інтенсивне сприйняття воєнного дискурсу через медіа. Передбачається, що ці фактори сприяють трансформації ціннісно-мотиваційної сфери молоді, зростанню рівня

громадянської активності, патріотичної самосвідомості, водночас актуалізуючи ризики підвищеної психоемоційної напруги та нестабільності ідентичності.

Емпіричною базою дослідження виступала вибірка, до якої увійшли 50 молодих людей віком від 16-ти до 22-ти років, які перебували на території України до початку та у ході повномасштабних військових дій, продовжуючи працювати та навчатись.

Практичне значення результатів дослідження полягає в тому, що отримані дані можуть бути корисними для фахівців, які працюють з молоддю в умовах воєнного часу. Ці дані можуть стати основою для створення дієвих програм і стратегій, спрямованих на підтримку психологічного стану молодих людей та покращення їхньої соціальної адаптації.

Новизна роботи полягає у виявленні специфічних механізмів адаптації та трансформації особистісних якостей молодих людей під впливом стресових обставин війни. Запропоновано класифікацію основних чинників, що визначають характер змін у ціннісних орієнтирах, мотиваційній сфері та соціальній поведінці молоді в період воєнних дій.

Структура роботи. Робота складається зі вступу, двох розділів з висновками до кожного розділу, загального висновку до теми, списку використаних джерел.

РОЗДІЛ 1.

ТЕОРЕТИЧНІ ПІДХОДИ У ДОСЛІДЖЕННІ ПИТАННЯ

ВИЗНАЧЕННЯ ФАКТОРІВ, ЯКІ ВПЛИВАЮТЬ НА РОЗВИТОК ОСОБИСТОСТІ МОЛОДІ В УМОВАХ ВІЙНИ

1.1. Визначення змісту поняття "формування особистості"

Особистість — це індивідум, наділений свідомістю, здатністю до самопізнання, активного освоєння і перетворення навколишнього середовища відповідно до суспільних потреб. Особистість – це форма існування психіки людини, яка являє цілісність, здатну до саморозвитку, самовизначення, свідомої предметної діяльності і саморегуляції, та має свій унікальний і неповторний внутрішній світ [1, с. 9].

Людина - носій як біологічних, так і соціальних характеристик, є основою для формування особистості. У порівнянні з поняттям «особистість», термін «людина» має ширше значення, адже включає цілу систему ознак — від антропологічних та етнокультурних до фізіологічних і психологічних.

Кожна окрема людина — це унікальна особистість із властивим їй ставленням до себе, до інших, до подій та явищ світу. Її поведінка формується в конкретному соціальному контексті та залежить від життєвих обставин.

Від народження людина має певні біологічні передумови — зокрема функціональний організм і мозок, здатний до розвитку. Але становлення особистості відбувається лише в ході поступового засвоєння соціального досвіду, що охоплює як матеріальні, так і духовні аспекти: культурні цінності, практичні навички, абстрактне мислення, емоційно-чуттєве сприйняття світу.

Процес формування особистості починається змалку і триває протягом усього життя. Це динамічний, складний та суперечливий шлях, який визначається через взаємодію з іншими, процеси навчання, виховання та самовиховання.

Засновник психоаналізу *Зігмунд Фройд* вбачав у розвитку особистості додання внутрішнього конфлікту між власними потягами та соціальними вимогами.

Особистість виявляється через низку соціально-психологічних рис:

- світогляд;
- унікальність;
- активність;
- моральні установки;
- життєві позиції;
- ціннісні орієнтири;
- інтереси та мотиви.

І хоча багато рис можуть бути спільними, кожна особистість має свою індивідуальність — унікальне поєднання психічних і поведінкових характеристик, що вирізняють її серед інших. Головна реалізація особистості — у діяльності, через яку розкривається її внутрішній світ, цінності та прагнення.

У сучасній психології існують такі напрями дослідження розвитку та формування особистості:

- біогенетичний;
- соціогенетичний;
- персоногенетичний.

В основі виділення даних напрямів знаходиться причинно-наслідковий зв'язок розвитку особистості з середовищем та спадковістю.

Біогенетичний напрям.

Розглядаються проблеми розвитку людини як індивіда, з певними антропогенетичними властивостями (задатками, темпераментом, біологічним віком, статтю, нейродинамічними властивостями, органічними потребами, тощо).

Соціогенетичний напрям.

Основним завданням представників соціогенетичного напрямку є вивчення процесів соціалізації людини, засвоєння людиною соціальних норм і ролей, набуття соціальних настанов і ціннісних орієнтацій, формування соціального і національного характеру людини як члена тієї або іншої спільності.

Персоногенетичний напрям.

Вивчаються проблеми активності, творчості особистості, формування людського Я, виховання певного особистого характеру і здібностей, самореалізації і особистого вибору, пошуку сенсу життя [2; с. 9-10].

Вивчаючи зміст самого поняття "формування особистості" варто звернутись до напрацювань класиків психологічної науки.

Гордон Вілард Олпорт, американський психолог, акцентував увагу на взаємозв'язку середовища та становлення особистості. Він вважає, що людина - це не просто сума рис, а складна структура, що змінюється у взаємодії з навколишнім середовищем.

Віктор Франкл, австрійський психотерапевт, книга якого "Людина у пошуках справжнього сенсу" стала світовим бестселером, описує пошук сенсу життя як головну мотиваційну рушійну силу в розвитку людини. Автор висловив глибоку думку про внутрішню відповідальність у формуванні особистості навіть в умовах страждань, як-то війна. "Між стимулом та реакцією є простір. У цьому просторі - наша сила обирати свою відповідь, в якій - наша свобода та розвиток" [3].

На думку представника гуманістичної психології *Карла Роджерса*, який підкреслював важливість самосприйняття та автентичність, ставати особистістю - це процес відкриття себе, своєї унікальності та постійного самовдосконалення [4].

На думку *Еріка Еріксона*, особистість розвивається крізь вирішення криз, що виникають на кожному етапі життя; отже психолог указує на значення життєвих викликів у становленні людини.

Отже, доцільно стверджувати, що власну особистість, як і сюжет життя, людина проектує, керуючись тими смислами, які вона вкладає в цінності свого життя. Саме індивідуальні смисли життєвих цінностей, які перебувають у певній ієрархії, характеризують кожен особистість як неповторну індивідуальність, визначаючи її суб'єктність [5; с. 90].

Розвиток людини — це складний і тривалий процес формування особистості, який залежить як від зовнішніх обставин, так і від внутрішніх

ресурсів. Важливу роль у цьому процесі відіграють навчання та виховання, що мають бути цілеспрямованими.

Однак розвиток не варто зводити лише до нагромадження знань або формування практичних навичок у різних сферах. Йдеться насамперед про глибинні зміни у психічній діяльності людини, про перехід від простіших форм до складніших: це оновлення пам'яті, мислення, сприймання, уяви, вольових якостей та характеру. Саме в цьому полягає сутність якісного розвитку.

Формування особистості — це процес становлення людини як соціальної істоти, що відбувається під впливом зовнішнього середовища та виховних впливів, які взаємодіють із внутрішніми потенціалами розвитку.

Хоча поняття «розвиток особистості» та «формування особистості» мають відмінності, їх часто вживають як подібні за змістом або навіть синонімічні, оскільки обидва стосуються процесу становлення людини як індивіда та члена суспільства.

1.2. Класифікація типів молоді, що сформувались в умовах війни

Воєнні обставини суттєво змінюють життєвий шлях молодої людини, формуючи нові моделі поведінки, реакцій і поглядів. Українська молодь сьогодні — це неоднорідна група, у якій виокремлюються різні типи залежно від ступеня активності, світогляду, рівня адаптації до нової реальності та внутрішніх ресурсів. Ці типи не є сталими, однак їхнє вивчення дає змогу краще зрозуміти становлення особистості молоді під час війни. Варто також пам'ятати, що ступінь духовно-морального розвитку зростаючої особистості може бути різним [6, с. 313].

1. Патріотично активна молодь.

Це ті, хто свідомо долучаються до допомоги армії, волонтерських проєктів чи інформаційного фронту. Вони розвивають громадянську відповідальність,.

Характеристика, опис: підсилює національну ідентичність і прагне бути корисною суспільству, бере участь у волонтерстві, благодійних ініціативах, інформаційній боротьбі. Має високу громадянську свідомість, мотивацію

допомагати, національну гідність. Наразі маємо активний прояв патріотизму молоді на тлі війни, яку розв'язала російська федерація проти України: потреба й готовність до діяльності патріотичного змісту, відповідальність за долю Батьківщини, потреба в захисті своєї ідентичності та державних інтересів, громадянська активність, підвищення інтересу до історії, культурних, релігійних традицій українського народу [7].

Роль: об'єднує суспільство, надихає інших, зміцнює дух спротиву. Стає символом національної єдності й моральної стійкості.

2. Мобілізована молодь.

Характеристика, опис: молодь, яка вступила до лав ЗСУ та боронить країну від ворога. Ті, хто змушені швидко адаптуватися до реалій війни: змінити своє життя. Зрілість не за віком, адаптивність, внутрішня сила.

Роль: формує нову хвилю відповідальних громадян, здатних до самостійного дорослого життя.

Формує нове покоління людей з високим рівнем відповідальності.

3. Молодь, що адаптується

Характеристика, опис: цей тип включає тих, хто швидко пристосовується до змін: змінює місце проживання, переходить на новий формат навчання, бере на себе дорослі обов'язки. Такі молоді люди проявляють зрілість, ініціативність і стійкість. Молодь, відкрита до змін. Гнучкість мислення, цілеспрямованість.

Роль: є підтримкою та прикладом для рідних та оточуючих людей, здатні до швидкого дорослішання [8].

4. Вразлива молодь.

Характеристика, опис: це група, яка зазнала глибоких емоційних потрясінь — втрати, окупації, розлуки з близькими. Їм часто потрібна підтримка — психологічна, соціальна чи освітня — для того, щоб повернути відчуття безпеки й віри в майбутнє. Це ті, хто пережили втрату, окупацію, евакуацію, обстріли, біженцтво. Можуть мати ПТСР, труднощі з навчанням, комунікацією чи довірою до світу.

Роль: потребують підтримки психологів, педагогів, суспільства, аби не втратити потенціал, бажання жити.

5. Пасивна або ізольована молодь.

Характеристика, опис: Представники цього типу часто уникають активної взаємодії з подіями, відчують безнадію або намагаються "втекти" у віртуальний світ. Їхній стан потребує розуміння та мотивації з боку дорослих, освітян і суспільства. Не виявляє активної позиції, уникає новин, відчуває безсилля чи втрату сенсу. Апатія, фрустрація, іноді втеча у віртуальний світ.

Роль: з одного боку — це наслідок перевантаження, з іншого — потенційна група для «пробудження» через освіту, культуру, підтримку.

6. Молодь за кордоном.

Характеристика, опис: чимало молодих українців опинилися за межами країни. Хтось інтегрується в нове середовище, зберігаючи українську ідентичність, хтось втрачає зв'язок із батьківщиною. Водночас багато з них стають представниками України за кордоном — через культуру, освіту та активну позицію. Молоді люди, які виїхали за кордон через війну, навчаються або живуть в іншому культурному середовищі. Культурна адаптація, подвійна ідентичність, бажання допомагати з-за кордону [9, 10, 11].

Роль: своєрідні «посли України» за межами держави. Важливий ресурс міжнародної підтримки та збереження української ідентичності за кордоном.

Близько 14 мільйонів людей, або понад третина населення України, були змушені покинути свої домівки щонайменше на певний час. Станом на середину 2024 року за кордоном перебувало близько 6,5 мільйона українських біженців, а 3,7 мільйона були внутрішньо переміщеними особами, з них приблизно третина — діти [12].

1.3. Систематизація факторів, які впливають на розвиток молоді в умовах війни

На формування людської особистості впливають зовнішні і внутрішні, біологічні та соціальні фактори. Фактор (від лат. factor - робить, що виробляє) - рушійна сила, причина будь-якого процесу, явища.

До внутрішніх факторів відноситься власна активність особистості, породжувана протиріччями, інтересами та іншими мотивами, що реалізується в самовихованні, а також в діяльності і спілкуванні.

До зовнішніх факторів відносяться макро-, мезо- і мікросередовище природна і соціальна, виховання в широкому і вузькому, соціальному і педагогічному сенсі.

Середовище і виховання - це соціальні фактори, тоді як спадковість - біологічний фактор.

З давніх-давен ведуться дискусії серед філософів, соціологів, психологів і педагогів про співвідношення біологічних і соціальних факторів, про пріоритетне значення тих чи інших у розвитку особистості людини. Одні з них стверджують, що людина, її свідомість, здібності, інтереси і потреби визначаються спадковістю (Е. Торндайк, Д. Дьюї та ін.). Представники цього напрямку зводять спадкові чинники (біологічні) в абсолют і заперечують роль середовища і виховання (соціальні фактори) в розвитку особистості. Вони помилково переносять досягнення біологічної науки про спадковість рослин і тварин на людський організм. Йдеться про пріоритет вроджених здібностей.

Інші вчені вважають, що розвиток цілком залежить від впливу соціальних факторів (Дж. Локк, Ж.-Ж. Руссо, К. А. Гельвецій та ін.) Вони заперечують генетичну схильність людини і стверджують, що дитина від народження - "чиста дошка, на якій можна все написати", тобто розвиток залежить від виховання і середовища.

Деякі вчені (Д. Дідро) вважають, що розвиток визначається рівним поєднанням впливу біологічних і соціальних факторів.

Людина - не тільки продукт спадковості і обставин, в яких проходить його життя, а й активний учасник зміни, поліпшення зовнішніх факторів. Змінюючи їх, людина змінює і самого себе [13].

Усі ці теорії, беззаперечно, працюють в мирних умовах. Проте кризові ситуації, а особливо війна, накладають суттєвий відбиток на формування особистості. 3.

Сформулюємо досліджені фактори, які впливають на розвиток молоді в умовах війни.

Психологічні фактори:

- постійний стрес і тривога через небезпеку, втрату рідних, зміну звичного життя;
- підвищена емоційна вразливість, що впливає на самооцінку, мотивацію та міжособистісні стосунки;
- Психологічна травма (ПТСР), що може вплинути на здатність до навчання, самореалізації та планування майбутнього.

Соціальні фактори:

- вимушене переміщення (ВПО або еміграція) – адаптація до нового середовища, школи, культури;
- розрив соціальних зв'язків – втрата друзів, вчителів, колективів.
- зміна сімейної структури – відсутність батьків (на фронті, у полоні, загиблі), що впливає на почуття безпеки.

Освітні фактори:

- перехід на дистанційне або змішане навчання, яке не завжди забезпечує якість освіти;
- перешкоди в доступі до знань (відсутність інтернету, стабільного житла, масштабне руйнування інфраструктури, що ще більше обмежує доступ до освіти);
- зниження мотивації до навчання через невизначене майбутнє.

Культурно-ціннісні фактори:

- підвищена національна свідомість – молодь дедалі більше цікавиться історією, культурою та мовою України;
- формування патріотичних цінностей, бажання бути корисними суспільству;

- переосмислення пріоритетів – духовне дорослішання, швидше становлення життєвих поглядів.

Економічні фактори:

- фінансові труднощі в родині, які обмежують можливості для освіти, розвитку
- необхідність рано починати працювати, щоб підтримати родину або себе;
- нестабільність ринку праці – ускладнений вибір професії та страх перед майбутнім [14].

ВИСНОВОК ДО РОЗДІЛУ 1

У період молодості питання особистісного становлення набуває особливої важливості. Це етап інтенсивного пошуку життєвої мети та сенсу існування, усвідомлення власного призначення в суспільстві, а також перегляду ключових напрямів життєвої активності. Саме в цьому віці відбувається формування життєвих орієнтирів, самопозиціювання в системі професійних, соціальних та інших взаємин, а також прийняття рішень, які визначають майбутнє людини. У зв'язку з цим значну роль відіграє дослідження психологічної природи, структурних компонентів і функціонального устрою світогляду особистості, а також процесів, що забезпечують світоглядне самовизначення молоді у ключових сферах її життєдіяльності.

Розвиток молоді в умовах війни є складним і багатогранним процесом, на який впливає багато зовнішніх і внутрішніх факторів. Ось основні з них:

1. Психологічні фактори. Стрес та травма. Постійна загроза життю, втрата близьких, руйнування домівки впливають на емоційний стан молодих людей. Посттравматичний стресовий розлад (ПТСР). Часто у молоді розвиваються симптоми тривожності, депресії. Знижується мотивація. У деяких молодих людей спостерігається втрата сенсу життя, апатія [15].

2. Освітні фактори. Переривання або зниження якості освіти. Закриття навчальних закладів, перехід на дистанційне навчання, міграція впливають на доступ до знань. Втрата освітніх перспектив. Молодь втрачає можливість

навчатися в омріяних закладах через зміну місця проживання чи фінансові труднощі [16].

3. Соціально-економічні фактори. Безробіття. Втрата робочих місць або обмежений доступ до ринку праці ускладнює економічну незалежність. Бідність. Багато молодих людей вимушені працювати, щоб підтримати сім'ю, відмовляючись від навчання. Міграція та внутрішнє переміщення. Молодь втрачає соціальні зв'язки, адаптується до нових умов [17].

4. Сімейне оточення. Втрати в родині. Смерть, поранення чи мобілізація батьків впливають на емоційний стан і рівень підтримки молоді.

Підвищене навантаження. Молодь змушена брати на себе додаткову відповідальність у родині.

5. Патріотичне та громадянське виховання. Підвищення національної свідомості. Багато молодих людей активізуються в громадських рухах, волонтерстві. Зростання почуття відповідальності. Молодь частіше бере участь у прийнятті важливих рішень щодо майбутнього держави [18].

6. Доступ до інформації та медіа. Інформаційна безпека. Вплив дезінформації, пропаганди або надмірного споживання тривожних новин. Цифрова грамотність. Зростання ролі цифрових технологій як у навчанні, так і в соціалізації.

7. Можливості самореалізації. Обмежений доступ до культурних і спортивних заходів. Зниження можливостей для особистого розвитку. Пошук нових шляхів самореалізації. Розвиток онлайн-ініціатив, волонтерських проєктів, цифрових професій [19].

РОЗДІЛ 2.

ЕМПІРИЧНЕ ДОСЛІДЖЕННЯ ФАКТОРІВ, ЯКІ ВПЛИВАЮТЬ НА РОЗВИТОК ОСОБИСТОСТІ МОЛОДІ

В УМОВАХ ВІЙНИ

2.1. Методи дослідження факторів, які впливають на розвиток особистості молоді в умовах війни, підбір групи досліджуваних осіб

Першим емпіричним методом дослідження було обрано *опитування методом особистого інтерв'ю*, яке передбачає особистий контакт - індивідуальне опитування респондентів. *Інтерв'ю* – метод психології, що виявляється в отриманні інформації про певні психологічні особливості людини шляхом її усного опитування за заздалегідь підготовленим планом [20, с. 358]. Число відмов від відповідей було незначним.

Відповідно до способу дослідження об'єкта (у статичі чи динаміці) опитування є *разовим* (інформує про стан об'єкта, його кількісні, якісні характеристики на момент дослідження).

За метою дослідження являє собою механізм для *прикладних досліджень* (спрямованих на вивчення конкретних об'єктів, вирішення конкретних соціальних проблем).

За глибиною аналізу зібраної інформації опитування є *аналітичним* (дозволяє проаналізувати причинно-наслідкові залежності у розвитку тих чи інших соціальних процесів, механізми функціонування, виокремити фактори, що впливають на них, дають можливість сформулювати відповідні стратегії або проєкти).

За системою вибору одиниць об'єкту дослідження опитування є *вибірковим* (дає можливість зробити висновки про досліджуване явище або процес на основі вивчення певної кількості одиниць об'єкту, яких вибирають за певними правилами) [21].

При виборі групи досліджуваних осіб в роботі керувались вимогами адекватності та релевантності. Обсяг групи досліджуваних для опитування *face - to - face* - 51 особа віком від 16 до 22 років. Така вибірка є достатньо адекватною для того, щоб кількісні характеристики мали достатній рівень достовірності. Також намагались максимально дотриматись вимогам релевантності -

відповідності основних характеристик групи меті роботи та поставленим завданням.

Дослідження факторів, що впливають на формування молоді також було проведено за допомогою наступних методів психометричної шкали *"Шкала тривожності Спілберга"* та тесту психологічної резильєнтності (психологічної стійкості) К. Лапперт.

Шкала тривоги Спілбергера (State-Trait Anxiety Inventory, STAI) (див. дод. Б) зазвичай використовується для вимірювання ситуативної та особистісної тривожності. Форма Y, найбільш розповсюджена версія опитувальника, включає в себе 20 пунктів для оцінки ситуативної тривожності та 20 пунктів для оцінки особистісної тривожності. Пункти для оцінки першої включають в себе: "Я напружений; Я стурбований" і "Я відчуваю у безпеці; Я відчуваю спокійно". Пункти для оцінки особистісної тривожності включають: "Я надто часто хвилююсь через речі, що ніколи не трапляються" і "Я спокійна людина". Всі пункти оцінюються за чотирибальною шкалою (наприклад від "Майже ніколи" до "Майже завжди"). Вищі бали характеризують вищий рівень тривожності.

Тест психічної стійкості був розроблений польською дослідницею Карен Лапперт. Цей опитувальник був розроблений командою Карен Лапперт з Університетської клініки в Єні. Відповідаючи на 13 запитань за шкалою стійкості RS-13, можна визначити певний рівень своєї психічної стійкості від 1 до 7. Потрібно оцінити кожне твердження за шкалою від 1 до 7, де 1 бал-це зовсім не про вас, 7-зовсім про вас (див. дод. В).

2.2. Опис отриманих результатів досліджень

Аналіз отриманих результатів *опитування* дозволив отримати реальну картину стану молодих людей, що перебувають на етапі активного розвитку особистості, перебуваючи в кризових умовах. Зокрема в таких сферах: особистісна сфера, освіта та кар'єра, соціальне життя та безпека, майбутнє життя та мотивація, психологічний стан.

Розглянемо результати опитування з розділу "Загальна інформація "

1. Першим питанням було визначення своєї вікової групи.

2/3 респондентів відносяться до вікової групи 19-22 роки, 1/3 - 16-18 років.



Рис. 2.2.1. Розподіл респондентів за віком

2. В опитуванні взяли участь особи чоловічої (41%) та жіночої (59%) статі.



Рис. 2.2.2. Розподіл респондентів за статтю

3. Рівна кількість респондентів мешкають в маленьких містах та селах (по 18%). Міські мешканці складають 64% опитуваних.

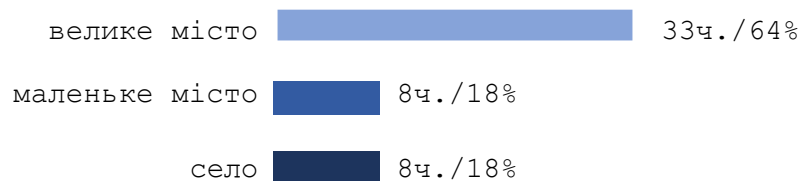


Рис. 2.2.3. Розподіл респондентів за місцем проживання

Розглянемо результати опитування з розділу "Освіта та кар'єра"

4. Оцінюючи можливість здобувати освіту в умовах війни, респонденти розділились на дві майже однакові групи. Для одних - можливості здобуття освіти майже не змінились (44%), 56% вважають, що вона погіршилась.

Результат опитування - невтішний, адже можливість отримати гідну освіту є надзвичайно важливим фактором формування особистості.



Рис. 2.2.4. Розподіл респондентів за виявленням можливості здобуття освіти в умовах війни

5. Головна мета дистанційного навчання під час війни – не засвоєння нових знань, а психологічна підтримка, спілкування, переключення уваги молоді, формування певних аспектів особистості. Також психологи запевняють, що головне для молоді – психологічний спокій і просто забезпечення того, щоб інформація потрапила до студента. Під час війни стабільність та надійність зв'язків між усіма учасниками освітнього процесу – запорука ефективної під [22; с. 344-345]. Тому засмучує інформація, що близько 27% мають поганий або задовільний доступ до онлайн-навчання. 1/2 респондентів задоволені можливістю онлайн-навчання, і 1/5 вважають доступ - відмінним.

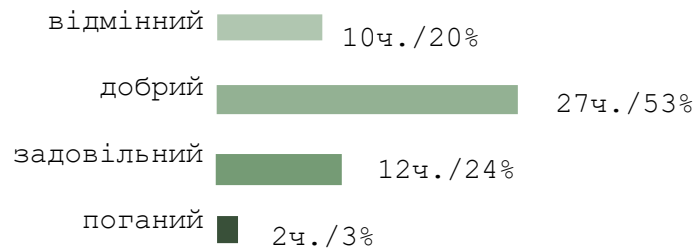


Рис. 2.2.5. Розподіл респондентів за виявленням доступу до онлайн-навчання в умовах війни

6. 1/2 респондентів змінили свої кар'єрні рішення та плани з початком війни. Трохи менша частина відзначила, що кар'єрні плани не змінилися і 9% відсотків на час відклали мрії, щодо своєї професії.



Рис. 2.2.6. Розподіл респондентів за виявленням впливу війни на кар'єрні плани

Розглянемо результати опитування з розділу "Психологічний стан"

7. При обробці результатів було виявлено домінування серед групи досліджуваних оцінки свого психологічного стану як "середній" (36%). 23% оцінюють його, як "хороший". 41% вважають свій стан "поганим" або "дуже поганим".

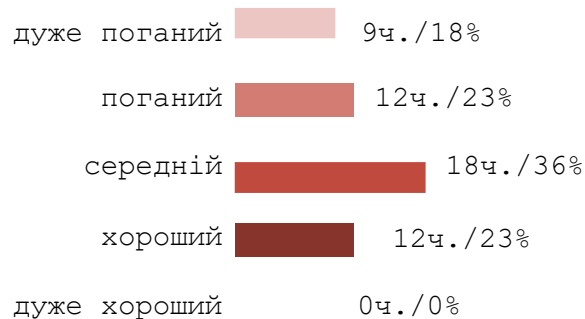


Рис. 2.2.7. Розподіл респондентів за оцінкою психологічного стану за останні 6 місяців

8. Напруження, невизначеність, втрати, не можуть не впливати на психіку, особливо молоді. Гостро тривожність і стрем відчують 23% респондентів, 69% мають нестійкий настрій, і 8% означають себе "стресостійкими".

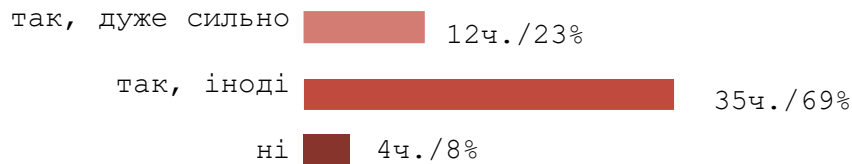
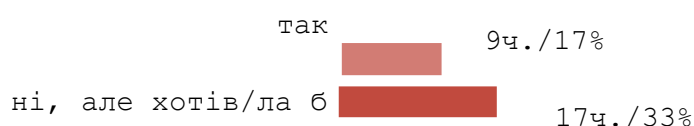


Рис. 2.2.8. Розподіл респондентів за відчуттям рівню стресу, тривожності чи депресії через війну

9. Великою кількістю опитуваних тривожні стани сприймаються як «ті, з якими не могли впоратися». При цьому 50% респондентів не звертаються за психологічною допомогою, не відчуючи потреби. Мають бажання отримати психологічну допомогу 33% опитуваних. І лише 17% відсотків звертались до психологів. Це свідчить про те, що багато людей, які страждають на тривогу, депресію, навіть не здогадуються, що з ними відбувається насправді.



ні, не відчуваю потреби 25ч./50%

Рис. 2.2.9. Розподіл респондентів за фактом звернення до психолога з метою отримання допомоги

Розглянемо результати опитування з розділу "Соціальне життя та безпека"

10. Майже 1/2 респондентів відзначили, що їх соціальні зв'язки не надто змінилися з початком війни. Значно погіршилися вони у 18%, 27% відзначили, що трохи погіршилися, а у 8% вони покращилися.

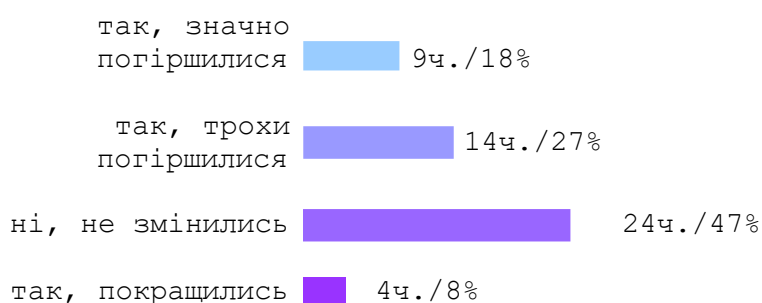


Рис. 2.2.10. Розподіл респондентів за впливом війни на соціальні зв'язки (дружбу, сім'ю, стосунки)

11. Розподіл респондентів за відчуттям безпеки у своєму населеному пункті демонструє адаптацію молоді до умов війни. І хоча 7% відчувають себе в небезпеці, а 13% не можуть визначитись (тобто тривожність виникає періодично), показник доволі високий (80%) (нагадаємо, що респонденти репрезентують Вінницьку область).

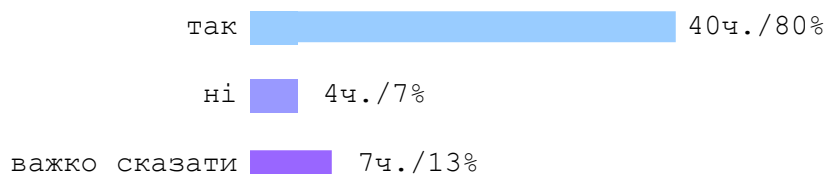


Рис. 2.2.11. Розподіл респондентів за відчуттям безпеки у своєму населеному пункті

12. Близько половини опитуваних мають доступ до волонтерських та громадських ініціатив. Негативних відгуків 35%. 22% мають наміри долучитись.

Така статистика наводить на думку про необхідність активної роботи різноманітних громадських організацій та платформ, волонтерських рухів для залучення молодого покоління. Така робота (чи навіть образ життя) покращують самоідентичність і внутрішню впевненість.

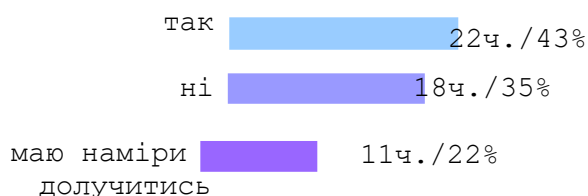


Рис. 2.2.12. Розподіл респондентів за доступом до волонтерських або громадських ініціатив, які підтримують молодь

Розглянемо результати анкетування з розділу "Майбутнє та мотивація"

13. Свій особистий розвиток в Україні позитивно сприймає 31% респондентів, 3% бачать майбутнє дуже позитивно. Нейтральне ставлення до перспектив власного розвитку має 41% опитуваних. 14% вважають свої перспективи в Україні негативними або дуже поганими.

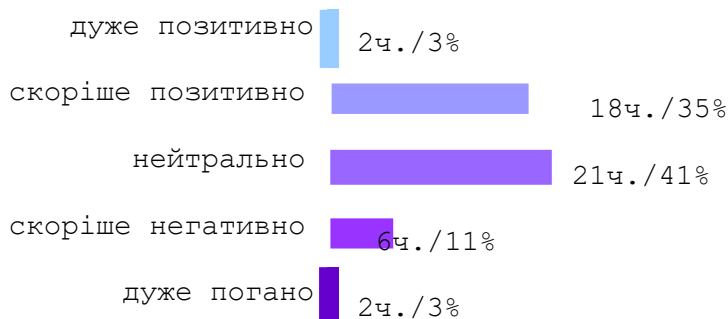


Рис. 2.2.13. Розподіл респондентів за оцінкою своїх перспектив в Україні після закінчення війни

14. В даному питанні дозволялось обрати декілька варіантів відповідей. Хобі та інтереси (35 ч.) посіли перше місце в якості допомоги та мотивації. Музика, поезія, малювання — це не просто розвага, це емоційна терапія й мотивація. На другому місці - підтримка сім'ї (34 ч.) та друзів (31 ч.). Батьки, рідні, друзі — це перше коло підтримки. Їхні слова, приклади стійкості, любов і віра в дитину — справжня опора. Прості фрази на кшталт "Я з тобою", "Ти молодець", можуть стати якорем. Віру в майбутнє відзначили 18 ч., а освіту та саморозвиток - 16 ч.



Рис. 2.2.14. Розподіл респондентів за оцінкою допомоги та мотивації в складних умовах

Окремо увагу слід приділити відповіді на питання: "Які найвагоміші моменти та емоції, які впливають на формування вашої особистості, ви пережили (переживаєте) останнім часом?"

Наведемо декілька характерних відповідей, отриманих в ході індивідуального опитування щодо опису стану респондентів:

- "Я відчуваю вигорання. Можливо, треба перепочити чи відволіктись."
- "Економічна нестабільність не дає можливості будувати плани на довготривале майбутнє."
- "Через війну до мене прийшло гостре усвідомлення, що я - українець".
- "Я відчуваю, що є частиною великої нації."
- "Почав цікавитись історією і по-новому сприймаю поняття Батьківщини."
- "Відчуваю безвихідь. Не маю бажання робити будь-що."
- "Не можу позбавитись гострого болю через втрату рідної людини."
- "Не можу ні на чому сконцентруватись. Погіршилась пам'ять."
- "Відчуваю самотність. Знаходжусь у депресії."
- "Іноді охоплює хвиля величезної гордості за наших захисників."
- "Переосмислив роль друзів у своєму житті."
- "Зрозуміла, наскільки в житті є важливим захоплення якоюсь справою."
- "Моє хобі у період війни стало рятівною соломинкою."
- "Через волонтерство став іншою людиною."
- "Ціную кожну хвилину життя".

Матеріали, отримані в ході опитування можна об'єднати та систематизувати у дві групи:

Обставини, негативні моменти та емоційні стани зі знаком "-"

- перманентна втома
- почуття невизначеності
- тривожність
- хронічний стрес
- емоційна нестабільність
- безвихідь
- економічна нестабільність
- апатія
- почуття болю за українців та батьківщину
- порушення режиму та навчального процесу
- розлука з рідними людьми
- втрата рідної людини, гостре горе
- низька концентрація уваги
- зниження продуктивності
- обмежені можливості соціальної взаємодії
- гнів
- скрутний майновий стан
- рутина
- емоційні гойдалки
- вигорання
- самотність

Обставини, позитивні моменти та емоційні стани зі знаком "+"

- відчуття гордості за свій народ
- успіхи української армії
- віра в перемогу
- захоплення улюбленим хобі (роботою)
- почуття щирої вдячності
- цінність спілкування з родиною
- підтримка друзів
- певна адаптація до складних умов
- усвідомлення національної самоідентифікації
- переживання певної єдності з іншими

Результати опрацювання даних по *тесту психологічної резильєнтності К.Ланнерт* свідчать про те, що серед респондентів переважають особи з середньою психологічною стійкістю (22 чол.). Висока психологічна стійкість на даний момент притаманна 12 особам, 8 мають низьку резильєнтність. Кількість досліджуваних по шкалі тесту резильєнтності всього склала 42 особи віком 16-17 років.

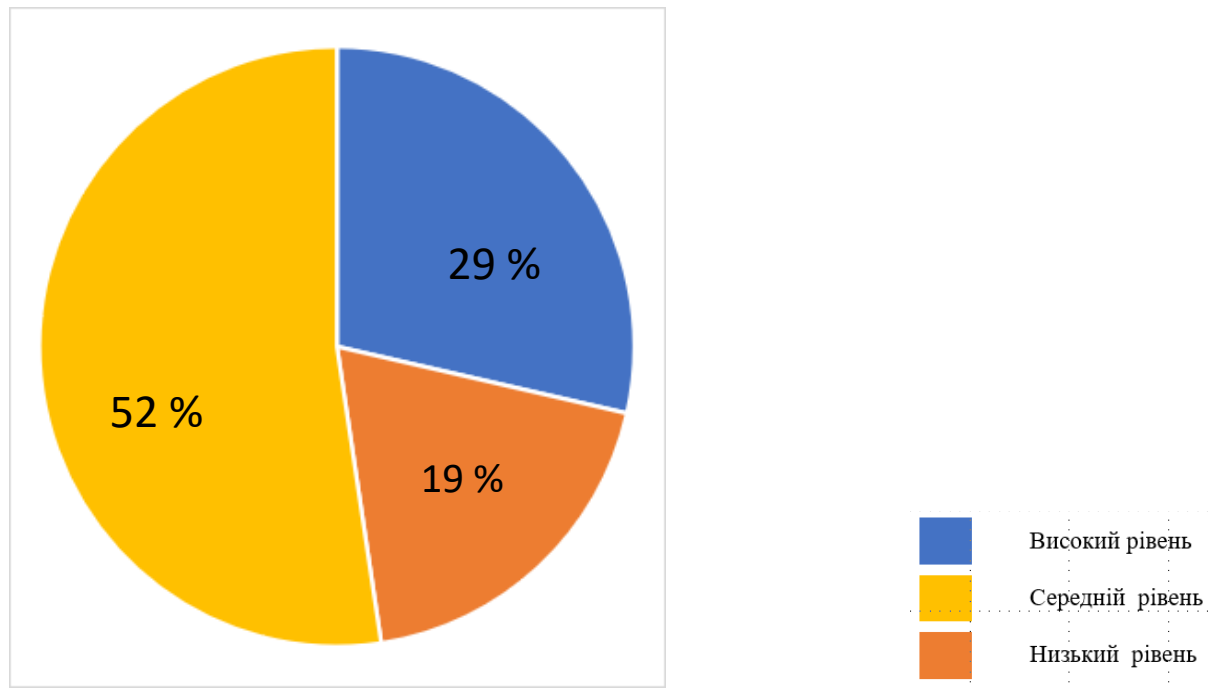


Рис. 2.2.15. Загально групова характеристика стану психологічної резильєнтності

З метою вивчення самооцінки рівня тривожності в даний момент (реактивної тривожності як стан) та особистісної тривожності (як стійкої характеристики людини) розглянемо результати дослідження за «*Шкалою Спілбергера*».

Кількість досліджуваних по шкалі тривоги Спілбергера склала 40 осіб віком 18-19 років.

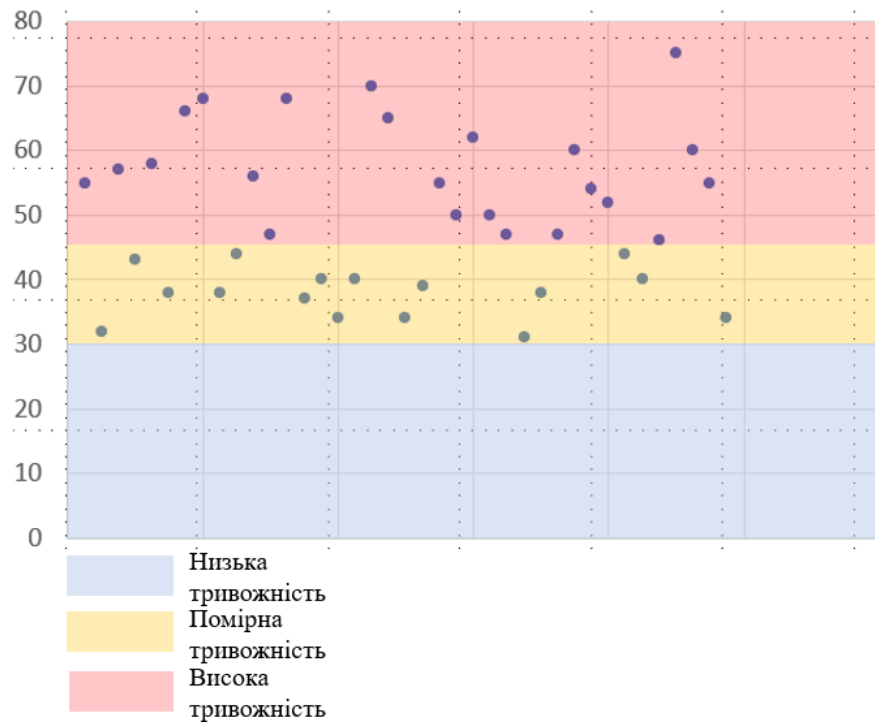


Рис. 2.2.16. Дані по шкалі самооцінки рівня тривожності в даний момент
(реактивна тривожність як стан)

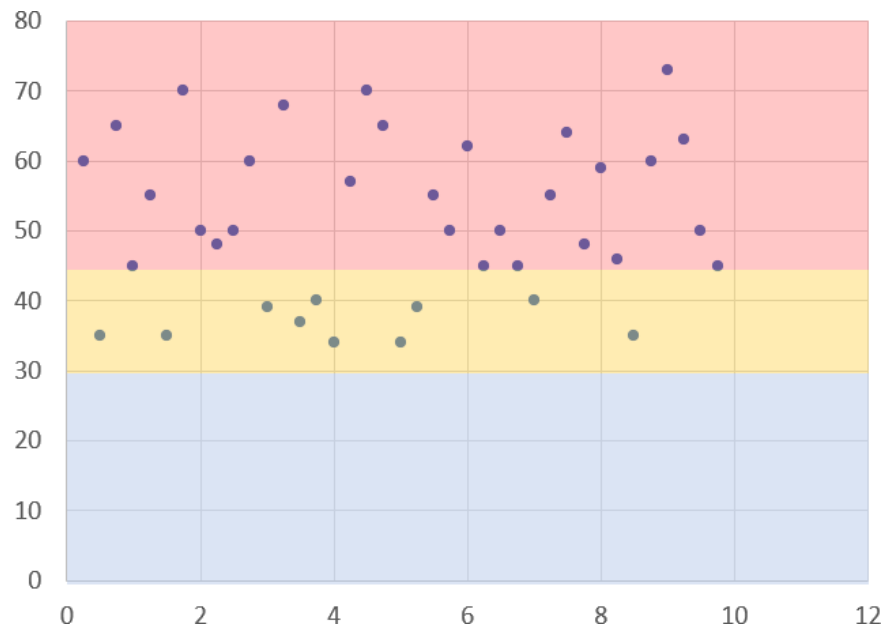


Рис. 2.2.17. Дані по шкалі особистісної тривожності
(як стійкої характеристики людини).

Виявлено, що по першій шкалі 38% опитуваних знаходяться в зоні помірної тривожності, а 62% мають високу тривожність. По другій шкалі 25% знаходяться в зоні помірної тривожності, а 75% - в зоні високої тривожності.

2.3. Результати статистичного опрацювання даних за допомогою кореляційного аналізу

Опрацювання даних в роботі здійснюється за двома методами кореляційного аналізу. Мета: визначити взаємозв'язки між психоемоційними станами (тривожність, стрес), соціальними чинниками (підтримка родини, громади), громадянською позицією (рівень патріотизму) та особистісними рисами (резильєнтність, емпатія, самооцінка) в умовах воєнного стану.

Для оцінки сили та напрямку лінійного зв'язку між двома кількісними змінними визначимо *кореляцію Пірсона*, для оцінки монотонного зв'язку між двома змінними - *кореляцію Спірмена*.

Для збору даних було обрано анкету (див. додаток Б), поділену на 8 блоків, кожен з яких презентує певну важливу складову психологічного стану молодшої людини під час війни.

8 змінних (перелік див. нижче) було поділено попарно для проведення кореляційного аналізу.

Перелік змінних для кореляційного аналізу:

1. *Рівень тривожності* (одна з ключових психологічних змінних);
2. *Резильєнтність* (ключове поняття у вивченні психологічної стійкості особистості в умовах війни);
3. *Соціальна підтримка* (один із найважливіших ресурсів психічного здоров'я, особливо у кризових умовах);

4. *Рівень стресу* (стрес у воєнний час може впливати на тривожність, резильєнтність, самооцінку, і загальне формування особистості);
5. *Патріотизм* (почуття, змістом якого є любов до Батьківщини і готовність пожертвувати своїми інтересами заради неї, відданість своєму народові);
6. *Мотивація до дій* (динамічний процес фізіологічного та психологічного плану, що керує поведінкою людини, який визначає її організованість, активність і стійкість);
7. *Досвід евакуації* (це дуже специфічний та емоційно насичений життєвий досвід, який може впливати на формування особистості, рівень стресу, резильєнтність, тривожність тощо);
8. *Самооцінка* (уявлення людини про саму себе, яке надає можливість оцінити свій стан, свої можливості, спрямованість, активність).

Умовні дані для підрахунків: кількість балів по кожному з респондентів по шкалі відповідних змінних.

При розрахунку кореляційного аналізу рівня тривожності та резильєнтності була виявлена дуже сильна лінійна обернена залежність (кореляція Пірсона $r = -0,96$) і сильна обернена монотонна залежність (кореляція Спірмена $r_s = -0,88$). Отже, спостерігається дуже сильний обернений зв'язок між рівнем тривожності та резильєнтністю. Чим вищий рівень тривожності, тим нижча резильєнтність (і навпаки). Кореляція є статистично значущою на рівні значущості $\alpha = 0.05$.

При розрахунку кореляційного аналізу рівня стресу та соціальної підтримки була виявлена помірна лінійна обернена залежність (кореляція Пірсона $r = -0,63$) і помірно обернена монотонна залежність (кореляція Спірмена $r_s = -0,65$). Отже, спостерігається помірний зв'язок між рівнем стресу та соціальною підтримкою. Чим вище соціальна підтримка, тим нижчий рівень стресу. Кореляція є статистично значущою на рівні значущості $\alpha = 0.05$.

При розрахунку кореляційного аналізу мотивації до дій та патріотизму була виявлена сильна пряма залежність (кореляція Пірсона $r = 0,95$) і ідеальна відповідність рангів (кореляція Спірмена $r_s = 1,00$). Отже, спостерігається дуже сильна пряма залежність між патріотизмом та мотивацією до дій. Чим вищий патріотизм, тим вища мотивація до дій (і навпаки). Кореляція є статистично значущою на рівні значущості $\alpha = 0.05$.

При розрахунку кореляційного аналізу досвіду евакуації та самооцінки була виявлена помірна обернена залежність (кореляція Пірсона $r = -0,43$) і помірна обернена монотонна залежність (кореляція Спірмена $r_s = -0,50$). Отже, спостерігається помірно обернена залежність між досвідом евакуації та самооцінкою. У людей після евакуації самооцінка стабільно нижча. Тенденція помітна, але не всюди. Кореляція є статистично значущою на рівні значущості $\alpha = 0.05$. Прим.: Очікуваний кореляційний зв'язок міг бути як позитивним, так і негативним.

ВИСНОВКИ ДО РОЗДІЛУ 2

З метою дослідження факторів, які впливають на розвиток особистості молоді в умовах війни ми провели емпіричне дослідження. Для цього було розроблені анкети, спрямовані на визначення основних психоемоційних станів, які виникли під час воєнних дій, і факторів, що мають значиму роль у розвитку особистості. Також було використано ряд методик для встановлення кореляційних зв'язків.

На основі відсоткового аналізу та в ході інтерв'ю було виявлено, що переважна більшість молоді в умовах війни переживала перманентну втому, почуття невизначеності, тривожність, хронічний стрес, емоційну та економічну нестабільність, безвихідь, апатію, почуття болю за українців та батьківщину, порушення режиму та навчального процесу, гостре горе, низьку концентрацію уваги, зниження продуктивності, обмежені можливості соціальної взаємодії, гнів, скрутний майновий стан, рутину, емоційні гойдалки, вигорання, самотність.

Вони також відчували за свій народ та успіхи української армії, віру в перемогу, щире вдячність, цінність спілкування з родиною, національну самоідентичність, певну єдність з іншими, адаптацію до складних умов

Кореляційний аналіз виявив:

- дуже сильний обернений зв'язок між рівнем тривожності та резильєнтністю. Чим вищий рівень тривожності, тим нижча резильєнтність (і навпаки);
- помірний зв'язок між рівнем стресу та соціальною підтримкою. Чим вище соціальна підтримка, тим нижчий рівень стресу;
- дуже сильну пряму залежність між патріотизмом та мотивацією до дій. Чим вищий патріотизм, тим вища мотивація до дій (і навпаки);
- помірно обернену залежність між досвідом евакуації та самооцінкою. У людей після евакуації самооцінка стабільно нижча. Тенденція помітна, але не всюди.

Війна спричиняє прискорене дорослішання молоді. Соціальна підтримка (родина, волонтерські ініціативи, громада) знижує ризик деструктивних змін у психіці.

Молодь, яка має активну громадянську позицію, краще адаптується до викликів війни.

Результати опрацювання даних по тесту психологічної резильєнтності К.Лапперт свідчать про те, що серед респондентів переважають особи з середньою психологічною стійкістю.

Результати дослідження за «Шкалою Спілбергера» продемонстрували факт високої тривожності у переважної більшості досліджуваних.

ВИСНОВКИ

У ході виконання дипломної роботи була досягнена мета дослідження і опрацьовані основні завдання.

Були проведені емпіричні дослідження з визначенням завдання, опису вибору психодіагностичного інструментарію; опис основних отриманих результатів та були наведені результати статистичного опрацювання за допомогою кореляційного аналізу.

Підтвердилась гіпотеза дослідження, яка передбачала істотний вплив війни на формування молоді.

У ході дослідження було підтверджено, що війна є потужним соціальним і психологічним чинником, який істотно впливає на процес формування особистості молодшої людини. В екстремальних умовах військових дій змінюється система цінностей, світогляд, емоційно-вольова сфера, соціальні орієнтири та поведінкові реакції молоді [23].

Розглянувши комплекс внутрішніх і зовнішніх факторів, ми дійшли висновку, що особистість молодшої людини в умовах війни формується під впливом кількох взаємопов'язаних складових: сім'ї, освітнього середовища, медіа, громадянського суспільства, а також безпосереднього досвіду участі у волонтерських, оборонних чи евакуаційних процесах.

Особливе значення мають психологічні реакції на стрес, почуття небезпеки, втрати близьких, зміна звичного способу життя. У таких умовах у молоді загострюється потреба в самореалізації, солідарності, духовній опорі.

Позитивним є те, що багато молодих людей виявляють високий рівень адаптивності, соціальної відповідальності та здатності до критичного мислення.

Разом із тим, війна може також призводити до травматизації, зниження мотивації до навчання, агресивності або замкненості, що вимагає цілеспрямованої підтримки з боку держави, психологів, педагогів і громади.

Важливим висновком є те, що попри загрози, війна також стає тригером для формування нових лідерів, розвитку громадянської ідентичності та

мобілізації внутрішнього потенціалу молоді. Зміни, які відбуваються у свідомості молодого покоління, мають довготривалий вплив не лише на індивідуальному, а й на суспільному рівні [24].

Формування молоді в умовах війни має свої особливості, які відрізняють цей процес від мирного часу. Війна створює специфічне середовище, що суттєво впливає на розвиток особистості, світогляду, цінностей і поведінкових моделей молоді.

Ескалація війни значно вплинула на психологічне благополуччя дітей. Якщо у 2018 році в опитуванні HBSC (Health Behaviour of School Children), проведеному за методологією BOOЗ, 83% молоді люди віком до 18 років зазначили, що почуваються щасливими або дуже щасливими, то у 2023-му цей показник знизився майже вдвічі — до 47% [12].

Сьогодні постає важливе завдання — виховувати в молодого покоління почуття патріотизму, формувати особистість на основі духовних і моральних цінностей, толерантності. Необхідно забезпечити умови для інтелектуального, культурного та фізичного розвитку молоді, а також для реалізації їхнього науково-технічного й творчого потенціалу [25].

Враховуючи все вищесказане, виділимо ключові особливості формування молоді в умовах війни:

1. Прискорене дорослішання.

Молоді люди швидко беруть на себе дорослі ролі — допомагають сім'ї, працюють, волонтерять, захищають країну. Виникає глибше розуміння життя, смерті, відповідальності та втрат.

2. Формування патріотичної свідомості.

В умовах загрози державі зростає рівень національної ідентичності, гордості за свою культуру, мову, героїв. Більшість молоді переосмислює свою роль у суспільстві як громадян.

3. Підвищена психологічна вразливість.

Тривале перебування в стресі, втрата близьких, життя в небезпеці призводять до емоційної нестабільності, тривожності, депресії. Водночас у частини молоді

формується психологічна стійкість (резильєнтність) — здатність адаптуватися до складних обставин.

4. Зміна життєвих орієнтирів і цінностей.

У мирний час молодь орієнтується на кар'єру, подорожі, самореалізацію. У час війни цінності зміщуються — на перший план виходить безпека, допомога іншим, взаємопідтримка.

Відбувається переоцінка пріоритетів, більш глибоке розуміння сенсу життя.

5. Залучення до громадської діяльності

Молодь активно долучається до волонтерства, допомоги ЗСУ, інформаційної боротьби. Це сприяє розвитку соціальної активності, лідерських якостей, навичок командної роботи.

6. Освітні трансформації

Пошук альтернативних способів навчання: дистанційна освіта, онлайн-курси, самоосвіта.

Більше значення надається практичним знанням і навичкам, адаптивності.

7. Мобільність і гнучкість

Вимушене переселення, адаптація до нових середовищ формує гнучкість мислення, відкритість до змін, здатність до самоорганізації.

8. Розрив поколінь або, навпаки, тісніший зв'язок. Іноді відбувається нерозуміння між поколіннями через різне бачення війни, майбутнього.

Але часто війна об'єднує родини, формує міцніший міжпоколінний зв'язок, спільну боротьбу[26,27].

Ці особливості можуть як загартовувати молодь, робити її сильнішою і зрілішою, так і створювати загрози для її гармонійного становлення.

Отже, у сучасних реаліях надзвичайно важливим є завдання створити умови для підтримки молоді, посилення психологічної стійкості, розвитку критичного мислення та моральної зрілості. Саме ці якості є запорукою формування сильної особистості, здатної не лише пережити кризу, а й брати активну участь у відбудові суспільства післявоєнного періоду.

Перспективи для роботи психологів.

Психологи мають продовжувати працювати з тривогою, страхами, втратами — і це важлива частина мотивації до розвитку, формування особистості. Існують ініціативи, як-от Teenergizer, La Strada, психологічна допомога при МОН, що надають безкоштовну підтримку молоді.

За думкою Клари Калудерович, співзасновниці Mental Help Global, гендиректорки Ex2, Україна успадкувала стару радянську систему психологічної підтримки, яку є дещо негнучкою, неперсоніфікованою. Цифри всесвітньої організації охорони здоров'я вказують на те, що понад 50% українського населення потребують психологічної підтримки. Країні потрібні психотерапевти. Свій варіант запропонував фонд "Відкрий Україну". Він полягає в тому, що частково можна закрити дефіцит психологічної допомоги, насамперед, для молоді, завдяки штучному інтелекту. Це інновація на зламі технології та психології [28].

Психокорекцію особистісної тривожності можливо здійснювати за допомогою гуманістичної гештальт-терапії, арт-терапії, психоаналітичної, когнітивно-поведінкової тілесно-орієнтованої, групової та раціональної терапії [16].

В листопаді 2024 р. на XX Київському безпековому форумі для молоді, де обговорювались виклики та роль молоді у війні прозвучав термін Ukraine's War Generation, або Generation W. Генерація Generation W - це generation of warriors, це не просто покоління війни. Генерація W - це генерація молодих бійців, воїнів, генерація тих, хто переможе. Наша молода українська Generation W - це ті, хто мають силу. Волонтери, військові, всі ті, хто сьогодні бореться за Україну і в майбутньому буде відбудовувати її. Надія нашої держави - що ми станемо переможцями в цій війні і Generation warriors стане Generation of winners.

СПИСОК ВИКОРИСТАНИХ ДЖЕРЕЛ

1. Максименко С. Д., Зливков В. Л., Кузікова С. Б. Особистість у розвитку: психологічна теорія і практика: монографія. Київ-Суми: Вид-во СумДПУ імені А.С.Макаренка. 2015. 430 с.
2. Столяренко О. Б. Психологія особистості: навч. посіб. – К.: Центр учбової літератури. 2012. 280 с.
3. Віктор Франкл. Людина в пошуках справжнього сенсу: Харків: КСД. 2016. 167 с.
4. Карл Роджерс та гуманістична психологія. <https://ukrayinska.libretexts.org>
5. Зазимко О. Формування життєвих цінностей у юнацькому віці: психологічні особливості. Вісник КНТЕУ. 2014. №4. С 89 –102.
6. Бех І. Д. Особистість: структура і розвиток / І. Д. Бех. — К. : Либідь, 2018. — 280 с.
7. Хамська Н., Полянська К., Ковальчук Ю. Патріотичне виховання студентської молоді в умовах воєнного стану. Наукові записки Вінницького державного педагогічного університету імені Михайла Коцюбинського. Серія: Педагогіка і психологія. 2023. №75, С. 56-62.
8. Савчин М. В. Психологічні механізми формування національної ідентичності в умовах гібридної війни / М. В. Савчин. — Ужгород : УжНУ, 2020. — 148 с.
9. Мороз Л. І. Трансформація ціннісних орієнтацій студентської молоді в умовах воєнної загрози / Л. І. Мороз // Соціологія: теорія, методи, маркетинг. — 2022. — № 3. — С. 91–97.
10. Пушкар Т. С. Формування особистісної зрілості молоді в умовах воєнного стану в Україні / Т. С. Пушкар // Психологія і особистість. — 2023. — № 2. — С. 35–42.
11. Institute for War and Peace Reporting (IWPR). Звіти про вплив війни на молодь в Україні [Електронний ресурс]. — Режим доступу: <https://iwpr.net>
12. Звіт UNICEF "Спустошливий вплив війни на дітей та юнацтво в Україні" <https://texty.org.ua/d/2024/childhood-disrupted/ukr/>

13. Фактори, що впливають на формування особистості

https://stud.com.ua/61081/pedagogika/faktori_vplivayut_formuvannya_osobistosti

14. Кириленко І. І. Вплив війни на психосоціальний розвиток дітей і молоді / І.

І. Кириленко // Психологія і суспільство. — 2022. — № 1. — С. 28–33.

15. Марущак О. О. Особистісна зрілість молоді в умовах воєнного стану:

емпіричне дослідження / О. О. Марущак // Вісник Київського національного

університету імені Тараса Шевченка. Серія: Психологія. — 2023. — № 1(18). —

С. 45–52.

16. Клименко І. В. Формування патріотичних цінностей у старшокласників в

умовах воєнного часу / І. В. Клименко // Освіта і розвиток обдарованої

особистості. — 2022. — № 7(90). — С. 49–55.

18. Клименко І. В. Соціально-психологічні чинники формування стійкості до

травматичних подій у підлітків в умовах війни / І. В. Клименко // Актуальні

проблеми психології. — 2023. — Т. XV, вип. 3. — С. 56–63.

19. Суспільне. Освіта. Як війна формує цінності підлітків: досвід педагогів і

психологів [Електронний ресурс]. — 2023. — Режим доступу:

<https://suspilne.media>.

20. Сергієнко О.П., Столярчук О.А., Коханова О.П., Пасєка О.В. Вікова

психологія: навчальний посібник. Київ: ЦУЛ, 2012. 375 с.

21. Шостак І.В. Анкетування: методичні рекомендації щодо організації та

проведення соціологічного дослідження: методичні рекомендації. НУ

"Острозька академія". 2021. 40 с.

22. Сибірня Р.І. Психологія дистанційного навчання під час війни. Психологія

особистості фахівця в умовах воєнного часу та поствоєнної реабілітації: збірник

матеріалів ІХ Всеукраїнської науково-практичної конференції (25 жовтня 2024

року) / уклад. В. С. Бліхар. Львів: ЛДУВС. 2024. С. 344-347.

23. Семенюк Т. В. Виховання національної самосвідомості як чинник стійкості підлітка в умовах війни / Т. В. Семенюк // Педагогічна думка. — 2023. — № 2. — С. 26–31.
24. Український інститут національної пам'яті. Аналітика про нові патріотичні цінності [Електронний ресурс]. — Режим доступу: <https://uinp.gov.ua>.
25. Давиденко І. В. Виховання молоді як складова формування громадянина та патріота [Електронний ресурс] / І. В. Давиденко // Філософія освітнього простору особистості : матеріали IV Міжнародного форуму «Особистість у єдиному освітньому просторі», 7–18 квітня 2014 р., Запоріжжя / Запорізький обласний інститут післядипломної педагогічної освіти. — Запоріжжя, 2014
26. Литвиненко С. А. Вплив інформаційної війни на самоідентифікацію особистості: український контекст / С. А. Литвиненко // Гуманітарний вісник ЗДІА. — 2024. — № 3(84). — С. 33–40.
27. Лук'яненко О. В. Особистість у вимірах війни: психологічні аспекти формування зрілої ідентичності / О. В. Лук'яненко // Соціальна психологія. — 2017. — № 2(62). — С. 5–14.
28. Клара Калудерович: Mental Help Global полегшить доступ до психологічної допомоги <https://www.kyivpost.com/uk/post/>
29. Довганюк О. І., Савчук А. П. Психологічна стійкість особистості в умовах збройного конфлікту в Україні / О. І. Довганюк, А. П. Савчук // Наукові записки НаУКМА. Психологія і педагогіка. — 2022. — Т. 7. — С. 78–84.
30. Шкала тривожності Спілбергера (STAI)
<https://mozok.ua/depressiya/testy/item/2703-shkala-trevogi-spilbergera-STAI>
31. Католик Г.В., Вавринів О.С. Методичні рекомендації про порядок підготовки і захисту кваліфікаційних робіт. Львів:ЛДУВС. 2023. 34 с.

ДОДАТКИ

Додаток А

Анкета (опитувальник)

Опитування є анонімним. Усі відповіді будуть використані лише в наукових цілях. Просимо вас дати щирі відповіді.

Інструкція: Оцініть кожне твердження за шкалою від 1 до 5, де 1 – зовсім не згоден(на), 5 – цілком згоден(на).

Частина 1. Шкала рівня тривожності

№	Твердження	1	2	3	4	5
1	Я часто відчуваю внутрішнє напруження, навіть без видимих причин.					
2	Під час небезпечних або тривожних подій мені важко контролювати свої емоції.					
3	Новини про війну викликають у мене сильну тривогу					
4	Я помічаю, що почав/почала уникати місць або ситуацій, які викликають занепокоєння.					
5	Я часто прокидаюся вночі через тривожні думки.					
6	У мене є фізичні симптоми тривоги (наприклад: пришвидшене серцебиття, тремтіння, напруження).					
7	Я не можу повністю розслабитися навіть у безпечних умовах.					

Інтерпретація результатів:

Бал Рівень тривожності

7-14 низький

15-24 помірний

25-35 високий

Частина 2. Шкала резильєнтності

№	Твердження	1	2	3	4	5
1	У складних ситуаціях я зазвичай зберігаю самоконтроль.					
2	Я можу швидко оговтатись після сильного емоційного удару.					

3	Мені вдається зберігати позитивне мислення навіть у кризі.					
4	Я вірю у свої сили, навіть коли довкола — невизначеність					
5	Я легко адаптуюсь до нових обставин.					
6	Мені вдається приймати обставини, які я не можу змінити.					
7	Кризи вчать мене краще розуміти себе та ставати сильнішим/сильнішою.					

Інтерпретація результатів:

Бал	Рівень резильєнтності
7-14	низький
15-24	помірний
25-35	високий

Частина 3. Шкала соціальної підтримки

№	Твердження	1	2	3	4	5
1	У моєму житті є люди, до яких я можу звернутися у скрутну хвилину.					
2	Я відчуваю емоційну підтримку з боку родини.					
3	Мої друзі готові допомогти мені, якщо я цього потребую.					
4	Я відчуваю, що не залишаюсь наодинці зі своїми проблемами.					
5	Я можу розраховувати на розуміння з боку найближчого кола спілкування.					
6	Навіть у складні періоди я не втрачаю відчуття приналежності до спільноти.					
7	Я відчуваю турботу та підтримку з боку суспільства в умовах війни					

Інтерпретація результатів:

Бал	Рівень підтримки
7-14	низький
15-24	помірний
25-35	високий

Частина 4. Шкала рівня стресу

№	Твердження	1	2	3	4	5
1	Я часто відчуваю себе виснаженим(ою), навіть якщо фізично не працював(ла) багато.					
2	Останнім часом мене легко вивести з рівноваги.					
3	Я відчуваю, що мій організм постійно "на взводі", навіть коли зовні все спокійно.					
4	У мене виникають труднощі з концентрацією уваги.					
5	Я став(ла) більш дратівливим(ою), ніж раніше.					
6	Навіть у звичних ситуаціях я відчуваю сильну напругу.					
7	Я часто маю проблеми зі сном через думки або емоції.					

Інтерпретація результатів:

Бал	Рівень стресу
7-14	низький
15-24	помірний
25-35	високий

Частина 5. Шкала патріотизму

№	Твердження	1	2	3	4	5
1	Я відчуваю гордість від того, що я — громадянин(ка) України					
2	Захист України є для мене особистим моральним обов'язком					
3	Я вважаю важливим зберігати та передавати українські традиції					
4	Я активно стежу за подіями в країні, бо мені небайдуже					
5	У критичній ситуації я готовий/готова діяти на користь держави					
6	Я уникаю критики України перед іноземцями					
7	Я підтримую ідею відновлення України навіть після війни					

Інтерпретація результатів:

Чим вищий бал, **тим** вищий рівень патріотизму.

Частина 6. Шкала мотивації до громадської активності

№	Твердження	1	2	3	4	5
1	Я вважаю важливим долучатися до волонтерської чи благодійної діяльності					
2	Я маю внутрішнє бажання бути корисним суспільству у воєнний час					
3	Я вже долучався/долучалася до певної форми громадської допомоги					
4	Якщо буде потреба, я готовий/готова допомагати іншим навіть у стресових умовах					
5	Допомога іншим надає мені відчуття цінності та сенсу					
6	Мені важливо відчувати свою причетність до спільної боротьби					

Інтерпретація результатів:

Чим вищий бал, тим більша внутрішня мотивація до активної участі.

Частина 7. Шкала досвіду евакуації (переміщення)

№	Твердження	1	2	3	4	5
1	Евакуація була для мене стриманим психологічним потрясінням.					
2	Мені було легко адаптуватися на новому місці					
3	Я не відчуваю тривогу, згадуючи події евакуації.					
4	Попри все, я зумів/зуміла зібрати сили й почати наново.					
5	Після евакуації я краще розумію, що для мене є справді важливим.					
6	Досвід евакуації змінив моє ставлення до життя, зробивши мене сильнішим/сильнішою.					

Інтерпретація результатів:

Пункти 1–3 — відображають **негативний стресовий вплив**,

Пункти 4–6 — відображають **адаптаційно-ресурсний компонент**.

Частина 8. Шкала впливу війни на самооцінку

№	Твердження	1	2	3	4	5
1	Після початку повномасштабної війни я більше сумніваюсь у собі					
2	Мені стало важче повірити у власні сили					
3	Попри труднощі, я відчуваю, що став/стала сильнішою особистістю					
4	Я навчився/навчилася краще розуміти свої потреби та межі					
5	Війна змінила мій погляд на себе — я став/стала більш зрілим(ою)					

Інтерпретація результатів:

Змінити бали за такими правилами: 1 → 5, 2 → 4, 3 → 3, 4 → 2, 5 → 1

Підрахунок:

Сума реверсованих балів за №1, №2 + оригінальних балів за №3–5.

Чим вищий бал, тим краще збережена або посилена самооцінка в умовах війни.

Шкала тривоги Спілбергера-Ханіна (State-Trait Anxiety Inventory - STAI)*А.1 Шкала самооцінки реактивної тривожності*

Інструкція: Прочитайте уважно кожне з приведених нижче тверджень і закресліть відповідну цифру праворуч від кожного з тверджень залежно від того, як Ви себе почуваєте в даний момент. Над твердженнями довго не замислюйтесь, оскільки правильних чи неправильних варіантів відповідей немає.

№ з/п	Твердження	Варіанти відповідей			
		Ні, це не так	Мабуть, так	Вірно	Цілком вірно
1	Я спокійний	1	2	3	4
2	Мені ніщо не загрожує	1	2	3	4
3	Я знаходжуся в стані напруги	1	2	3	4
4	Я відчуваю жаль	1	2	3	4
5	Я почуваю себе вільно	1	2	3	4
6	Я засмучений	1	2	3	4
7	Мене хвилюють можливі невдачі	1	2	3	4
8	Я відчуваю себе відпочилим	1	2	3	4
9	Я собою не вдоволений	1	2	3	4
10	Я відчуваю внутрішнє задоволення	1	2	3	4
11	Я впевнений у собі	1	2	3	4
12	Я нервую	1	2	3	4
13	Я не знаходжу собі місця	1	2	3	4
14	Я напружений	1	2	3	4
15	Я не почуваю скутості, напруженості	1	2	3	4
16	Я задоволений	1	2	3	4
17	Я занепокоєний	1	2	3	4

18	Я занадто збуджений і мені не по собі	1	2	3	4
19	Мені радісно	1	2	3	4
20	Мені приємно	1	2	3	4

A.2 Шкала самооцінки особистісної тривожності

Інструкція: Прочитайте уважно кожне з приведених нижче тверджень і закресліть відповідну цифру праворуч від кожного з тверджень залежно від того, як Ви себе почуваєте звичайно. Над твердженнями довго не замислюйтеся, оскільки правильних чи неправильних варіантів відповідей немає.

№ з/п	Твердження	Варіанти відповідей			
		Ні, це не так	Мабуть, так	Вірно	Цілком вірно
21	Я відчуваю задоволення	1	2	3	4
22	Я дуже швидко втомлююся	1	2	3	4
23	Я легко можу заплакати	1	2	3	4
24	Я хотів би бути таким же щасливим, як і інші	1	2	3	4
25	Я програю від того, що недостатньо швидко приймаю рішення	1	2	3	4
26	Звичайно я почуваю себе бадьорим	1	2	3	4
27	Я спокійний, холонокровний і зібраний	1	2	3	4
28	Очікувані труднощі звичайно дуже тривожать мене	1	2	3	4
29	Я занадто переживаю через дрібниці	1	2	3	4
30	Я цілком щасливий	1	2	3	4
31	Я приймаю все занадто близько до серця	1	2	3	4
32	Мені не вистачає впевненості в собі	1	2	3	4
33	Звичайно я почуваю себе в безпеці	1	2	3	4
34	Я намагаюся уникати критичних ситуацій і труднощів	1	2	3	4

35	У мене буває хандра	1	2	3	4
36	Я задоволений	1	2	3	4
37	Усякі дрібниці відволікають і хвилюють мене	1	2	3	4
38	Я так сильно переживаю свої розчарування, що потім довго не можу про них забути	1	2	3	4
39	Я врівноважена людина	1	2	3	4
40	Мене охоплює сильне занепокоєння, коли я думаю про свої справи і турботи	1	2	3	4

Обробка результатів

Показники реактивної тривожності (РТ) та особистісної тривожності (ОТ) розраховуються окремо за формулами:

$$1. РТ = \Sigma 1 - \Sigma 2 + 50,$$

де $\Sigma 1$ —сума закреслених на бланку цифр за пунктами шкали 3, 4, 6, 7, 9, 12, 13, 14, 17, 18;

$\Sigma 2$ —сума інших закреслених цифр (пункти 1, 2, 5, 8, 10, 11, 15, 16, 19, 20).

2. $ОТ = \Sigma 1 - \Sigma 2 + 35$, де $\Sigma 1$ — сума закреслених цифр на бланку за пунктами шкали 22, 23, 24, 25, 28, 29, 31, 32, 34, 35, 37, 38, 40;

$\Sigma 2$ —сума інших цифр за пунктами 21, 26, 27, 30, 33, 36, 39.

Тест на психологічну резильєнтність К. Лапперт

1. Коли я маю план - я його реалізую

- повністю не про мене
- не про мене
- скоріш, не про мене
- коли як
- скоріш, про мене
- про мене
- повністю про мене

2. В кінці кінців все завершиться добре

- повністю не про мене
- не про мене
- скоріш, не про мене
- коли як
- скоріш, про мене
- про мене
- повністю про мене

3. Мене нелегко збито з пантелику

- повністю не про мене
- не про мене
- скоріш, не про мене
- коли як
- скоріш, про мене
- про мене
- повністю про мене

4. Я подобаюсь собі

- повністю не про мене
- не про мене
- скоріш, не про мене

- коли як
- скоріш, про мене
- про мене
- повністю про мене

5. Я можу робити багато речей одночасно

- повністю не про мене
- не про мене
- скоріш, не про мене
- коли як
- скоріш, про мене
- про мене
- повністю про мене

6. Я рішучий (рішуча)

- повністю не про мене
- не про мене
- скоріш, не про мене
- коли як
- скоріш, про мене
- про мене
- повністю про мене

7. Я сприймаю речі такими, якими вони є

- повністю не про мене
- не про мене
- скоріш, не про мене
- коли як
- скоріш, про мене
- про мене
- повністю про мене

8. Мене цікавить багато речей

- повністю не про мене

- не про мене
- скоріш, не про мене
- коли як
- скоріш, про мене
- про мене
- повністю про мене

9. Загалом я вмію дивитись на події з різних точок зору

- повністю не про мене
- не про мене
- скоріш, не про мене
- коли як
- скоріш, про мене
- про мене
- повністю про мене

10. Я можу робити речі, які не люблю

- повністю не про мене
- не про мене
- скоріш, не про мене
- коли як
- скоріш, про мене
- про мене
- повністю про мене

11. Зазвичай я знаходжу вихід із скрутних ситуацій

- повністю не про мене
- не про мене
- скоріш, не про мене
- коли як
- скоріш, про мене
- про мене
- повністю про мене

12. У мене є енергія для того, щоб зробити те, що потрібно

- повністю не про мене
- не про мене
- скоріш, не про мене
- коли як
- скоріш, про мене
- про мене
- повністю про мене

13. Я сприймаю, що не всі мене люблять

- повністю не про мене
- не про мене
- скоріш, не про мене
- коли як
- скоріш, про мене
- про мене
- повністю про мене

Інструкція до тесту

Твердження у тесті оцінюються за шкалою від 1 до 7. Де 1 бал - це зовсім не про вас, а 7 балів, відповідно, повністю про вас. Ви можете отримати від 13 до 91 балів.

Понад 72 бали: високий рівень психічної стійкості, вивести таку людину з рівноваги непросто. Вона справляється з багатьма проблемами, звикла до викликів та може гнучко реагувати на ситуації.

67-72 бали: середній рівень психічної стійкості. Зазвичай така людина знаходить рішення своїх проблем, хоч іноді це і вимагає великих зусиль. В цілому вона здатна відновлюватись без сторонньої допомоги. Менше 67 балів: низький рівень психічної стійкості. Таким людям важко впоратись зі стресовими ситуаціями, а проблеми часто викликають у них життєві кризи.

