

МІНІСТЕРСТВО ОСВІТИ І НАУКИ УКРАЇНИ  
НАЦІОНАЛЬНИЙ АВІАЦІЙНИЙ УНІВЕРСИТЕТ  
ФАКУЛЬТЕТ ЛІНГВІСТИКИ ТА СОЦІАЛЬНИХ КОМУНІКАЦІЙ  
КАФЕДРА АВІАЦІЙНОЇ ПСИХОЛОГІЇ

ДОПУСТИТИ ДО ЗАХИСТУ  
Завідувач випускової кафедри  
\_\_\_\_\_ Любов ПОМИТКІНА  
«\_\_\_\_\_» \_\_\_\_\_ 2023 р.

**КВАЛІФІКАЦІЙНА РОБОТА**  
**(ПОЯСНЮВАЛЬНА ЗАПИСКА)**  
ЗДОБУВАЧА ОСВІТНЬОГО СТУПЕНЯ  
БАКАЛАВР  
ЗА СПЕЦІАЛЬНІСТЮ 053 «ПСИХОЛОГІЯ»

Тема: **«СМИСЛ ЖИТТЯ ВІЙСЬКОВОСЛУЖБОВЦІВ ПІД ЧАС ВІЙНИ»**

Виконавець: студентка групи ПС-406 Ільченко Катерина Сергіївна

Керівник: доктор психологічних наук, професор, професор кафедри авіаційної психології Хохліна О.П.

Нормоконтролер: завідувач навчально-наукової лабораторії Загнойко А.О.

# НАЦІОНАЛЬНИЙ АВІАЦІЙНИЙ УНІВЕРСИТЕТ

Факультет лінгвістики та соціальних комунікацій

Кафедра авіаційної психології

Спеціальність 053 «Психологія»

Освітньо-професійна програма «Психологія»

ЗАТВЕРДЖУЮ

Завідувач випускової кафедри

\_\_\_\_\_ Любов ПОМИТКІНА

«\_\_\_» \_\_\_\_\_ 2023 р.

## ЗАВДАННЯ

**на виконання кваліфікаційної роботи**

**Ільченко Катерини Сергіївни**

1. Тема кваліфікаційної роботи: «Смисл життя військовослужбовців під час війни», затверджена наказом ректора № 463/ст від 07.04.2023 р.
2. Термін виконання роботи: з 29.05.2023 р. по 25.06.2023 р.
3. Вихідні дані до роботи: вибірка – військовослужбовці ЗСУ (жінки та чоловіки), 15 осіб; у дослідженні були використанні методики: «Діагностика реальної структури ціннісних орієнтацій особистості» (С. Бубнова), «Визначення життєвих цінностей особистості» (П. Іванов, Є. Колобова), «Морфологічний тест життєвих цінностей» (В. Сопів, Л. Карпушина), «Індекс життєвої задоволеності» (К. Паніна).
4. Зміст пояснювальної записки: кваліфікаційна робота складається з 2-х розділів. Перший розділ містить теоретичний аналіз дослідження проблеми смислу життя як психологічного феномену та оптимального смислу життя в контексті проблеми життєдіяльності військовослужбовців в умовах війни; у другому розділі представлені матеріали емпіричного вивчення смислу життя у військовослужбовців в умовах війни.
5. Перелік обов'язкового графічного (ілюстративного) матеріалу: 4 рисунка, 4 таблиці.

6. Календарний план – графік

№ з/пор.	Завдання	Термін виконання	Виконано
1.	Вибір теми та формулювання завдань	Лютий	
2.	Тематичний добір та аналіз наукових праць	Лютий	
3.	Оформлення теоретичної частини	Березень	
4.	Методологічне обґрунтування емпіричного дослідження	Березень	
5.	Проведення емпіричного дослідження	Квітень	
6.	Аналіз та інтерпретація отриманих результатів	Квітень	
7.	Оформлення кваліфікаційної роботи відповідно до ДСТУ	Травень	
8.	Попередній захист кваліфікаційної роботи	Згідно графіку	
9.	Виправлення зауважень, оформлення рецензії	Червень	
10.	Подання кваліфікаційної роботи нормоконтролеру та на підпис завідувачу кафедри	За день до захисту	
11	Захист кваліфікаційної роботи	Згідно графіку	

7. Дата видачі завдання: «07» грудня 2022 р.

Керівник кваліфікаційної роботи \_\_\_\_\_ Олена ХОХЛІНА  
(підпис керівника)

Завдання прийняла до виконання \_\_\_\_\_ Катерина ІЛЬЧЕНКО  
(підпис випускника)

## РЕФЕРАТ

Пояснювальна записка до кваліфікаційної роботи «Смисл життя військовослужбовців під час війни»: 47 сторінок, 4 рисунки, 4 таблиці, 23 використаних джерела.

**СМИСЛ ЖИТТЯ, ОПТИМАЛЬНИЙ СМИСЛ ЖИТТЯ, ВІЙСЬКОВОСЛУЖБОВЦІ, ЗАДОВОЛЕНІСТЬ ЖИТТЯМ, ПРОФЕСІЙНА ДІЯЛЬНІСТЬ.**

**Об'єкт дослідження** – смисл життя як психологічний феномен.

**Предмет дослідження** – смисл життя військовослужбовців під час війни.

**Мета дослідження** – виявлення у військовослужбовців смислу життя під час війни.

**Методи дослідження:** теоретичні; психодіагностичні: методики «Діагностика реальної структури ціннісних орієнтацій особистості» (С. Бубнова), «Визначення життєвих цінностей особистості» (П. Іванов, Є. Колобова), «Морфологічний тест життєвих цінностей» (В. Сопів, Л. Карпушина), «Індекс життєвої задоволеності» (К. Паніна); методи якісної та кількісної обробки емпіричних даних.

Виявлено домінуючі цінності, що складають смислову сферу особистості, у військовослужбовців під час війни та рівень їхньої життєвої задоволеності. Прояв наявності оптимального смислу життя свідчить наявність цінностей у сполученні з задоволеністю від життя. З'ясовано, що оптимальний смисл життя військовослужбовців під час війни характеризується наявністю таких цінностей, як: духовні, допомога і мелосердя, здоров'я, кохання, власного престижу, які реалізуються в сферах фізичної активності, професійного життя та захоплень.

**Практичне значення результатів дослідження** полягає у визначенні оптимального смислу життя військовослужбовців в умовах війни, до якого, в контексті психологічної підтримки, важливо підводити їх задля забезпечення ефективного виконання ними бойових завдань та запобігання виникнення у них емоційно-психологічного перевантаження й збереження здоров'я.

## ЗМІСТ

<b>ВСТУП</b> .....	6
<b>РОЗДІЛ 1. ТЕОРЕТИЧНІ ЗАСАДИ ДОСЛІДЖЕННЯ СМISЛУ ЖИТТЯ ВІЙСЬКОВОСЛУЖБОВЦІВ В УМОВАХ ВІЙНИ</b> .....	9
1.1. Смысл життя як психологічний феномен.....	9
1.2. Оптимальний смысл життя в контексті проблеми життєдіяльності військовослужбовців в умовах війни.....	19
Висновки до розділу.....	24
<b>РОЗДІЛ 2. ЕМПІРИЧНЕ ВИВЧЕННЯ СМISЛУ ЖИТТЯ У ВІЙСЬКОВОСЛУЖБОВЦІВ В УМОВАХ ВІЙНИ</b> .....	25
2.1. Методика дослідження.....	25
2.2. Результати дослідження та їх аналіз.....	27
2.2.1. Смысл життя військовослужбовців.....	27
2.2.2. Задоволеність життям у військовослужбовців.....	32
2.2.3. Зв'язок між смыслом та задоволеністю життям військовослужбовців.....	34
2.3. Рекомендації щодо поліпшення життєдіяльності військовослужбовців в умовах війни на основі смыслу їхнього життя.....	36
Висновки до розділу.....	39
<b>ВИСНОВКИ</b> .....	42
<b>СПИСОК ВИКОРИСТАНИХ ДЖЕРЕЛ</b> .....	45

## ВСТУП

**Актуальність теми дослідження** полягає в тому, що військові конфлікти і війни створюють надзвичайно високий рівень стресу, небезпеки та емоційного напруження для військовослужбовців. У таких небезпечних умовах збереження психологічного благополуччя та мотивації стає критичним фактором для їхньої ефективності та виживання.

Розуміння смислу життя грає важливу роль у формуванні психологічної стійкості та підтримки військовослужбовців. Відчуття глибокого смислу і цінності власної служби може надати їм мотивацію, силу та витримку у надскладних ситуаціях. Дослідження смислу життя військовослужбовців під час війни дозволяє виявити основні фактори, які впливають на їхню мотивацію, задоволеність життям та психологічну стійкість.

Отже, актуальність теми полягає в потенційній користі результатів її дослідження для військових структур, психологів, дослідників та інших зацікавлених осіб. Розуміння смислу життя військовослужбовців під час війни може допомогти розробити ефективні стратегії психологічної підтримки та психологічного супроводу під час служби. Вивчення смислу життя військовослужбовців дозволить зосередити зусилля на їхніх потребах, мотивації та задоволенні життям, що, в свою чергу, може позитивно позначитися на їхній психологічній стійкості та професійній продуктивності.

Крім того, розуміння смислу життя військовослужбовців може мати ширший соціальний контекст. Врахування їхніх цінностей, мотивації та потреб може сприяти формуванню політики військового управління, забезпеченню належних умов проживання та підтримки військових після закінчення служби. Отримані результати дослідження можуть стати основою для розробки програм реабілітації та психологічної підтримки ветеранів, що пережили війну, а також навчальних курсів для майбутніх військових лідерів, які будуть працювати в умовах конфліктів та військових операцій.

Таким чином, дослідження смислу життя військовослужбовців під час війни має велику актуальність і може мати практичне значення для військових структур, психологів, управлінців та суспільства загалом. Врахування смислу життя військовослужбовців дозволить покращити їхню психологічну стійкість, задоволеність службою та якість життя, сприяючи їхній успішній адаптації та виконанню професійних завдань.

**Об'єкт дослідження** – смисл життя як психологічний феномен.

**Предмет дослідження** - смисл життя військовослужбовців під час війни.

**Мета дослідження** – виявлення у військовослужбовців смислу життя під час війни.

Відповідно до поставленої мети було вирішено такі основні **завдання**:

1. На основі теоретичного аналізу літературних джерел з'ясувати сутність проблеми дослідження, її основних питань та ключових понять.

2. Емпірично вивчити смисл життя та задоволеність ним у військовослужбовців в умовах війни.

3. Виявити наявність та характер зв'язку між смислом життя та задоволеністю ним у військовослужбовців.

4. Розробити рекомендації щодо поліпшення життєдіяльності військовослужбовців в умовах війни на основі смислу їхнього життя.

**Методи дослідження:** теоретичні; психодіагностичні: методики «Діагностика реальної структури ціннісних орієнтацій особистості» (С. Бубнова), «Визначення життєвих цінностей особистості» (П. Іванов, Є. Колобова), «Морфологічний тест життєвих цінностей» (В. Сопів, Л. Карпушина), «Індекс життєвої задоволеності» (К. Паніна); методи якісної та кількісної обробки емпіричних даних.

**Емпірична база дослідження.** Дослідною роботою було охоплено 15 військовослужбовців ЗСУ (жінок та чоловіків). Використовувались також наукові джерела та документи, що стосуються досліджуваної проблеми щодо військовослужбовців під час війни (звіти міжнародних організацій, публікації військових психологів та соціологів тощо).

**Наукова новизна результатів дослідження.** Виявлено домінуючі цінності, що складають смислову сферу особистості, у військовослужбовців під час війни та рівень їхньої життєвої задоволеності. Про наявність оптимального смислу життя свідчить наявність у людини цінностей у сполученні з задоволеністю від життя. З'ясовано що оптимальний смисл життя військовослужбовців під час війни характеризується наявністю в них щонайперше таких цінностей, як: духовні, допомога і мелосердя, здоров'я, кохання, власного престижу, які реалізуються в сферах фізичної активності, професійного життя та захоплень.

**Практичне значення результатів дослідження** полягає у визначенні оптимального смислу життя військовослужбовців в умовах війни, до якого важливо підводити їх задля забезпечення у них емоційного комфорту, переживання повноцінності життя та задоволеності ним, самореалізації та розвитку. Саме в цьому має полягати психологічна підтримка військовослужбовців задля ефективного виконання ними бойових завдань та запобігання виникнення у них емоційно-психологічного перевантаження й збереження здоров'я.



# РОЗДІЛ 1

## ТЕОРЕТИЧНІ ЗАСАДИ ДОСЛІДЖЕННЯ СМISЛУ ЖИТТЯ ВІЙСЬКОВОСЛУЖБОВЦІВ В УМОВАХ ВІЙНИ

### 1.1. Смысл життя як психологічний феномен

Смысл життя є важливим психологічним феноменом, який виникає у свідомості людини і надає їй життю значення, цілі та орієнтацію. Цей феномен передбачає пошук сенсу, розуміння життєвих цілей та значущості власних дій і існування.

Смысл життя включає в себе різні аспекти, такі як особисті цінності, мету, упевненість у своїх можливостях, взаємодію зі світом та соціальними контекстами. Він формується на основі індивідуального досвіду, життєвих обставин, культурних впливів та особистих переконань.

Смысл життя має велике значення для психологічного благополуччя та задоволеності життям людини. Відчуття наявності смыслу надає людині мотивацію, напрямок та емоційну задоволеність. Він допомагає відчувати себе значущою, знаходити радість та задоволення у своїх діях, а також розуміти свої цілі та життєве покликання.

Смысл життя також має важливе значення для військовослужбовців під час війни. У ситуації воєнного конфлікту вони стикаються зі складними випробуваннями, фізичною та емоційною напругою, загрозою для свого життя. Саме тоді смысл життя може стати важливим джерелом мотивації та сили, допомагаючи знайти сенс у виконанні своїх обов'язків, захисту власної країни та служінні ідеалам.

Дослідження смыслу життя військовослужбовців під час війни є вкрай актуальним і важливим. Розуміння смыслу життя військовослужбовцями в умовах війни допомагає збагатити наші знання про психологічну адаптацію та витривалість людей в екстремальних ситуаціях. Це дослідження може мати практичне значення для розробки психологічної підтримки, програм реабілітації та професійної підготовки військовослужбовців.

Проблема смислу життя існує як важливий предмет досліджень в науковій сфері. Вчені, такі як К. Абульханова-Славська, В. Асєєв, О. Бодальов, І. Кацишина, Д. Леонтєв, І. Маноха, В. Меренков, Т. Титаренко, А. Фурман, Б. Чудновський, О. Хохліна та інші, досліджують сутність, структуру та характеристики смислу життя [1, 4, 6, 7, 9, 10, 14, 15, 18].

Вони вказують на те, що проблема смислу життя залишається актуальною як у науці, так і в практиці, і змінюється лише залежно від специфіки конкретного контексту та історичного фону, а також індивідуальних особливостей [4]. Важливістю є також вивчення смислу життя в умовах війни.

Смисл життя як психологічний феномен – це смисл власного життя людини, її покликання та призначення (І.Маноха) [6]. У психології смисл життя визначається як цілісне уявлення людини про своє призначення, про фундаментальні основи власного життя, про сутнісно значущі цінності (Т. М.Титаренко); як відображення у свідомості людини ієрархії цільових установок її життя та діяльності, які стали для неї життєво значущою цінністю вищого порядку (Б.Чудновський) [9, 18]. Тобто, суть смислу життя людини пов'язується щонайперше з її цінностями [15].

Зазначається, що смисл життя, який знаходиться людиною, є найвищою цінністю та необхідною умовою людського існування (Б.Чудновський) [18]. Проблема смислу життя розглядається у зв'язку з проблемою акме – вершинного розвитку особистості та досягнення максимально ефективних показників життєдіяльності людини [15, 18 та ін.].

Смисл життя формується через її взаємодію з оточуючим світом - суспільством, соціально-політичною та економічною ситуацією, історією, географією, історією, загалом культурою, в якій породжуються цінності (О. Старовойтенко) [9]. Він базується на певному світогляді та інтегрує систему цінностей, що функціонують у суспільстві. При цьому смисл життя пов'язує індивіда з системою, яка ним управляє, проте це виражається у власній свободі особистості, власному виборі, добровільному самопідкоренні (М. Рубінштейн) [4, 15]. За Кантом, ідея стає фактором формування смислу життя, перетворюючись на

етичний закон, моральний обов'язок, який людина сприймає як найвище благо і що дає їй орієнтир для добровільного підкорення цьому закону в життєвих ситуаціях, піднімаючи її над її власною природою [4]. Саме тому смисл життя розглядається як вища життєва цінність (Б.Чудновський) [15].

При розкритті суті смислу життя говориться й про те, що це не лише цінності людини, а й переживання – переживання цінності життя, задоволеності ним, досягненнями [15]. К. Абульханова-Славська відмічає, що смисл життя – це цінність й одночасно переживання цієї цінності людиною у процесі її створення, присвоєння чи здійснення. смисл життя, на її думку, – це не лише майбутнє, не лише перспектива, а й оцінка досягнутого власними силами за важливими для особистості критеріями [13, 15].

Б. Чудновський зазначає, що смисл життя - структурне-явище, що включає цінності, які можна поділити на "великі" і "малі" смисли [18], а також, за В. Асєєвим, - на цінності-ідеали та цінності-необхідності, які мають ієрархічний характер [1]. Цінності-ідеали є важливими установками, пов'язаними з великими досягненнями у житті, в професійній діяльності, актуалізація яких передбачає значне функціональне навантаження та напруження. У той же час, у сферу смислу життя також входять цінності-необхідності, які стосуються повсякденних потреб та здійснення звичайної діяльності і які не несуть розвивального ефекту для особи. Смисл життя поєднує обидві групи цінностей, оскільки людина не може існувати лише з великими смислами, але також не може обмежуватись лише малими цінностями-необхідностями. Цінності-необхідності є поточними, актуальними цінностями, тоді як цінності-ідеали є перспективними, які представляють собою своєрідний смисловий потенціал та надію на майбутнє [1].

Смисл життя людини, особливо в умовах війни, має специфічні характеристики, які відносяться до структури смислу і зміни його типів [18]. Ці характеристики включають наявність цінностей-ідеалів і/або цінностей-необхідностей в структурі смислу, ієрархію цих цінностей, а також різні типи структури смислу життя, такі як "конгломерат" смислів, розпадаюча структура, номінальна структура, авторитарна структура, гармонійна структура та інші.

Найважливішими параметрами розгляду конкретного змісту смислу життя, на наш погляд, є:

- а) цінності-цілі та цінності-засоби;
- б) матеріальні, соціально-політичні, духовні цінності (моральні, релігійні, художні, філософські, правові, естетичні тощо);
- в) цінності-ідеали; цінності-властивості речей, що виявляються у взаємодії з цінностями-ідеалами; цінності-речі, які мають ціннісні властивості;
- г) індивідуальні, групові, загальнонародні, загальнолюдські цінності;
- д) цілі в житті, процес життя (інтерес та емоційне наповнення життя), результативність життя (задоволеність самореалізацією);
- е) цінності-ідеали та цінності-необхідності та інші аспекти [12].

А.В. Петровський та М.Г. Ярошевський зазначають, що у психології, поняття "смысл" пов'язане з гармонійним розвитком особистості. Особистісний смысл означає індивідуальне сприйняття особистістю об'єктів, для яких вона діє, і яке усвідомлюється як "значення-для-мене". Це включає особистісне засвоєння безособових знань про світ, таких як поняття, вміння, дії та вчинки, а також соціальні норми, ролі, цінності та ідеали [8].

В роботах вітчизняних психологів, таких як О.М. Леонтьєв, Л.С. Виготський, С.Л. Рубінштейн, Б.С. Братусь, Д.О. Леонтьєв, знаходимо найбільш детальне розглядання поняття "смысл". При цьому виявляється схожість ідей про систему цінностей людини та її особистісних смислів з представниками екзистенціально-гуманістичного напрямку. Смысл виражає відношення суб'єкта до об'єктивної дійсності. Вчені запропонували новий підхід до розуміння концепції смислу, зосереджуючись на аналізі явищ у житті та діяльності особистості, а не тільки в свідомості. О.М. Леонтьєв, досліджуючи структуру людської діяльності і взаємозв'язки її компонентів, довів, що смысл формується через відображення суб'єктом відносин між ним і його цілями як безпосереднім результатом (метою). Відношення мотиву до мети породжує особистісний смысл, зазначає О.М. Леонтьєв, зазначаючи, що мотив відіграє суттєву роль у цьому процесі. У контексті

свідомості смисл взаємодіє з іншими її компонентами, зокрема зі значеннями, що виражаються через них [5].

При обговоренні свідомого сприйняття та рефлексії загальних смислових утворень, Б.С. Братусь використовує поняття "особистісні цінності", розрізняючи їх від особистісних смислів, які, на його думку, не завжди є свідомими. За його визначенням, "особистісні цінності - це свідомі та прийняті людиною загальні смисли її життя". Вчений акцентує увагу на розрізненні між свідомо сприйнятими смислами життя та заявленими, "названими" цінностями, які не супроводжуються відповідним осмисленням, емоційним переживанням, які визначають особистісне ставлення до життя, оскільки такі цінності не мають прямого відношення до сфери смислу [3].

Давайте розглянемо основні характеристики цінностей людей в контексті військових умов. На нашу думку, воєнний конфлікт має значний вплив на систему цінностей і може спричинити зміни в тому, що люди вважають важливим і цінним у своєму житті. Ось кілька ключових характеристик цінностей [2] у таких умовах:

1. Виживання: У війні основним пріоритетом для багатьох людей стає виживання. Збереження власного життя і життя своїх близьких стає надзвичайно важливим, і це може впливати на інші аспекти їхніх цінностей.

2. Безпека: Війна призводить до загрози та небезпеки для людей. Безпека стає цінністю, і зусилля спрямовуються на забезпечення особистої безпеки та захисту від можливих загроз.

3. Солідарність і захист: У військових конфліктах значна увага приділяється захисту та підтримці співбійців і колег. Солідарність, взаємопідтримка та військовий дух стають важливими цінностями для тих, хто перебуває на фронті.

4. Патріотизм: У війні національна гордість та прив'язаність до своєї країни можуть займати центральне місце серед цінностей. Боротьба за свободу, незалежність та державність можуть надихати багатьох людей.

5. Справедливість: У війні поняття справедливості може бути особливо актуальним. Багато людей можуть прагнути досягти справедливості, відстоювати права та захищати незахищених.

6. Мир: В контексті війни, мир може стати надзвичайно цінною цінністю. Багато людей, хоч і перебувають у воєнних умовах, мріють про мирне врегулювання конфлікту і закінчення насильства. Вони прагнуть досягти стабільності, гармонії та мирного співіснування.

7. Гуманітарні цінності: В умовах війни гуманітарні цінності, такі як захист прав людини, гуманітарна допомога та миттєва реакція на гуманітарні кризи, набувають особливого значення. Багато людей виявляють свою гуманність, намагаючись допомогти тим, хто постраждав від війни, та протистояти порушенням прав людини.

8. Віра і релігійність: У військових умовах для багатьох людей релігійні цінності та віра відіграють важливу роль. Релігія може надати підтримку, надію та моральний орієнтир у непевних та складних часах.

9. Відданість і служіння: Воїни та військові працівники можуть покладати велику цінність на відданість своїй країні та служіння своїй нації. Їхнє призначення полягає в служінні та захисті інших, і це може бути їхньою визначальною цінністю[2].

Ці характеристики цінностей людей у військових умовах можуть варіюватися залежно від контексту, культурних впливів та індивідуальних уподобань. Важливо пам'ятати, що цінності людини можуть еволюціонувати під впливом війни, і деякі цінності можуть набувати особливого значення та змінюватися під впливом війни [10]. Важливо враховувати, що цінності є індивідуальними і можуть відрізнятися від особи до особи. Однак, загальні характеристики цінностей у війні включають пріоритет виживання, безпеки, солідарності, патріотизму, справедливості, миру, гуманітарних цінностей, релігійності, відданості та служіння. Ці цінності, на наш погляд, впливають на поведінку та рішення людей у воєнний період, відображаючи їхні пріоритети та моральні орієнтири [2].

Ізраїльські науковці Ш. Шварц та У. Білські розробили концептуальну модель цінностей, яка значно сприяє розумінню ціннісних орієнтацій у різних народів світу на основі "Всесвітнього дослідження цінностей". Вони структурували

цінності в залежності від мотиваційних типів і цілей, а також описали динамічну взаємодію між різними типами цінностей.

1. Цінності представляють собою поняття або вірування, і вони не є об'єктивними. Під впливом емоційної сфери цінності можуть активізуватись.

2. Цінності визначаються як бажані кінцеві стани або моделі поведінки.

3. Цінності мають трансцендентний характер і не обмежуються конкретними діями або ситуаціями. Наприклад, слухняність може стосуватись сім'ї, школи або друзів.

4. Цінності представляють собою стандарти соціальної та особистісної взаємодії і впливають на вибір або оцінку людей, поведінки та подій.

5. Цінності впорядковані за відносною важливістю, і порядок вибору цінностей формує систему ціннісних уподобань та пріоритетів. Різні культури та індивіди мають свою власну систему цінностей.

Загальна модель цінностей, запропонована Ш. Шварцем та У. Білскі, сприяє більш глибокому розумінню природи цінностей та їх впливу на індивіда та суспільство [20].

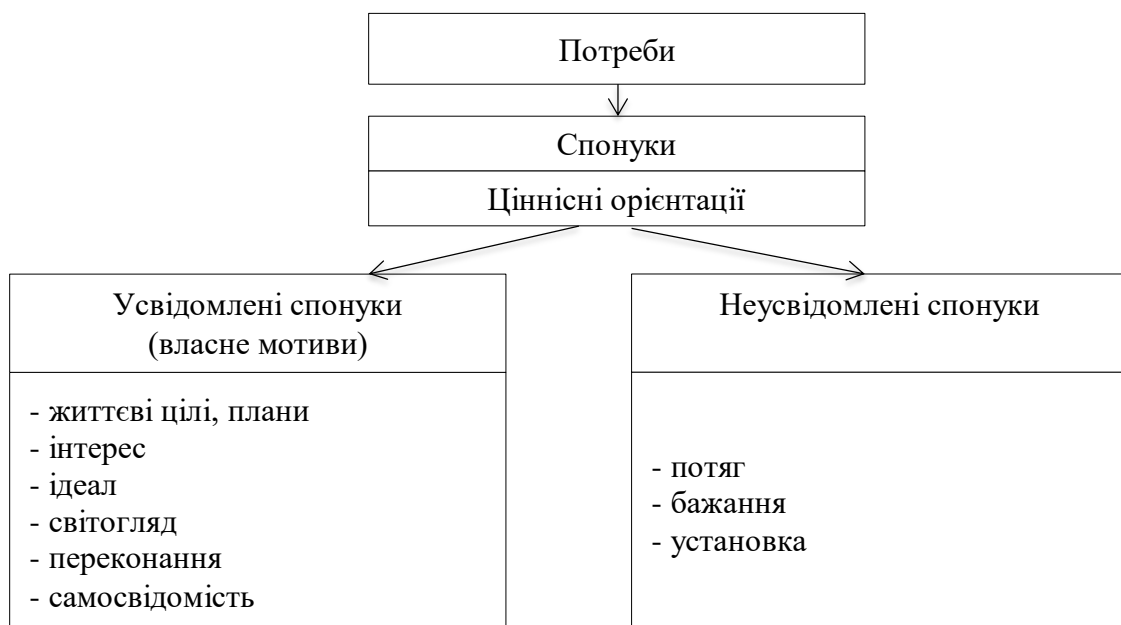
О.П. Хохліною зазначається[16], що найбільш важливою підструктурою особистості, що формується протягом життя, є спрямованість. Це системоутворювальна властивість особистості, яка визначає її психологічний склад і зумовлює вибірковість відношень та активності людини. Спрямованість виявляється через спонуки, які визначають, як людина ставиться і діє у певних ситуаціях. Спрямованість формується на основі потреб, які є об'єктивною необхідністю для існування та розвитку людини в певних умовах. Потреби визначають спонуки до активності, які можуть бути свідомими (мотивами) або несвідомими. Проте обидва типи спонук піддаються впливу ціннісних орієнтацій - спрямованості на ієрархію цінностей, що відповідають потребам та особистісним зміслам [16].

До свідомих спонук (мотивів) належать життєві цілі, плани, інтереси, ідеали, світогляд, переконання та самооцінка. Життєві цілі є ідеальним уявленням про бажаний майбутній стан. Плани - це система часткових завдань, спрямованих на

досягнення цілей. Інтерес виникає як свідоме та емоційне прагнення до пізнання значущого об'єкта. Ідеали - це конкретні або узагальнені образи, на які особистість прагне бути схожою. Світогляд - це система знань та поглядів на світ, а переконання - це стійкі погляди, в яких особистість впевнена і відповідно до яких готова діяти [16].

До несвідомих спонук відносяться потяг, бажання і установка. Потяг - це малодиференційоване прагнення, спрямоване на предмет або дію, викликане невиразною потребою. У цьому випадку відсутня усвідомлена мета. Бажання - це прагнення досягти недостатньо усвідомленої мети. Установка - це певний настрій особистості на сприйняття та діяльність, і вона має неусвідомлений характер.

При аналізі структури спрямованості особистості бажано зобразити її у вигляді рис. 1.1.



**Рис. 1.1. Структура спрямованості особистості [16]**

Отже, структура спрямованості особистості включає усвідомлені спонуки (власне мотиви) та неусвідомлені спонуки, які визначають вибірковість відношень та активності людини. Ціннісні орієнтації є важливою складовою структури спрямованості. Ця структура є динамічною та змінюється протягом життя особистості.



Смисл життя та задоволеність життям вивчаються у зв'язку один з одним, оскільки вони взаємопов'язані і впливають на психологічний стан та благополуччя людини [6].

Смисл життя визначає основні цілі, цінності та напрямок у житті людини. Він допомагає зрозуміти, що є важливим та значущим для особистості. Коли людина відчуває смисл у своїх діях, вона має більш чітке уявлення про свої цілі та спрямовує свою діяльність на досягнення цих цілей. Це може включати досягнення особистих, професійних, родинних або соціальних цілей. Коли людина живе у відповідності до свого смислу життя, вона відчуває задоволення та внутрішню гармонію.

Задоволеність життям, з іншого боку, відображає загальну оцінку та підсумок того, наскільки людина задоволена своїм життям в цілому. Вона включає оцінку різних аспектів життя, таких як особисті стосунки, робота, здоров'я, розвиток і т.д. Задоволеність життям визначається почуттями щастя, задоволення, задоволеності та злагоди, які людина відчуває у своєму повсякденному житті [4].

Вивчення зв'язку між смислом життя та задоволеністю життям дозволяє розуміти, що смислове наповнення і особисті цілі мають важливий вплив на загальне задоволення та благополуччя людини. Коли смисл життя відповідає цінностям і потребам особистості, це сприяє позитивним емоціям, задоволеності та загальному задоволенню життям. Коли людина відчуває глибокий смисл і напрямок у своїй діяльності, вона знаходить задоволення у своїх зусиллях та досягненнях. Це, в свою чергу, підтримує її психологічний стан і сприяє підвищенню загального рівня щастя та життєвого задоволення.

Дослідження зв'язку між смислом життя та задоволеністю життям важливо для розуміння того, як впливають особистісні фактори на психологічне благополуччя. Вона допомагає розкрити механізми, які стоять за цим взаємозв'язком та можуть мати практичні наслідки для розвитку програм та підходів до психологічної підтримки та інтервенцій. Вивчення цього зв'язку може сприяти розвитку інструментів та стратегій, спрямованих на підвищення смислу життя та задоволеності життям, що сприятиме психологічному і благополуччю людини.

Таким чином, дослідження зв'язку між смыслом життя та задоволеністю життям має важливе значення для поглибленого розуміння факторів, що впливають на психологічне благополуччя людини та сприяє розвитку ефективних підходів до підтримки та розвитку особистості.

Смисл життя є важливим поняттям у психології, яке відноситься до сфери психіки людини. Він виявляється у пошуку особистим значущостям, цінностям та цілям, які надають життю сенсу і направленості. Смисл життя має глибоке значення для життя та життєдіяльності людини, впливаючи на різні аспекти її існування [5]:

1. Наповнення життя значенням: Смисл життя надає людині відчуття цілісності, наповнення і значущості її існування. Він надає основу для зосередження на важливих речах та прийняття рішень, які відповідають особистим цінностям.

2. Мотивація та направленість: Смисл життя служить джерелом мотивації, що надихає людину до дії, досягнення цілей та самореалізації. Він спонукає до прогресу, розвитку і досягнення важливих досягнень.

3. Задоволення та благополуччя: Смисл життя пов'язаний з почуттям задоволення, щастя та благополуччя. Коли людина реалізовує свої особисті цінності і проживає згідно зі своїм смыслом життя, вона відчуває психологічне задоволення і спокій.

4. Розвиток особистості: Смисл життя впливає на розвиток особистості, сприяючи самопізнанню, самовдосконаленню та постійному росту. Він стимулює пошук нових знань, набуття досвіду і розширення своїх можливостей [5].

Отже, смисл життя важливий для психічного благополуччя, самовизначення і самореалізації людини, надаючи їй відчуття задоволення, наповненості і цілісності. Він визначає напрямок і цілі у житті, допомагає знайти сенс і значущість навіть у важких життєвих ситуаціях. Смисл життя допомагає людині знайти гармонію між своїми цінностями, потребами та діяльністю, що сприяє розкриттю її потенціалу та особистісному розвитку.

## **1.2. Оптимальний смисл життя в контексті проблеми життєдіяльності військовослужбовців в умовах війни**

В умовах війни проблема смислу життєдіяльності військовослужбовців стає особливо актуальною. Одним з ключових аспектів, який впливає на їхню мотивацію, психологічний стан і здатність до дії, є наявність оптимального смислу життя.

Відмічається, що не будь-який смисл життя і не за всіх умов приносить людині переживання задоволеності життям, досягнення акме, позитивно впливає на розвиток особистості, а лише оптимальний [18, 15].

Суть оптимального смислу життя Б.Чудновський вбачає в органічному сполученні життєвої цілі, яка задовольняє людину, та задоволення від процесу її реалізації, від результатів на сьогодні [18]. Оптимальний смисл життя, на його думку, - це гармонійна структура смисложиттєвих орієнтацій, що суттєво обумовлює високу успішність у різноманітних галузях діяльності, максимальне розкриття здібностей та індивідуальності людини та її емоційний комфорт, що проявляється у переживанні повноти та задоволеності життям [15, 18]. Тобто, оптимальний смисл життя виявляється на основі цінностей людини та задоволеності нею від життя, в процесі якого реалізуються ці цінності. Тобто, індикатором наявності оптимального смислу життя є передусім задоволеність життям [15]. Саме такий смисл життя дозволяє досягти у своєму особистісному становленні та професійній діяльності (і життєдіяльності загалом) показників акме [15]. При цьому відмічається, що оптимальний смисл життя – завжди адекватний – реалістичний (відповідний об'єктивним та суб'єктивним умовам його реалізації) та конструктивний в плані впливу на становлення особистості та успішність діяльності людини [15, 18].

На нашу думку, оптимальний смисл життя означає, що військовослужбовці мають чітке розуміння цілей, цінностей і значущості своєї діяльності, несучи відповідальність перед своєю країною та співвітчизниками. Він надає їм

внутрішню мотивацію і направленість, необхідну для ефективного виконання завдань у важких умовах війни.

Важливо зазначити, що оптимальний смисл життя для військовослужбовців може виявлятися у різних аспектах. Для одних це може бути захист і безпека рідної країни, для інших - віра в ідеали свободи та правосуддя, а ще інші можуть зосередитися на захисті невинних людей і збереженні миру. Кожен військовослужбовець має власний шлях до знаходження оптимального смислу життя, який дозволяє їм бути сильними, витривалими та рішучими у виконанні своїх обов'язків.

У таких надзвичайних умовах війни, забезпечення військовослужбовців оптимальним смислом життя є важливим завданням для командування, психологічної підтримки та суспільства загалом. Розуміння і визнання вагомості їхньої ролі, відданості і жертовності є ключовими чинниками у забезпеченні їхнього фізичного та психологічного благополуччя. Для цього необхідно створювати умови, які сприяють формуванню і зміцненню оптимального смислу життя, такі як підтримка соціальної солідарності, надання професійного навчання та розвитку, забезпечення належної медичної допомоги та психологічної підтримки.

Крім того, розуміння і визнання внеску військовослужбовців у захист країни та миру є важливим для підтримки їхнього оптимального смислу життя. Подяка, визнання героїзму і пам'ять про їхні вчинки є необхідними для підтримки їхнього морального стану і почуття значущості.

На думку Т.В. Хвоїна, у кожної людини смисложиттєвий вибір є особистим, оскільки сенс життя має бути свідомою, визначеною і зрозумілою концепцією, сформованою самою особою. Смисложиттєва орієнтація є основою для переконань, принципів і цілей людини, і вона слугує важливим стимулом для всіх аспектів її життєдіяльності, незалежно від світоглядних установок. Смисложиттєвий вибір представляє собою стратегічну лінію, що пронизує всю життєву траєкторію людини, впливає на її рішення та поведінку, а відхилення від

цього вибору або його втрата можуть призвести до внутрішніх конфліктів, морального напруження або навіть фізичного й загального занепаду [11].

Автор Д.Ю. Чернов [17] вніс пропозицію розглядати смисложиттєві орієнтації як складну психічну систему з шістьма підсистемами: осмисленість життя, емоційна насиченість життя або процес, визначеність майбутнього або мети життя, задоволеність самореалізацією або результат, віра в керованість життя або локус контролю - Життя, здатність керувати подіями власного життя або локус контролю - Я.

Важливо зауважити, що смисложиттєві орієнтації є суб'єктивними складовими сенсу життя. Як "сенси життя", так і "смисложиттєві орієнтації" є феноменами, які є актуальними як для суспільства в цілому, так і для сучасного освітнього процесу зокрема.

Давайте розглянемо деякі складові даного явища. Згідно з Чудновським, "ситуаційний" аспект оптимального сенсу життя є варіативним і може істотно змінюватися у динамічній структурній ієрархії під впливом різних ситуацій і умов. Життя є складним, і іноді непередбачувані події можуть спричинити несподівані сюрпризи. Серйозна хвороба, втрата близької людини або раптова зміна соціального статусу можуть значно змінювати умови життя і впливати на ситуаційний сенс життя. Автор підкреслює, що вивчаючи сенс життя, важливо враховувати вікові особливості людини та рівень вирішеності вікових завдань. Підлітку і людині похилого віку потрібно здійснювати різні вікові завдання, тому сенс життя на кожному етапі буде значно залежати від вікових особливостей. З цього приводу особливо сензитивним періодом для розуміння життя є старість. Саме на цьому віковому етапі інтенсивно розвиваються психологічні передумови для виникнення смисложиттєвих орієнтацій [2; 19].

Сенс життя також залежить від певних фізіологічних параметрів. У пошуках оптимального сенсу життя, людям з різними фізичними станами - будь то здорова людина, інвалід або людина, яка втратила здоров'я, можуть вибирати різні шляхи, що можуть призвести до різних результатів.

Професійна діяльність є однією з найважливіших цінностей у житті людини і виступає важливим компонентом її смисложиттєвих орієнтацій. Наприклад, завершення професійної діяльності та перехід на пенсію у багатьох випадках сприймаються як особиста трагедія, пов'язана з втратою сенсу життя, і це може мати негативні наслідки. Навіть існують дослідження, що свідчать про те, що завершення професійної діяльності людини може призводити до погіршення її фізичного стану та загрожувати її життю [19].

Сенс життя тісно пов'язаний з професійним самовизначенням та особистісною реалізацією, які є складовими сенсожиттєвих орієнтацій. Часто виходження на пенсію сприймається як особиста трагедія, і якщо людина не здатна адаптуватися до нових умов і не знаходить нового сенсу, це може прискорити прийшовший кінець її фізичного буття. Орієнтація на загальнолюдські цінності, альтруїзм і, головне, моральність, є основою для побудови оптимального сенсу життя і повної самореалізації як особистості [2].

На нашу думку, в умовах війни, смисл життя людини може приймати особливе значення і вимагати нового розуміння. У таких ситуаціях, коли життя під загрозою, люди можуть зосередитися на виживанні, захисті своїх близьких та спільноти, а також на захисті своїх ідеалів та цінностей. Війна може надати можливість людині проявити силу, мужність і солідарність, і стати частиною чогось більшого, ніж сама особа. У таких умовах, смисл життя може полягати в служінні іншим, захисті правосправедливості, прагненні до миру та відновлення гуманітарних цінностей. Війна може також викликати глибокі роздуми про значення життя, нагадуючи людині про його крихкість і непередбачуваність. Остаточний смисл життя в умовах війни є індивідуальним і залежить від особистих переконань, цінностей та досвіду кожної людини.

У публікації О.П. Хохліної [13] відмічається, що в умовах війни цінності осіб, які перебувають на фронті та в тилу, мають певні відмінності. У наших захисників на фронті, крім високої духовності, переважають цінності, пов'язані з виконанням діяльності в особливих умовах та тими цінностями, що забезпечують високий рівень її ефективності (відданість, мужність, сміливість, організованість, сила,

витривалість, фізична та психологічна готовність, здоров'я тощо). Ці цінності відображають їхні особисті пріоритети і спрямованість на досягнення мети та виконання своїх обов'язків у військовому контексті. У той же час, у цивільного населення в тилу цінності можуть бути спрямовані на мир, безпеку, солідарність, гуманітарну допомогу та інші аспекти, що стосуються стабільності та підтримки в умовах військових дій [13].

Отже, смисл життя військовослужбовців може бути особливим і відрізнятися від смислу життя цивільних осіб. Для багатьох військовослужбовців, головним смислом є служба Батьківщині, оборона та захист своєї країни від зовнішніх загроз. Вони віддають перевагу безпосередньому внеску у безпеку та свободу свого народу, навіть якщо це пов'язано з ризиком для їх власного життя [10].

Для військовослужбовців також важливим смислом може бути підтримка та захист своїх товаришів по зброї. Вони формують надійні команди і спільно працюють для досягнення спільних цілей. Військовослужбовці можуть відчувати велике покликання до служби та відданості своїй військовій одиниці та спільності, яку вони представляють.

Додатково, смисл життя військовослужбовців може полягати в послужі глобальним гуманітарним цілям, які включають збереження миру, захист незахищених і гуманітарну допомогу в районах конфліктів. Вони можуть бачити свою роль у побудові стабільності, сприянні розвитку та сповна використовувати свої навички та досвід для покращення життя інших людей.

Варто зауважити, що смисл життя військовослужбовців є індивідуальним і може варіюватися в залежності від особистих цінностей, мотивації та досвіду кожного військовослужбовця.

Отже, питання сенсу життя безмежне. Кожна наука трактує його по-своєму, проте ми бачимо непереконливий вплив історичних, соціальних, економічних і політичних процесів на формування цього поняття. Кожна людина повинна визначити мету свого життя, керуючись власними ціннісними орієнтаціями. Щоб не стати простим інструментом у "машині" соціальних перетворень, необхідно знайти своє місце в житті та суспільстві, визначивши сенс свого життя [17].

Інформаційний пошук показав відсутність на сьогодні даних спеціального вивчення смислу життя наших військовослужбовців з використанням знань щодо суті явища (і передусім оптимального смислу життя у єдності цінностей та задоволеності життям) за допомогою психологічного інструментарію, що й визначило необхідність проведення нами емпіричного етапу дослідження.

## **Висновки до розділу**

1. Смысл життя як психологічний феномен – це смысл власного життя людини, її покликання та призначення. Смысл життя визначається як цілісне уявлення людини про своє призначення, про фундаментальні основи власного життя, про сутнісно значущі цінності. Тобто, суть смислу життя людини пов'язується щонайперше з її цінностями. Але це не лише цінності людини, а й переживання – переживання цінності життя, задоволеності ним, досягненнями.

2. Не будь-який смысл життя і не за всіх умов приносить людині переживання задоволеності життям, досягнення акме, позитивно впливає на розвиток особистості, а лише оптимальний, суть якого - в органічному сполученні життєвої цілі, яка задовольняє людину, та задоволення від процесу її реалізації, від результатів на сьогодні. Оптимальний смысл життя - це гармонійна структура смисложиттєвих орієнтацій, що суттєво обумовлює високу успішність у різноманітних галузях діяльності, максимальне розкриття індивідуальності людини та її емоційний комфорт, що проявляється у переживанні повноти та задоволеності життям. Тобто, оптимальний смысл життя виявляється на основі цінностей людини та задоволеності нею від життя, в процесі якого реалізуються ці цінності.

3. Інформаційний пошук показав відсутність на сьогодні даних спеціального вивчення смислу життя військовослужбовців з використанням знань щодо суті явища (і передусім оптимального смислу життя у єдності цінностей та задоволеності життям) за допомогою психологічного інструментарію, що й визначило необхідність проведення нами емпіричного етапу дослідження.



## РОЗДІЛ 2

# ЕМПІРИЧНЕ ВИВЧЕННЯ СМISЛУ ЖИТТЯ У ІЙСЬКОВОСЛУЖБОВЦІВ В УМОВАХ ВІЙНИ

### 2.1. Методика дослідження

На емпіричному етапі дослідження розв'язувались наступні завдання:

1. Емпірично вивчити смисл життя та задоволеність ним у військовослужбовців в умовах війни.
2. Виявити наявність та характер зв'язку між смислом життя та задоволеністю ним у військовослужбовців.
3. Розробити рекомендації щодо поліпшення життєдіяльності військовослужбовців в умовах війни на основі смислу їхнього життя.

Отже вивченню підлягали смисл життя (цінності) військовослужбовців та задоволеність ними життям. Вивчення цих явищ у взаємозв'язку дозволило виявити наявність у досліджуваного саме оптимального смислу життя.

У своєму дослідженні ми виходили з наступного розуміння явищ:

Смисл життя - це цілісне уявлення людини про своє призначення, про фундаментальні основи власного життя, про сутнісно значущі цінності. Тобто, суть смислу життя людини пов'язується щонайперше з її цінностями. Але це не лише цінності людини, а й переживання – переживання цінності життя, задоволеності ним, досягненнями.

2. Не будь-який смисл життя і не за всіх умов приносить людині переживання задоволеності життям, досягнення акме, позитивно впливає на розвиток особистості, а лише оптимальний, суть якого - в органічному сполученні життєвої цілі, яка задовольняє людину, та задоволення від процесу її реалізації, від результатів на сьогодні. Тобто, про наявність оптимального смислу життя свідчить наявність у людини цінностей у сполученні з задоволеністю від життя високого чи середнього рівня, в процесі якого реалізуються ці цінності. Оптимальний смисл життя - це гармонійна структура смисложиттєвих орієнтацій, що суттєво

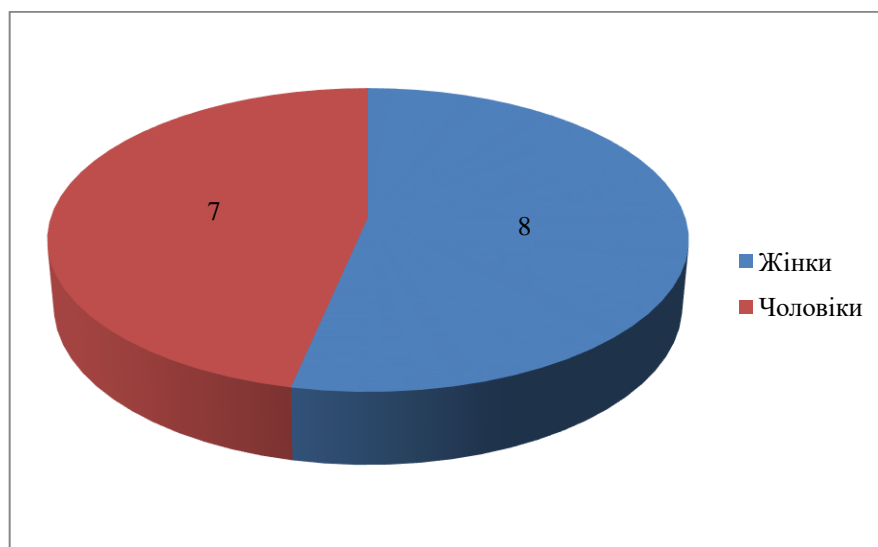
обумовлює високу успішність у різноманітних галузях діяльності, максимальне розкриття індивідуальності людини та її емоційний комфорт, що проявляється у переживанні повноти та задоволеності життям.

У дослідженні використовувалися стандартизовані психологічні методики, призначені для вивчення смислу життя у військовослужбовців: методика «Діагностика реальної структури ціннісних орієнтацій особистості» (С. Бубнова); методика «Морфологічний тест життєвих цінностей» (В. Сопів та Л. Карпушина); методика «Визначення життєвих цінностей особистості» (П. Іванов та Є. Колобова), а також методика «Індекс життєвої задоволеності» (К. Паніна).

Застосування стандартизованих методик дало змогу отримати емпіричні дані щодо смислу життя та задоволеності життям військовослужбовців, які підлягали якісному та кількісному аналізу.

Дослідною роботою було охоплено 15 військовослужбовців ЗСУ (жінок та чоловіків). Використовувались також наукові джерела та документи, що стосуються досліджуваної проблеми щодо військовослужбовців під час війни (звіти міжнародних організацій, публікації військових психологів та соціологів тощо).

Розподіл досліджуваних за статтю представлено на рис. 2.1.



**Рис. 2.1. Розподіл військовослужбовців за статтю**

## 2.2. Результати дослідження та їх аналіз

### 2.2.1. Смысл життя військовослужбовців

Виявлені в процесі аналізу джерел з проблеми дослідження дані щодо смыслу життя військовослужбовців свідчать про те, що на передовій у людини чітко структурується система пріоритетів. Якщо мирному повсякденню характерна боротьба за статуси та статки, то на війні вони втрачають будь-яке значення, найважливішою цінністю стає саме **життя** [21].

Дійсно, пріоритетними стають цінності-необхідності – **життя, необхідність вижити, зберегти здоров'я, забезпечити можливість існування**. Вага цінностей-ідеалів, до яких відносяться досягнення й наслідки (статус, статки), послаблюється[13]. Особливого значення для захисника набуває **людяність**, яка уможлиблюється його **духовністю** [21].

Це й обумовлює, за результатами опитування населення, наявність у смысловій сфері людей у воєнний час високих **духовних цінностей**, зокрема моральних, філософських, правових, естетичних; **цінностей корисності, солідарності, єдності, взаємодопомоги**. Особливого змісту для них набувають такі цінності-засоби, як **характер та досвід**.

Серед їхніх цінностей виокремлюються й ті, що пов'язані з виконанням діяльності в особливих умовах та забезпечують високий рівень її ефективності - **відданість, сміливість, мужність, організованість, сила, витривалість, здоров'я, підготовленість військова, фізична, психологічна** та ін. [13].

На емпіричному етапі нашого дослідження для отримання конкретних даних щодо смыслу життя, центральним психічним утворенням якого є цінності, було застосовано метод тестування за використанням низки стандартизованих психологічних методик. В результаті діагностичного обстеження військовослужбовців за допомогою методики «**Діагностика реальної структури ціннісних орієнтацій особистості**» (С. Бубнова), було отримано дані щодо наявних у них цінностей, узагальнено які представлено у таблиці 2.1.

Таблиця 2.1

## Дані про цінності особистості (за методикою С.Бубнової)

Ціннісні орієнтації	Середні значення (з 6 можливих)
Приємне проведення часу	4,4
Високий матеріальний статок	4,6
Пошук і насолода прекрасним	4,1
Допомога і милосердя до інших людей	<b>5,9</b>
Кохання	<b>5,2</b>
Пізнання нового в світі, природі, людині	4,9
Високий соціальний статус та управління людьми	2,2
Визнання та повага людей і вплив на оточуючих	4,1
Соціальна активність для досягнення позитивних змін у суспільстві	4,2
Спілкування	3,3
Здоров'я	<b>5,7</b>

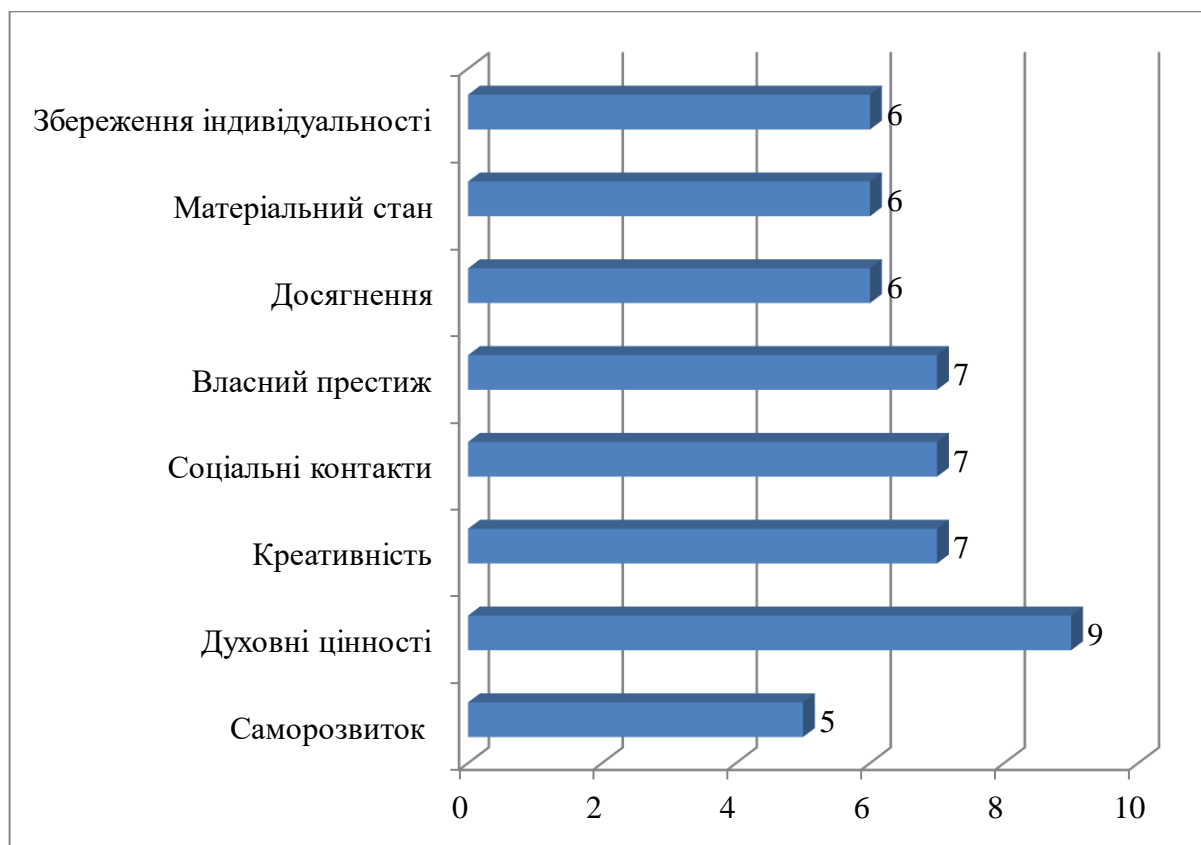
Табличні дані показують, що домінуючими цінностями військовослужбовців під час війни, що складають смисл їхнього життя, є цінності 1) допомоги і милосердя до інших людей (середнє значення 5,9); 2) здоров'я (5,7) та кохання (5,2), які проявляються на високому рівні, якому відповідають показники 5-6.

Слід відмітити, що отримані нами дані підтверджують дані, які наводяться в публікаціях щодо смислу життя військовослужбовців під час воєнних дій, серед яких відмічаються цінності вижити та зберегти здоров'я, людяність, взаємодопомога, корисність, єдність [13].

Відмітним же виявилось, згідно отриманих нами даних, що для військовослужбовців на сьогодні значущою на високому рівні виявилась цінність кохання, яка складає особливий для них смисл життя в умовах війни.

Звертають на себе увагу наступне. Виразно, хоч вже й на нижчому рівні, у досліджуваних представлені свідомості такі цінності, як: пізнання нового в світі, природі, людині(4,9); Високий матеріальний статок(4,6); Приємне проведення часу(4,4); Соціальна активність для досягнення позитивних змін у суспільстві (4,2). Найменшу ж цінність для військовослужбовців під час військових дій представляє цінність високий соціальний статус та управління людьми (2,2).

Діагностичне обстеження досліджуваних за методикою «**Морфологічний тест життєвих цінностей**» (В. Сопів та Л. Карпушина) дозволило отримати дані, які узагальнено представлено на рис. 2.2, рис. 2.3.



**Рис. 2.2. Термінальні цінності військовослужбовців (за методикою В. Сопів та Л. Карпушиної)**

Так, рис.2.2 показує, які термінальні цінності (тобто цінності-цілі) переважають у військовослужбовців під час війни.

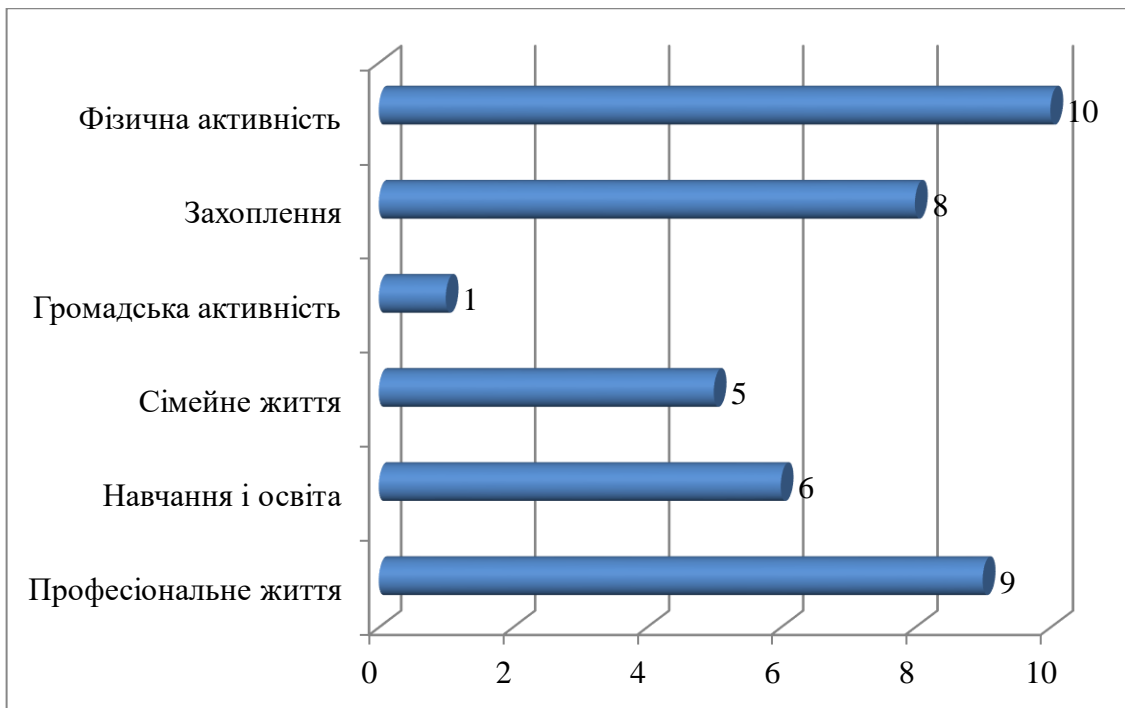
Зазначимо, що рисунок ілюстративно свідчить про важливість для досліджуваних всіх основних в смисловій сфері особистості термінальних цінностей (власний престиж, соціальні контакти, креативність, збереження індивідуальності, матеріальний стан, досягнення, саморозвиток).

Однак найбільше значення для них, як виявилось, на сьогодні мають духовні цінності. Такі цінності у військових представлені на високому рівні (9 балів з 10), якому відповідає діапазон значень від 8 до 10. Отримані нами дані також підтверджують наявні результати вивчення психологами смислу життя військовослужбовців в умовах війни, які відмічають серед домінуючих у них саме духовні цінності [13]. Всі інші цінності представлені в смисловій сфері військовослужбовців на середньому рівні (в діапазоні від 4 до 7).

Методикою «Морфологічний тест життєвих цінностей» передбачено також виявлення пріоритетних для військовослужбовців життєвих сфер, у яких реалізуються їх цінності. Дані про такі сфери представлено на рис. 2.3.

Отримані дані свідчать, що для військовослужбовців найбільше значення в умовах війни має сфера фізичної активності та професійного життя (відповідно -10 та 9 балів з 10 можливих). Так, зазначені сфери пов'язані з їх важливістю для реалізації себе як військового та реалізації цінностей, що пов'язані з виконанням діяльності в особливих умовах та забезпеченням високого рівня її ефективності [13], таких, зокрема, як сміливість, мужність, організованість, сила, витривалість, здоров'я, підготовленість військова, фізична, психологічна та ін.

На високому рівні значущості для них знаходиться й сфера захоплення (8 балів). На середньому ж рівні значущості виявилася сфера навчання й освіти та сфера сімейного життя (6 та 5 балів відповідно). Найменше значення для військовослужбовців під час війни має громадська активність (1 бал).



**Рис. 2.3. Життєві сфери військовослужбовців (за методикою В. Сопів та Л. Карпушиної)**

Використання у дослідженні методики «**Визначення життєвих цінностей особистості**» (П. Іванов та Є. Колобова) дозволило також отримати певні дані щодо цінностей військовослужбовців в умовах військових дій, які представлені у таблиці 2.2.

Аналіз табличних даних показує наявність у смисловій сфері особистості військовослужбовців усіх цінностей, які виявлялися за допомогою методики, майже на однаковому рівні: громадська корисність, загальна активність, спілкування, творча активність.

Однак, як свідчить таблиця, найменше значення для військовослужбовців на війні має соціальний статус. Аналогічні дані отримані й при використанні методики С.Бубнової, які наводяться у таблиці 2.1. Це відмічається і в публікаціях з проблеми смислу життя наших захисників [13, 21].

**Таблиця 2.2**

**Дані щодо життєвих цінностей особистості  
(за методикою П.Іванова та Є.Колобової)**

<b>Життєві цінності особистості</b>	<b>Середні значення (бали)</b>
Соціальний статус	14
Спілкування	17
Загальна активність	17
Творча активність	16
Громадська корисність	17



## 2.2.2. Задоволеність життям у військовослужбовців

Емпіричним дослідженням передбачалось вивчення у військовослужбовців не лише цінностей, що складають суть смислової сфери особистості, а й виявлення задоволеності у них від життя, в процесі якого ці цінності реалізуються. Саме переживання задоволеності життям є індикатором наявності у людини оптимального смислу життя, який уможлиблює досягнення нею показників акме – максимально можливий особистісний розвиток і самореалізацію та досягнення показників ефективності життєдіяльності.

Для вивчення задоволеності життям використовувалася стандартизована психологічна методика методика «Індекс життєвої задоволеності» (К. Паніна). В результаті роботи за нею у досліджуваних були отримані дані, які представлено у таблиці 2.3.

Таблиця 2.3

### Індекс задоволеності життям (за методикою К. Паніної)

Шкали	Середнє значення <sup>1</sup>
Інтерес до життя	5,9
Послідовність у досягненні цілей	6,9
Узгодженість між поставленими і досягнутими цілями	3,7
Позитивна оцінка себе та власних вчинків	6,1
Загальний фон настрою	6,1
Інтегративний індекс задоволеності життям	28,7

<sup>1</sup> Середнє значення за парціальними показниками визначалось у межах 8 балів; загального – у межах 40 балів. Рівень інтегративної задоволеності життям відповідав діапазонам значень: 1-13 – низький; 14-27 – середній; 28-40 – високий.

Табличні дані показують високий інтегративний індекс задоволеності життям у військовослужбовців. Цей показник відображає загальний психологічний стан людини, ступінь її психологічного комфорту та соціально-психологічної адаптованості. Індекс життєвої задоволеності – інтегративний показник системи ставлення людини до життя. Для власників високого значення індексу характерні низький рівень емоційної напруженості, висока емоційна стійкість, низький рівень тривожності, психологічний комфорт, високий рівень задоволеності ситуацією та своєю роллю у ній.

Водночас дані таблиці показують, що не за всіма парціальними шкалами задоволеності життям військовослужбовці мають такий же високий рівень прояву. Так, середній рівень задоволеності життям виявлено за шкалою узгодженості між поставленими і досягнутими цілями. У такому випадку досліджувані недостатньо переконані в тому, що досягли або здатні досягти тих цілей, які вважають для себе важливими.

За всіма ж іншими парціальними шкалами задоволеності життям у військовослужбовців наявний високий рівень прояву. Відповідно, у них на високому рівні проявляється інтерес до життя, що відображається в ентузіазмі, захопленому ставленні до звичайного повсякденного життя. Вони є послідовними у досягненні цілей, проявляють для цього рішучість та стійкість. Вони дають високу позитивну оцінку собі та власним вчинкам. Вони також мають високий загальний фон настрою, що проявляється в оптимізмі та насолоді від життя.

### 2.2.3. Зв'язок між смыслом та задоволеністю життям військовослужбовців

Не будь-який смисл життя і не за всіх умов приносить людині переживання задоволеності життям, досягнення акме, позитивно впливає на розвиток особистості, а лише оптимальний, суть якого - в органічному сполученні життєвої цілі, яка задовольняє людину, та задоволення від процесу її реалізації, від результатів на сьогодні. Тобто, про наявність оптимального смислу життя свідчить наявність у людини цінностей у сполученні з задоволеністю від життя (високого чи середнього рівня), в процесі якого реалізуються ці цінності.

Таким чином, в результаті виявлення цінностей у військовослужбовців з високим рівнем задоволеності, ми можемо стверджувати про наявність у них саме оптимального смислу життя, який є сприятливим для успішної життєдіяльності та ефективного особистісного розвитку.

Для виявлення наявності та характеру зв'язку між рівнем задоволеності життям та цінностями військовослужбовців використовувалась номінальна альтернативна шкала [22, 23] – здійснювалась побудова таблиць співставлення даних, у яких рівень зв'язку між досліджуваними явищами вимірювався % співпадіння проявів досліджуваних явищ відповідно до значень  $\rho^s$  (коефіцієнт кореляції, що визначає ступінь взаємозв'язку між показниками):

- а)  $\rho^s =$  від 0,00 до  $\pm 0,20$  – незначний ступінь кореляції, що не має значення;
- б)  $\rho^s =$  від  $\pm 0,20$  до  $\pm 0,40$  – низький ступінь кореляції;
- в)  $\rho^s =$  від  $\pm 0,40$  до  $\pm 0,70$  – чітко виражений ступінь кореляції;
- г)  $\rho^s =$  від  $\pm 0,70$  до  $\pm 1,00$  – високий ступінь кореляції.

Тому кількісні значення свідчили про:

- а) від 0 до 20% - незначний ступінь кореляції;
- б) від 20 до 40% – низький ступінь кореляції;
- в) від 40 до 70% – чітко виражений ступінь кореляції;
- г) від 70 до 100% – високий ступінь кореляції.

Враховуючи наявність диференціації у середніх значеннях прояву досліджуваних явищ, нами бралися до уваги лише домінуючі цінності військовослужбовців за методиками Бубнової, Сопів та Карпушиної.

Результати співставлення даних щодо домінуючих цінностей та рівнів задоволеності життям військовослужбовців представлено у таблиці 2.4.

Аналіз табличних даних дозволив виявити наявність високого ступеня зв'язку між високим та середнім рівнем задоволеності життям та певними домінуючими у них цінностями та сферами життя для їх реалізації. А це свідчить про те, що всі досліджувані військовослужбовці характеризується оптимальним смыслом життя, про який говорить наявність цінностей у сполученні з задоволеністю від життя, в процесі якого реалізуються ці цінності. Оптимальний смисл життя є гармонійна структура смислової сфери особистості, що суттєво обумовлює її високу успішність у різноманітних галузях діяльності, максимальне розкриття індивідуальності та її емоційний комфорт, що проявляється у

Рівень задоволеності життям	Цінності							
	За методикою С.Бубнової			За методикою В.Сопів, Л.Карпушиної				
				Термінальні цінності		Життєві сфери		
	Допомога і милосердя	Здоров'я	Кохання	Духовні	Власного престижу	Фізична активність	Професійне життя	Захоплення
Високий	100	100	100	100	80	100	90	90
Середній	100	100	100	100	100	100	100	80
Низький	0	0	0	0	0	0	0	0

переживанні нею повноти та задоволеності життям.

Так, отримані дані показують, що оптимальний смисл життя військовослужбовців під час війни характеризується наявністю в них щонайперше

таких цінностей, як: духовні, допомога і мелосердя, здоров'я, кохання, власного престижу, які реалізуються в сферах фізичної активності, професійного життя та захоплень.

Саме до такого змістового наповнення важливо підводити військовослужбовців задля забезпечення у них емоційного комфорту, переживання ними повноцінності життя та задоволеності ним в умовах війни, їх самореалізації та розвитку.

#### **Таблиця 2.4.**

#### **Результати співставлення даних щодо цінностей та рівня задоволеності життям військовослужбовців (% збігу)**

Саме в цьому щонайперше, відповідно до отриманих результатів, має полягати психологічна підтримка військовослужбовців задля ефективного виконання ними бойових завдань та запобігання виникнення у них емоційно-психологічного перевантаження й збереження здоров'я під час війни.

## **2.3. Рекомендації щодо поліпшення життєдіяльності**

### **військовослужбовців в умовах війни на основі смислу їхнього життя**

Рекомендації щодо поліпшення життєдіяльності військовослужбовців в умовах війни на основі отриманих результатів дослідження передбачають щонайперше роботу з підведення їх до знаходження ними оптимального смислу життя, в основі яких такі цінності, як: духовні, допомога і мелосердя, здоров'я, кохання, власного престижу, які реалізуються в сферах фізичної активності, професійного життя та захоплень. Це ж забезпечить виникнення у них емоційного комфорту, переживання ними повноцінності життя та задоволеності ним в умовах війни, їх самореалізації та розвитку. Саме в цьому щонайперше, відповідно до отриманих результатів, має полягати психологічна підтримка військовослужбовців задля ефективного виконання ними бойових завдань та запобігання виникнення у них емоційно-психологічного перевантаження й збереження здоров'я під час війни.

Рекомендації можуть охоплювати також такі аспекти:

1. Створення чіткого метаповідомлення: Важливо, щоб військовослужбовці розуміли знаходження і сутність своєї ролі в конфлікті. Це можна досягти через регулярну комунікацію, надання інформації про мету та цілі операцій, а також про значимість їхнього внеску.

2. Підтримка соціальної взаємодії: Забезпечення можливостей для взаємодії, спілкування та підтримки між військовослужбовцями може сприяти покращенню їхнього добробуту. Створення командних зв'язків, спільних тренувань і активностей сприяє формуванню сприятливого соціального середовища.

3. Створення можливостей для саморозвитку: Забезпечення доступу до навчальних ресурсів, тренінгів та професійного росту може сприяти саморозвитку військовослужбовців. Підтримка їхньої особистісної і професійної кар'єри стимулює почуття задоволення та досягнення.

4. Підтримка фізичного та психологічного здоров'я: Забезпечення доступу до медичної допомоги та психологічної підтримки є важливим аспектом поліпшення життєдіяльності військовослужбовців. Систематичні огляди здоров'я, проведення

тренінгів зі стресового керування та підтримка психологічного благополуччя можуть сприяти їхньому загальному самопочуттю.

5. Визначення цінностей і підтримка смислу: Розуміння особистих цінностей військовослужбовців і створення умов для їх втілення в їхньому професійному житті може покращити їхню мотивацію та задоволеність. Важливо забезпечити можливості для використання їхніх унікальних навичок і талантів, що сприятиме формуванню почуття значущості та смислу виконуваної роботи.

6. Розвиток резиліентності: В умовах війни важливо надавати військовослужбовцям навички резиліентності, які допоможуть їм ефективно впоратися зі стресом і викликами, зберігати позитивне мислення і здатність швидко адаптуватися до нових ситуацій.

7. Підтримка роботи-особистого життя балансу: Важливо створювати умови, щоб військовослужбовці могли забезпечити гармонію між своєю професійною роботою та особистим життям. Це може включати гнучкі графіки роботи, підтримку сімей та можливості для відпочинку і рекреації.

8. Постійне вдосконалення програм підтримки: Враховуючи унікальні потреби військовослужбовців у військових умовах, важливо постійно оновлювати і вдосконалювати програми підтримки. Це може включати надання консультування, психологічної підтримки, освітніх та професійних можливостей, а також доступ до ресурсів для збереження фізичного та ментального здоров'я.

9. Сприяння здоровому лідерству: Важливо розвивати лідерські навички військовослужбовців та створювати умови для їхнього розвитку. Здорове лідерство, яке враховує потреби та цінності підлеглих, сприяє створенню позитивного робочого середовища, підвищує мотивацію та задоволеність військовослужбовців.

10. Розвиток механізмів внутрішнього контролю: Важливо навчити військовослужбовців розвивати механізми внутрішнього контролю, такі як саморегуляція та самооцінка. Це допоможе їм зберігати позитивний настрій, ефективно впоратися зі стресом та викликами, а також забезпечити більше почуття контролю над власним життям.

11. Забезпечення розвитку та використання резервів: Важливо надавати можливості для розвитку та використання резервів військовослужбовців. Це може включати створення програм розвитку талантів, стимулювання творчості та інновацій, а також забезпечення можливостей для виявлення потенціалу та досягнення особистих цілей.

12. Систематичний моніторинг та оцінка: Важливо встановити систему систематичного моніторингу та оцінки ефективності рекомендацій щодо поліпшення життєдіяльності військовослужбовців. Це дозволить визначати успішність заходів, вносити корективи та адаптувати програми підтримки для досягнення кращих результатів.

13. Підтримка післязвітності та реабілітації: Після закінчення війни важливо забезпечити підтримку та реабілітацію військовослужбовців, які брали участь у конфлікті. Це може включати фізичну та психологічну реабілітацію, професійну перекваліфікацію, а також підтримку у поверненні до цивільного життя.

14. Залучення до прийняття рішень: Важливо залучати військовослужбовців до процесу прийняття рішень, що стосуються їх життєдіяльності. Це може включати консультації, обговорення планів та стратегій, що стосуються їхньої роботи, а також розробку політик, що враховують їх потреби та досвід.

15. Підтримка післявійськової адаптації: Важливо надавати підтримку військовослужбовцям під час їх переходу до цивільного життя після закінчення служби. Це може включати професійну підготовку, підтримку при пошуку роботи, психологічну підтримку та доступ до ресурсів для успішної адаптації до цивільного оточення.

Ці рекомендації спрямовані на поліпшення життєдіяльності військовослужбовців в умовах війни на основі смислу їхнього життя. Впровадження цих заходів може позитивно вплинути на мотивацію, задоволеність та загальний добробут військовослужбовців, забезпечити підтримку їхнього фізичного та ментального здоров'я, а також сприяти їхньому успішному впорядкуванню в післявійськовому житті. Важливо враховувати ці рекомендації



при розробці та впровадженні програм підтримки для військовослужбовців, щоб забезпечити їхню оптимальну підтримку та добробут у складних умовах війни.

## Висновки до розділу

1. Емпіричне вивчення смислу життя у військовослужбовців показує, що домінуючими у них під час війни, за методикою С.Бубнової, є цінності допомоги і милосердя до інших людей, здоров'я та кохання які проявляються на високому рівні. Найменше ж значення для військовослужбовців під час військових дій представляє цінність високого соціального статусу та управління людьми.

2. За методикою В.Сопів та Л.Карпушиної виявлено важливість для досліджуваних термінальних цінностей (власний престиж, соціальні контакти, креативність, збереження індивідуальності, матеріальний стан, досягнення, саморозвиток). Але найбільше значення для них мають духовні цінності.

3. Отримані дані про сфери життя свідчать, що найбільше значення для військовослужбовців має сфера фізичної активності та професійного життя, які пов'язані з реалізацією себе як військового та ефективністю виконання діяльності в особливих умовах. На високому рівні значущості для них знаходиться й сфера захоплення. На середньому ж рівні значущості виявилася сфера навчання й освіти та сфера сімейного життя. Найменше значення для військовослужбовців під час війни має громадська активність.

4. Використання методики П. Іванова та Є. Колобової показало прояв майже на однаковому рівні цінностей громадської корисності, загальної та творчої активності, спілкування. найменше значення для військовослужбовців на війні має соціальний статус.

5. Емпіричним дослідженням передбачалось виявлення у військовослужбовців задоволеності у них від життя, в процесі якого реалізуються цінності. Саме переживання задоволеності життям є індикатором наявності у людини оптимального смислу життя, який уможливорює досягнення

нею показників акме – максимально можливий особистісний розвиток і самореалізацію та досягнення показників ефективності життєдіяльності.

Результати дослідження показали високий інтегративний індекс задоволеності життям у військовослужбовців. Цей показник відображає загальний психологічний стан людини, ступінь її психологічного комфорту та соціально-психологічної адаптованості.

6. Про наявність оптимального смислу життя свідчить наявність у людини цінностей у сполученні з задоволеністю від життя. Результати співставлення даних щодо домінуючих цінностей та рівнів задоволеності життям військовослужбовців показують, що оптимальний смисл життя військовослужбовців під час війни характеризується наявністю в них щонайперше таких цінностей, як: духовні, допомога і мелосердя, здоров'я, кохання, власного престижу, які реалізуються в сферах фізичної активності, професійного життя та захопленнь.

7. Саме до такого змістового наповнення важливо підводити військовослужбовців задля забезпечення у них емоційного комфорту, переживання ними повноцінності життя та задоволеності ним в умовах війни, їх самореалізації та розвитку. Саме в цьому щонайперше, полягає практичне значення результатів дослідження. Саме в цьому має полягати психологічна підтримка військовослужбовців задля ефективного виконання ними бойових завдань та запобігання виникнення у них емоційно-психологічного перевантаження й збереження здоров'я.

## ВИСНОВКИ

1. Смысл життя як психологічний феномен – це смысл власного життя людини, її покликання та призначення. Смысл життя визначається як цілісне уявлення людини про своє призначення, про фундаментальні основи власного життя, про сутнісно значущі цінності. Тобто, суть смыслу життя людини пов'язується щонайперше з її цінностями. Але це не лише цінності людини, а й переживання – переживання цінності життя, задоволеності ним, досягненнями.

2. Не будь-який смысл життя і не за всіх умов приносить людині переживання задоволеності життям, досягнення акме, позитивно впливає на розвиток особистості, а лише оптимальний, суть якого - в органічному сполученні життєвої цілі, яка задовольняє людину, та задоволення від процесу її реалізації, від результатів на сьогодні. Оптимальний смысл життя - це гармонійна структура смисложиттєвих орієнтацій, що суттєво обумовлює високу успішність у різноманітних галузях діяльності, максимальне розкриття індивідуальності людини та її емоційний комфорт, що проявляється у переживанні повноти та задоволеності життям. Тобто, оптимальний смысл життя виявляється на основі цінностей людини та задоволеності нею від життя, в процесі якого реалізуються ці цінності.

3. Інформаційний пошук показав відсутність на сьогодні даних спеціального вивчення смыслу життя військовослужбовців з використанням знань щодо суті явища (і передусім оптимального смыслу життя у єдності цінностей та задоволеності життям) за допомогою психологічного інструментарію, що й визначило необхідність проведення нами емпіричного етапу дослідження.

4. Емпіричне вивчення смыслу життя у військовослужбовців показує, що домінуючими у них під час війни, за методикою С.Бубнової, є цінності допомоги і милосердя до інших людей, здоров'я та кохання які проявляються на високому рівні. Найменше ж значення для військовослужбовців під час військових дій представляє цінність високого соціального статусу та управління людьми.

5. За методикою В.Сопів та Л.Карпушиної виявлено важливість для досліджуваних термінальних цінностей (власний престиж, соціальні контакти, креативність, збереження індивідуальності, матеріальний стан, досягнення, саморозвиток). Але найбільше значення для них мають духовні цінності.

6. Отримані дані про сфери життя свідчать, що найбільше значення для військовослужбовців має сфера фізичної активності та професійного життя, які пов'язані з реалізацією себе як військового та ефективністю виконання діяльності в особливих умовах. На високому рівні значущості для них знаходиться й сфера захоплення. На середньому ж рівні значущості виявилася сфера навчання й освіти та сфера сімейного життя. Найменше значення для військовослужбовців під час війни має громадська активність.

7. Використання методики П. Іванова та Є. Колобової показало прояв майже на однаковому рівні цінностей громадської корисності, загальної та творчої активності, спілкування. найменше значення для військовослужбовців на війні має соціальний статус.

8. Емпіричним дослідженням передбачалось виявлення у військовослужбовців задоволеності у них від життя, в процесі якого реалізуються цінності. Саме переживання задоволеності життям є індикатором наявності у людини оптимального смислу життя, який уможливорює досягнення нею показників акме – максимально можливий особистісний розвиток і самореалізацію та досягнення показників ефективності життєдіяльності.

Результати дослідження показали високий інтегративний індекс задоволеності життям у військовослужбовців. Цей показник відображає загальний психологічний стан людини, ступінь її психологічного комфорту та соціально-психологічної адаптованості.

9. Про наявність оптимального смислу життя свідчить наявність у людини цінностей у сполученні з задоволеністю від життя. Результати дослідження показують, що оптимальний смисл життя військовослужбовців під час війни характеризується наявністю в них щонайперше таких цінностей, як: духовні,

допомога і мелосердя, здоров'я, кохання, власного престижу, які реалізуються в сферах фізичної активності, професійного життя та захоплень.

10. Саме до такого змістового наповнення смислу життя важливо підводити військовослужбовців задля забезпечення у них емоційного комфорту, переживання ними повноцінності життя та задоволеності ним в умовах війни, їх самореалізації та розвитку. Саме в цьому щонайперше, полягає практичне значення результатів дослідження. Саме в цьому має полягати психологічна підтримка військовослужбовців задля ефективного виконання ними бойових завдань та запобігання виникнення у них емоційно-психологічного перевантаження й збереження здоров'я.

## СПИСОК ВИКОРИСТАНИХ ДЖЕРЕЛ

1. Асеев В.Г. Особенности структурного строения смысловой системы личности. *Смысл жизни и акме: 10 лет поиска*. В 2-х ч. Ч.1. / Под ред. А.А. Бодалева, Г.А. Вайзер и др. Москва: Смысл, 2004. С.35-41.
2. Бодалев А.А. Смысл жизни и акме. *Материалы VIII X симпозиумов* / Под ред. А.А.Бодалева, Г.А.Вайзер и др. М.: Смысл, 2004. 327 с.
3. Братусь Б.С. Аномалии личности / Б.С. Братусь. М: Мысль, 1988. 301 с.
4. Кацшина И.А. Смысл жизни как объект психологического исследования. *Смысл жизни и акме: 10 лет поиска*. В 2-х ч. Ч.1. / Под ред. А.А. Бодалева, Г.А. Вайзер и др. Москва: Смысл, 2004. С.50-55.
5. Леонтьев Д.А. Психология смысла: природа, строение и динамика смысловой реальности. М.: Смысл, 2007. С.247.
6. Маноха І.П. Смысл життя як психологічний феномен. *Основи психології*. / За заг. ред. О.В.Киричука, В.А.Роменця. К.: Либідь, 1995. С.373-376.
7. Меренков В.И. О выборе смысла жизни в современную эпоху. *Смысл жизни и акме: 10 лет поиска*. В 2-х ч. Ч.1. / Под ред. А.А. Бодалева, Г.А. Вайзер и др. Москва: Смысл, 2004. С.61-71.
8. Петровский А.В. Психология: словарь / Под общ. ред. А.В. Петровского, М.Г. Ярошевского. 2-е изд. М.: Политиздат, 1990.494 с
9. Титаренко Т.М. Сучасна психологія особистості. Київ: Каравелла, 2013. С.123-128.
10. Франкл В. Человек в поисках смысла. М.: Прогресс, 1990. 368 с.
11. Хвоина Т.В. Особенности смысло-жизненных ориентаций у юношей и девушек, обучающихся в разных образовательных средах. *Молодежь и наука: сборник материалов VI Всероссийской научно-технической конференции студентов, аспирантов и молодых ученых*. Красноярск : Сиб. федер. ун-т, 2011 [Электронный ресурс]. URL: 17.05.2014.

12. Хохліна О., Горбенко С. Параметри вивчення смислу життя людини. *Débats scientifiques et orientations prospectives du développement scientifique: collection de papiers scientifiques «ΛΟΓΟΣ» avec des matériaux de la II conférence scientifique et pratique internationale (Vol. 2), Paris, 1er octobre 2021. Paris-Vinnytsia: La Fedelta & Plateforme scientifique européenne, 2021. С.33-35. <https://doi.org/10.36074/logos-01.10.2021.v2.12>*
13. Хохліна О.П. Проблема смислу життя особистості в умовах війни. *Забезпечення психологічної допомоги в секторі Сил оборони України: зб. тез Всеукр. міжвід. психол. форуму (м. Київ, 30 червня 2022 р.). Київ: «Вид-во Людмила», 2022. 324 с. С.275-278.*
14. Хохліна О.П. Смисл життя фахівців авіаційної галузі в аспекті безпеки професійної діяльності. *Матеріали XV Міжнародної науково-практичної конференції «Авіа – 2021» (20-22 квітня, 2021). Київ: НАУ. С.33.17-33.19.*
15. Хохліна О.П. Смисл життя як умова самореалізації особистості. *Moderní aspekty vědy: XIV. Díl mezinárodní kolektivní monografie. Česká republika: Mezinárodní Ekonomický Institut s.r.o., 2021. С.266-275. <http://perspectives.pp.ua/public/site/mono/monography-14.pdf>*
16. Хохліна О.П., Горбенко С.Л. Загальна психологія. Соціальна психологія. *Захист бакалаврської роботи: Методичні рекомендації з підготовки до державної атестації. Для підготовки фахівців за освітньо-кваліфікаційним рівнем «Бакалавр» за напрямом 6.030102 «Психологія» галузі знань 0301 «Соціально-політичні науки». К.: НАВС, 2014. 168 с.*
17. Чернов Д.Ю. Смыслоразностные ориентации и профессиональное становление педагогов. *Ученые записки СПбГИПСП. 2010. Вып. 1, Т. 13. С. 22-27.*
18. Чудновский В.Э. Проблема оптимального смысла жизни. *Смысл жизни и акме: 10 лет поиска. В 2-х ч. Ч.1. / Под ред. А.А. Бодалева, Г.А. Вайзер и др. Москва: Смысл, 2004. С.6-22.*

19. Чудновский В.Э. К проблеме адекватности смысла жизни. *Мир психологии*. 1999. № 2. С. 74-80.
20. Шварц Ш. Культурные ценностные ориентации: природа и следствия национальных различий. *Журнал Высшей школы экономики*. 2008. Сер. Психология. № 2. С. 37-67.
21. Руденко А. Чи існують на війні атеїсти? URL: <https://day.kyiv.ua/uk/article/cuspilstvo/chy-isnuyut-na-viyni-ateyisty>
22. Кенуй М. Г. Быстрые статистические вычисления. Упрощенные методы оценивания и проверки: Справочник / Пер. с англ. и предисл. Д. А. Астринского. М. : «Статистика», 1979. 69 с.
23. Паніна Н. В. Технологія соціального дослідження: [навчальний посібник]. К. : «Наук. думка», 1996. 232 с.