

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

ДОПУСТИТИ ДО ЗАХИСТУ

Завідувач випускової кафедри

\_\_\_\_\_ Ельвіра ЛУЗІК

« \_\_\_\_ » \_\_\_\_\_ 2022 р

## **КВАЛІФІКАЦІЙНА РОБОТА**

ЗДОБУВАЧА ОСВІТНЬОГО СТУПЕНЯ «МАГІСТР»

Галузь знань: 05 Соціальні та поведінкові науки

Спеціальність 053 «Психологія»

Освітньо-професійна програма «Практична психологія»

**Тема: «Особливості життєстійкості студентської молоді в умовах  
воєнного стану»**

Виконавець: студентка групи 206 Мз Перетолчина Ганна Юріївна

Керівник: доктор педагогічних наук, професор Рахманов Віталій Олегович

Нормоконтролер: \_\_\_\_\_ Тамара МИХЕСВА

КИЇВ 2022

НАЦІОНАЛЬНИЙ АВІАЦІЙНИЙ УНІВЕРСИТЕТ  
Факультет лінгвістики та соціальних комунікацій  
Кафедра педагогіки та психології професійної освіти  
Галузь знань 05 Соціальні та поведінкові науки  
Спеціальність 053 «Психологія»  
ОПП «Практична психологія»

ЗАТВЕРДЖУЮ  
Завідувач кафедри  
\_\_\_\_\_ Ельвіра ЛУЗІК  
« \_\_\_\_ » \_\_\_\_\_ 2022 р.

## **ЗАВДАННЯ**

### **на виконання кваліфікаційної роботи**

Перетолчиної Ганни Юріївни

1. Тема кваліфікаційної роботи "Особливості життєстійкості студентської молоді в умовах воєнного стану" затверджена наказом ректора від 29.09.2022 № 1745/ст.

2. Термін виконання роботи: з 05.09.2022 до 30.11.2022 р.

3. Вихідні дані до роботи: робота складається зі вступу, двох розділів, висновків до першого та другого розділів, загальних висновків, списку використаних джерел та додатків загальним обсягом 84 сторінки, з них обсяг основного тексту 64 сторінки, список використаних джерел нараховує 45 позицій. Вибірка дослідження включала 34 студенти (18 осіб жіночої статі та 16 осіб чоловічої статі) НАУ (3-4 курсів різних спеціальностей).

4. Зміст пояснювальної записки: Вступ; Розділ 1. Теоретичні аспекти проблеми життєстійкості та її роль для студентської молоді в умовах воєнного часу; Висновки до першого розділу; Розділ 2. Емпіричне дослідження статевих особливостей життєстійкості студентської в умовах воєнного часу; Висновки до другого розділу; Висновки; Список використаних джерел та літератури; Додатки.

5. Перелік обов'язкового графічного (ілюстративного) матеріалу: 7 таблиць та 12 рисунків.

## 6. Календарний план-графік

№ п/п	Завдання	Термін виконання	Виконано
1.	Опрацювання та реферування літератури з теми дослідження. Визначення об'єкта і предмета дослідження	05.09.2022	04.09.2022
2.	Формулювання теми, мети, завдань дослідження. Написання вступу. Складання попереднього плану роботи. Узгодження з керівником	10.09.2022	08.09.2022
3.	Написання першого розділу. Подання керівникові на перевірку	25.09.2022	23.09.2022
4.	Написання другого розділу. Подання керівникові на перевірку	15.10.2022	14.10.2022
5.	Оформлення роботи. Подання керівникові на перевірку	29.10.2022	24.10.2022
6.	Попередній захист кваліфікаційної роботи	07-09.11.2022	09.11.2022
7.	Опрацювання зауважень і виправлення недоліків	10.11.2022	09.11.2022
8.	Подання остаточного варіанта роботи на кафедру для перевірки на академічну добросовісність	15.11.2022	11.11.2022
9.	Подання кваліфікаційної роботи на рецензування	16.11.2022	
10.	Захист роботи	28-29.11.2022	

7. Дата видачі завдання: «05» вересня 2022 р.

Керівник кваліфікаційної роботи \_\_\_\_\_ Віталій РАХМАНОВ  
(підпис керівника) (П.І.Б.)

Завдання прийняв до виконання \_\_\_\_\_ Ганна ПЕРЕТОЛЧИНА  
(підпис виконавця) (П.І.Б.)

## РЕФЕРАТ

Пояснювальна записка до кваліфікаційної роботи "Особливості життєстійкості студентської молоді в умовах воєнного стану": 73 сторінки, 45 використаних джерел, 7 таблиць, 12 рисунків, 5 додатків.

**Об'єкт дослідження:** життєстійкість як психологічний феномен.

**Предмет дослідження:** особливості життєстійкості студентської молоді в умовах воєнного стану.

**Мета дослідження:** виявити особливості життєстійкості студентської молоді в умовах воєнного стану.

Емпіричний розділ було виконано за допомогою **методик:** опитувальник життєстійкості в адаптації Леонтєва Д.О. та Разказової Є.І.; методика для дослідження толерантності до невизначеності Т.В. Корнілової; «Шкала психологічного благополуччя» (К. Ріфф, в адаптації Л. Пергаменщика і Н. Лепешинського). Метод математичної обробки: критерій Манна-Уїтні.

Було встановлено, що середні показники є домінуючими як для загального рівня життєстійкості, так і для кожного з трьох її компонентів. Статистично значимими є відмінності за двома компонентами життєстійкості: контроль, прийняття ризику. Студенти-хлопці частіше за студенток-дівчат не лише мають установку на управління власним життям, але й здатність діяти на основі власної автономності. Також значимими є статеві відмінності за міжособистісною інтолерантністю та за 2 складовими психологічного благополуччя: управління оточенням, автономія. Були сформульовані рекомендації, врахування яких може бути основою для побудови моделі психологічної допомоги студентській молоді щодо оптимізації загального рівня, компонентів життєстійкості та її додаткових параметрів в умовах воєнного часу.

**ЖИТТЄСТІЙКІСТЬ, ЗАЛУЧЕНІСТЬ, КОНТРОЛЬ, ПРИЙНЯТТЯ РИЗИКУ, ТОЛЕРАНТНІСТЬ, ІНТОЛЕРАНТНІСТЬ, ПСИХОЛОГІЧНЕ БЛАГОПОЛУЧЧЯ, СТУДЕНТСЬКА МОЛОДЬ.**

## ЗМІСТ

<b>ВСТУП</b> .....	6
<b>РОЗДІЛ 1. ТЕОРЕТИЧНІ АСПЕКТИ ПРОБЛЕМИ ЖИТТЄСТІЙКОСТІ ТА ЇЇ РОЛЬ ДЛЯ СТУДЕНТСТКОЇ МОЛОДІ В УМОВАХ ВОЄННОГО ЧАСУ</b>	
1.1. Підходи до аналізу поняття «життєстійкість»у психологічній науці.....	9
1.2. Компоненти життєстійкості та її роль у житті молоді в умовах воєнного часу .....	16
Висновки до першого розділу .....	20
<b>РОЗДІЛ 2. ЕМПІРИЧНЕ ДОСЛІДЖЕННЯ СТАТЕВИХ ОСОБЛИВОСТІ ЖИТТЄСТІЙКОСТІ СТУДЕНТСЬКОЇ В УМОВАХ ВОЄННОГО ЧАСУ</b>	
2.1. Методичні основи емпіричного дослідження життєстійкості.....	23
2.2. Аналіз результатів дослідження загальногрупових та статевих особливостей життєстійкості студентської в умовах воєнного часу.....	25
2.3. Математичний аналіз встановлення статевих особливостей життєстійкості студентської в умовах воєнного часу .....	52
2.4. Рекомендації для підвищення життєстійкості студентської молоді.....	56
Висновки до другого розділу .....	63
<b>ВИСНОВКИ</b> .....	64
<b>СПИСОК ВИКОРИСТАНИХ ДЖЕРЕЛ</b> .....	68
<b>ДОДАТКИ</b> .....	74

## ВСТУП

**Актуальність дослідження.** В умовах сучасного життя українського суспільства проблематика життєстійкості держави та усіх громадян в цілому та кожного окремо є виключно актуальною та значимою для кожного. До динамічності та мінливості як типових ознак сучасності з початком широкомасштабних військових дій в Україні перед кожною людиною постали нові проблеми, життєві задачі, вирішення яких має не лише значення для особистісного, соціального, професійного розвитку, але й значимі для фізичного існування як такого. Саме тому в актуальних умовах є особливо актуальним дослідження феномену життєстійкості. Життєстійкість ми розглядаємо як систему переконань особистості про себе, про світ, про відносини зі світом, яка включає три компоненти: залученість (включеність), контроль, виклик (прийняття ризику).

Значна частина досліджень життєстійкості проведена на вибірках респондентів, які мають певні вікові особливості, зокрема, це представники юнацького віку, ранньої та середнього дорослості, а також варто відмітити ще професійний аспект: тут лідирують представники соціономічних професій. Сучасні воєнні умови актуалізували ще один аспект даної проблематики, пов'язаний із умовами підвищеної небезпеки, що на даний момент є визначальними, але включає усі вище названі моменти також. Зазначена проблематика буде нами вивчена на прикладі вибірки студентської молоді, становлення якої відбувається у актуальних складних умовах.

**Об'єкт дослідження:** життєстійкість як психологічний феномен.

**Предмет дослідження:** особливості життєстійкості студентської молоді в умовах воєнного стану.

**Мета дослідження:** виявити особливості життєстійкості студентської молоді в умовах воєнного стану.

У відповідності до поставленої мети нами було визначено наступні **завдання дослідження:**

1. на основі аналізу психологічної літератури виявити підходи розуміння поняття «життєстійкість» та компонентів;

2. виявити особливості прояву компонентів та загального рівня життєстійкості у студентської молоді, а також їх специфіку їх від залежності від статі в умовах воєнного часу;

3. встановити загальногрупові та статеві особливості толерантності та інтолерантності до невизначеності студентської молоді у воєнних умовах;

4. встановити загальногрупові та статеві особливості психологічного благополуччя у студентської молоді у воєнних умовах;

5. сформулювати рекомендації для підвищення життєстійкості студентської молоді.

Для виконання завдань дослідження було використано **методи та методики.**

Теоретичний розділ роботи було виконано за допомогою аналізу та систематизації підходів до поняття «життєстійкість», компонентів та параметрів її оцінки в умовах воєнного часу.

Практичний розділ роботи було виконано за допомогою методик: опитувальник життєстійкості в адаптації Леонт'єва Д.О. та Разказової Є.І.; методика для дослідження толерантності до невизначеності Т.В. Корнілової; методика «Шкала психологічного благополуччя» К. Ріффа, в адаптації Л. Пергаменщика і Н. Лепешинського.

Математична обробка даних була виконана за допомогою критерію критерію Манна-Уїтні.

**Вибірка дослідження:** 34 студенти (18 осіб жіночої статі та 16 осіб чоловічої статі) НАУ (3-4 курсів різних спеціальностей). Дослідження проводилося у серпні-вересні 2022 р.

**Практичне значення:** були виявлені загальногрупові та статеві особливості компонентів та загального рівня життєстійкості, а також

толерантності-інтолерантності та складових психологічного благополуччя, на основі аналізу яких були сформульовані рекомендації, врахування яких може бути основою для побудови моделі психологічної допомоги студентській молоді щодо оптимізації загального рівня, компонентів життєстійкості та її додаткових параметрів в умовах воєнного часу.



## РОЗДІЛ 1

# ТЕОРЕТИЧНІ АСПЕКТИ ПРОБЛЕМИ ЖИТТЄСТІЙКОСТІ ТА ЇЇ РОЛЬ ДЛЯ СТУДЕНТСЬКОЇ МОЛОДІ В УМОВАХ ВОЄННОГО ЧАСУ

### 1.1. Психологічна характеристика поняття «життєстійкість»

Поняття «життєстійкість» у науковий обіг в якості психологічного терміну ввели вчені: Сальваторе Мадді та Сьзен Кобейс в 1979 році. Англomовний терміг «hardness» в перекладі означає буквально «витривалість», у російськомовній літературі Д.Леонт'єв запропонував вживати для даного поняття наступний варіант поняття - «життєстійкість». Саме даний варіант і закріпився у багатьох країнах пострадянського простору як основний варіант.

С. Мадді розглядає власне поняття як інструмент, який дозволяє особистості адекватно переживати тривогу, яка що виникає через постійний вибір у житті, пов'язаний з невідомістю, неоднозначністю. Також С.Мадді включає життєстійкість у контекст потенціалу особистості та регуляції стресу, тому «життєстійкість» знаходиться на перетині двох підходів: з одного боку, екзистенційної психології, а з іншого боку, психології стресу [31].

Згідно з традицією, закладеною С. Мадді, життєстійкість являє собою систему переконань особистості про себе, про світ, про відносини зі світом. У підході Д. Леонт'єва [18;19] життєстійкість розглядається як феномен, що визначає ступінь подолання особистістю заданих обставин, а також подолання самої себе. Тому життєстійкість - полікомпонентне утворення, яке визначається як система переконань, що сприяють розвитку готовності управляти ситуаціями підвищеної складності. Отже, вказані підходи наголошують на значущості вивчення проблематики життєстійкості в таким умовах життя, які мають екзистенційне значення, стресогенний характер, ставлять перед особистістю завдання щодо їх подолання та особистісних змін

зادля цього, що відповідає тим актуальним умовам життя, які характерні для життєдіяльності наших громадян на більшій частині України.

Життєстійкість включає три атитюди, або установки:

- залученість (включеність),
- контроль,
- виклик (прийняття ризику).

Перший компонент «залученість» (commitment) трактується як переконаність у тому, що залученість дає для особистості максимальний шанс знайти щось значиме і цікаве, дозволяє пережити задоволення, а не переживати відторгнення, відчуття себе «поза життям».

Другий компонент «контроль» (control) розглядається як переконаність особистості у тому, що боротьба як життєва установка дозволяє вплинути на результат, хоча і успіх не гарантований.

Третій компонент «прийняття ризику» (challenge) – це переконаність, що все те, що трапляється у житті, може сприяти розвитку за рахунок отриманих знань, здобутого досвіду, і навпаки, установка на прагнення до простого комфорту і безпеки як базової є такою, що знецінює як окремі моменти життя, так і життя в цілому.

Варто відмітити, що С.Мадді окремо зазначав роль кожного з цих трьох компонентів для збереження психічного здоров'я та працездатності в стресогенних умовах, тому аналіз особливостей прояву даного феномену на прикладі студентської молоді в умовах воєнного стану є надзвичайно актуальним. Також значимим для нашого дослідження є зауваження вченого щодо того, що особливо цінним є можливість діагностувати індивідуальні відмінності прояву кожного з трьох компонентів, а також їх узгодженість з загальним рівнем життєстійкості. Даний підхід буде реалізовано у нашому емпіричному дослідженні щодо послідовності вивчення кожного з трьох компонентів, а також їх узгодженість з загальним рівнем життєстійкості по вибірці в цілому, а також з врахуванням статевої приналежності респондентів [31; 37].

Як відомо, становлення життєстійкості як комплексного глибинного утворення має довгий етап розвитку, але найактивніше та осмислено цей процес відбувається у підлітковому віці та надалі в основному стабілізується у юнацькому віці, що пояснює наш вибір вибірки емпіричного дослідження.

Також вчені відмічають, яку роль у даному процесі мають стосунки з референтним оточенням, особливо для кожного із компонентів життєстійкості. Зокрема, для розвитку першого компонента «залученість» основне значення має прийняття та підтримка референтним оточенням; для розвитку другого компонента «контроль» має значення підтримка ініціативності особистості щодо опанування новими інструментами, моделями, ресурсами; для розвитку третього компонента «прийняття ризику» важливою є різноманітність отриманих вражень, динамічність та неоднорідність зовнішнього середовища, а також супровід їх інтелектуального аналізу, оцінки, контролю та прийняття[20; 24; 45].

Таким чином, ми бачимо значимість соціального оточення, різних форматів стосунків для становлення та прояву життєстійкості, що також буде нами враховано при вивченні специфіки прояву життєстійкості через такі показники: як міжособистісна інтолерантність та соціальні компоненти компоненти психологічного благополуччя. Вказані показники доповнять та поглиблять нам картину прояву життєстійкості студентської молоді в умовах воєнного часу.

Цікавим також є зауваження А.Фомінової щодо існування трьох напрямків аналізу проблематики життєстійкості [41].

По-перше, вивчення ролі життєстійкості для соматичного та психічного здоров'я, що забезпечується наступними засобами: здатність до адекватної оцінки та переоцінки с актуальних ситуацій як менш стресових, створення та підтримання мотивації до їх опанування, посилення та пошук активної соціальної підтримки.

По-друге, аналіз зв'язку життєстійкості з різними моделями поведінки, що базуються на оптимізмі, оцінці власної самоефективності.

По-третє, це акцент на кореляції компонентів життєстійкості з компонентами смислової сфери, а також проявами психологічного благополуччя. Останнє зауваження також має для нашого емпіричного дослідження важливе значення, оскільки дозволяє включити до вивчення особливостей прояву життєстійкості складові психологічного благополуччя.

У роботах вітчизняних психологів виділяють три наукові підходи до аналізу поняття «життєстійкість»:

1) життєстійкість трактується як внутрішній ресурс потенціалу особистості, прояв якого може відбуватися у різноманітних життєвих ситуаціях і відповідно може мати свою специфіку прояву у них;

2) життєстійкість розглядається як інтегральна, системна психологічна властивість особистості, що розвивається у контексті її активної взаємодії з різними життєвими ситуаціями;

3) життєстійкість визначається як здатність особистості до соціальної та психологічної адаптації на основі динаміки смислової саморегуляції [1; 25; 27; 31].

У працях вітчизняних авторів щодо аналізу структури життєстійкості є різні підходи: і як до поліструктурного поняття, усі компоненти якого мають рівноцінне значення, і як до поліструктурного поняття, окремі компоненти якого мають визначальне значення.

Наприклад, доволі поширеним є підхід, в рамках якого виділяють наступні компоненти життєстійкості: когнітивний (осмислення і оцінка ситуації), поведінковий (навички подолання), мотиваційний (мотив активності), емоційний (емоційне реагування) [22].

О.Ларіна представила детальний аналіз складових життєстійкості, Включеність як компонент дає можливість не лише враховувати схеми планування часу з конкретними термінами реалізації певних завдань, але й дає можливість особистості рухатися за плином подій, планувати власне майбутнє з врахуванням актуальної життєвої ситуації, тобто, не обмежувати себе лише конкретним планами на майбутнє. Контроль як компонент представляє собою

установку віри в те, що особистість може упоратися з тими проблемами, котрі виникають на її шляху, віру в власну ефективність на основі прояву здатності до впливу на перебіг життєвих подій. Прийняття ризику як компонент життєстійкості забезпечує психологічну готовність діяти у ситуаціях ризику, невизначеності, готовність набувати життєвий досвід, як позитивний, так і негативний [16].

Разом з тим існують підходи, в рамках яких життєстійкість аналізується також як поліструктурне поняття, яке з точки зору системного підходу представлено як трирівневий конструкт, що включає складові: метасистема, система, підсистема, які відповідають ієрархічній структурі властивостей особистості. Чиханцова О.А. у даній традиції представила власну модель життєстійкості, яка представлена на рисунку 1.1.1 [38; 39].

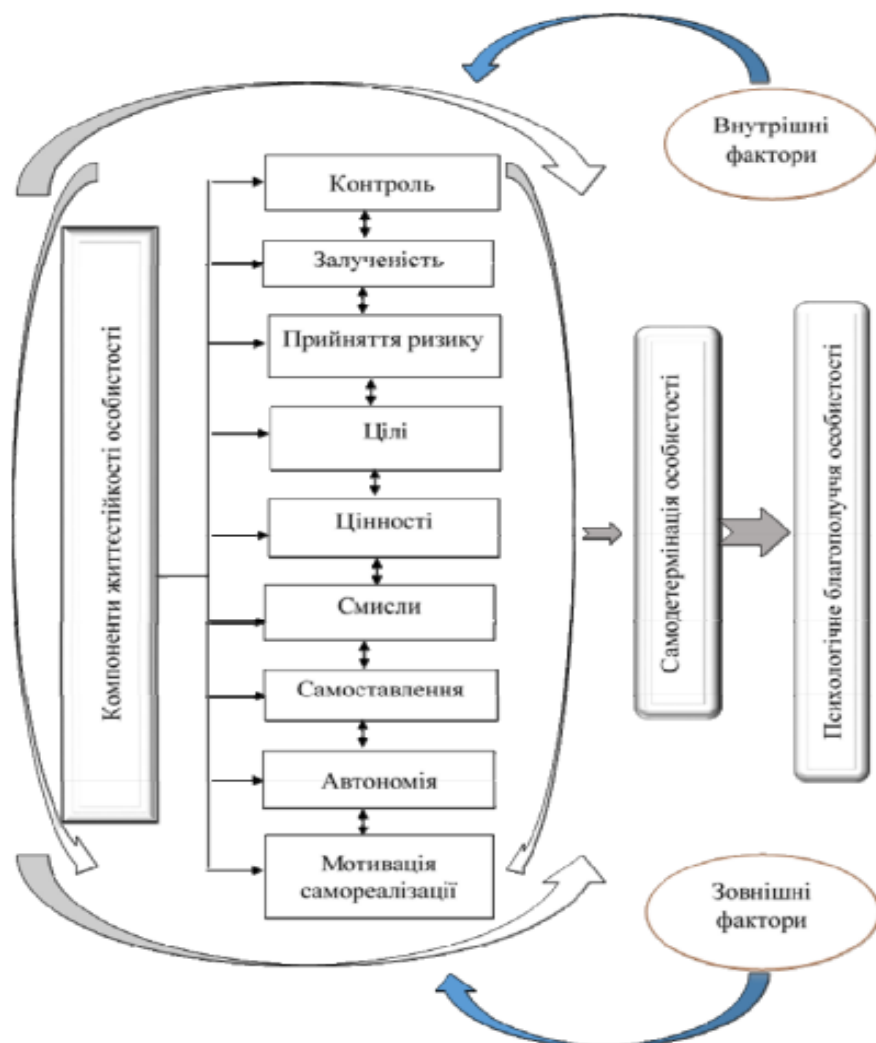


Рис. 1.1.1. Модель життєстійкості особистості

У даній моделі поряд із традиційними складовими виділяються також такі, як: цілі, цінності, самоставлення, смисли, автономія, мотивація до самореалізації. Таким чином, життєстійкість у даному підході трактується як системне утворення, яке визначає установки, що мотивують особистість перетворювати стресові життєві події у нові можливості для себе, що в свою чергу призводить до самодетермінації особистості.

У окремих деяких працях представлений акцент на якомусь одному компоненті як значущому, наприклад, на компоненті - мотиваційна спрямованість, тому що розглядають його як ресурс вітальності [25], або на поведінковому компоненті, пов'язуючи життєстійкість з самоефективністю, поєднання установок і навичок, які дозволяють їй перетворювати проблемні ситуації у нові можливості [5; 11; 22].

Коkun О.М. наводить класифікацію ресурсів життєстійкості, яка включає наступні види:

фізичні ресурси, які включають такі ресурси: рівень фізичної працездатності, рівень психічного здоров'я, відсутність захворювань;

психологічні ресурси, що включають наступні складові: інтелектуальні здібності, властивості емоційної та вольової саморегуляції;

особистісні ресурси, до складу яких входять наступні параметри: самооцінка, самоповага, життєві смисли та установки;

матеріальні ресурси, що визначають доступність для особистості інформаційних, юридичних, медичних, фінансових засобів;

соціальні ресурси, які базуються на соціальних контактах, на визнанні та підтримці, соціальному статусі [9].

Хованець О.Ю. [42] зазначає існування різноманітність підходів до аналізу до вивчення феномену життєстійкості, зокрема, таких найбільш поширених підходів, як: диспозиційний, ситуативний, екзистенційний, когнітивний, біхевіористичний. Крім традиційних аспектів для вивчення життєстійкості вчений зазначає також роль даного феномена для процесу

комунікації, соціального та професійного життя, забезпечуючи їх стабільності та перспективність, виступаючи основою прояву самоефективності.

Також поряд з даним поняттям часто у вітчизняній психологічній науці використовуються такі поняття, як: особистісний адаптаційний потенціал, життєздатність, життєтворчість [4;6; 17 ;20;43; 44; ].

Також життєстійкість аналізується у контексті різних аспектів професійної діяльності: наприклад, розглядають життєстійкість як психологічний ресурс професіогенеза особистості [32; 43; 44], що дозволяє протистояти труднощам професійної дезадаптації. Тобто, даний феномен може бути цікавий із точки аналізу тої вибірки, яка знаходиться і у процесі професійної підготовки, у нашому випадку це наша вибірка-студентська молодь.

Також відмітимо цікавий для нашої майбутньої вибірки факт щодо ролі життєстійкості для студентства. Згідно з припущеннями вчених, для вибірки студентства життєстійкість часто виступає своєрідним медіатором є таким параметрами, як: конформність та психологічне благополуччя. У даному аспекті життєстійкість виступає інструментом, за допомогою якого молодь шукає баланс між певними очікуваннями оточення та власними бажаннями, та інтересами, тобто баланс між груповим тиском, що схиляє до конформності, та прагненням до власного психологічне благополуччя [42].

Також зазначається, що життєстійкості не є константа характеристика, вона має власну динаміку чи відповідні чинники, які можуть її варіювати як у бік зростання, так і бік зниження. Зокрема, відмічають дослідники, життєстійкість значимо від широти та різноманітності життєвого досвіду, що доводить можливість та необхідність тренінгової роботи з даним психологічним феноменом [2;23;24;34].

Отже, життєстійкість – це полікомпонентний психологічний феномен, що представляє систему переконань особистості про себе, про світ, про відносини зі світом, що визначають ступінь подолання особистістю заданих

обставин, а також подолання самої себе в ситуаціях підвищеної складності, неоднозначності, загрози.

## **1.2. Життєстійкість у контексті сучасних умов воєнного часу**

Значна частина досліджень життєстійкості проведена на вибірках респондентів, які мають певні вікові особливості, зокрема, це представники юнацького віку, періодів ранньої та середнього дорослості, а також варто відмітити ще професійний аспект: тут лідирують представники соціономічних професій. Сучасні воєнні умови актуалізували ще один аспект даної проблематики, пов'язаний із умовами підвищеної небезпеки, що на даний момент є визначальними, але включає усі вище названі моменти також.

Умови підвищеної небезпеки, невизначеності, які на даний момент є визначальними для нашої країни, акцентують увагу до такої характеристики, як: толерантність до невизначеності, яка частіше за все розглядається як здатність особистості сприймати ту напругу, яка з'являється у ситуаціях неоднозначності, багатоаспектності, ризикованості, та яка виявляється у її готовності протистояти суперечливості, незв'язаності та інформації, приймати невідомість та невизначеність без негативних емоційних переживань.

У рамках нашої проблематики варто зупинитися на результатах аналізу життєстійкості українців, який було проведено науковцями у квітні 2022 року. Згідно цього результату, індекс життєстійкості українців становив 3,9 з 5. У рамках даного дослідження психологічна життєстійкість розглядалася як така, яка пов'язана з інтересом до життя, відчуттям себе корисним, здатністю приймати рішення, наявністю планів на майбутнє та відсутністю жалю за минулим, а сам індекс життєстійкості складався з двох складових: психологічної стійкості (4.0), підтримки фізичного здоров'я (3.8). Отже, більшість українців (59%) виявили середній рівень життєстійкості, високу стійкість виявили 39%, низькі показники життєстійкості були зафіксовані у 2%



опитаних, серед яких найбільше було мешканців сходу, пенсіонерів, тих, хто втратили роботу [36].

Також в рамках досліджуваної проблематики цікавим будуть результати опитування українців щодо базових емоційних щодо переживань відносно власного майбутнього та майбутнього країни, як представлені на рисунку 1.2.1



Рис 1.2.1.Базові почуття українців щодо власного майбутнього та майбутнього країни [34]

Серед лідерів, як бачимо, представлені рівноцінно дві кардинально протилежні категорії: надія та тривога, яка підкріплена ще розгубленістю та страхом. Але також і наявні оптимізм, упевненість, інтерес, які підкріплюють позитивний полюс-надію.

Чотирнадцяте загальнонаціональне опитування «Психологічні маркери війни», проведене 18-19 червня 2022, також включало життєстійкість як параметр вимірювання разом з такими параметрами, як: психологічне

виснаження, прийнятність розваг під час війни. Індекс життєстійкості було зафіксовано на рівні 3.8 з 5. Відмічно, що його складові психологічна стійкість (3.9) та підтримка фізичного здоров'я (3.7) не мають суттєвих змін, хоча і дещо знизилися, у співставленні з попередніми процедурами вимірювання. Зокрема, відмічено, що доволі високі показники психологічної стійкості базуються на основі комбінації наступних складових: цікавість до того, що відбувається навколо (4.4), нормальне харчування (4.2), перспективні плани (4.2), впевненість у власних рішеннях (4.0), відсутність жалю за минулим (4.0). Також у рамках даного дослідження відміченні певні статеві особливості прояву життєстійкості: жінки мають нижчий рівень життєстійкості, ніж представники чоловічої вибірки. Крім того, життєстійкість з віком має тенденцію до зниження. А також зазначено, що в усіх категоріях респондентів психологічна життєстійкість є вищою за показники фізичного стану, тобто, військові дії фізично виснажили населення більше, а от психологічна витривалість у вибірки поки виглядає краща. Також, враховуючи вибірку нашого емпіричного дослідження, відмітимо, що за результатами представленого опитування молодь виступає як більш активна категорія, яка менш схильна до самообмежень, яка більш активно працює [40].

Лабораторія вікової психофізіології Інституту психології імені Г.С.Костюка НАПН України провела у липні 2022 року всеукраїнське опитування «Твоя життєстійкість в умовах війни» [10]. У даному дослідженні феномен «життєстійкість» розглядається, як такий, що включає 2 компоненти: психофізіологічна стійкість, професійна життєстійкість. Психофізіологічна стійкість трактується як комплексна характеристика, що включає розумову, фізичну, емоційну, поведінкову здатність людини до адаптації, відновлення та зростання в ситуаціях ризику, викликів, небезпеки. Професійна життєстійкість трактується як системна властивість, що виявляється у певному рівні включення професійну діяльність, контролю за нею та прийнятті «професійних викликів», запобігаючи професійній дезадаптації, забезпечуючи особистісно-професійне зростання. Згідно результатів даного дослідження, між

чоловіками та жінками наявні достовірні відмінності ( $p < 0,05-0,001$ ) за 19 з 22 емпіричних показників, на основі яких проводилося діагностичне обстеження. Наприклад, респонденти чоловічої статі відрізняються вищими показниками психофізіологічної стійкості, а тому і меншими показниками симптомів посттравматичного стресового розладу та соматичних. Респондентки мають вищий як загальний рівень професійної життєстійкості, так і шести з семи його компонентів, за винятком такого компоненту, як: крім прийняття виклику. А також вчені відмітили, що для жінок притаманний вищий рівень посттравматичного зростання взагалі, а також його п'яти складових.

Отже, дана проблематика привертає активну увагу вчених, що зумовлює необхідність виявлення емпіричних показників життєстійкості, на основі яких варто проводити емпіричне її дослідження в контексті воєнних умов України.

Решетнік О. [31] описав показники, які прямо чи опосередковано визначають життєстійкість особистості, які виступають основою для класифікації їх у відповідності до основних структурних рівнів свідомості: психофізіологічного, соціально-психологічного та особистісно-сміслового. Також він провів аналіз індивідуально-психологічних показників життєстійкості, класифікувавши їх за сферами. Когнітивна сфера представлена наступними показниками: локус- контроль, критичність, креативність, оптимальне реагування на критику; прогностичні здібності, пошукова активність, сприймання ситуації як виклику, а не загрози, толерантність до невизначеності. Емоційно-вольова сфера репрезентована також показниками: стресостійкість, емоційна стійкість, способи емоційна саморегуляція, вольові якості. Серед поведінкових показників були зазначені наступні: ефективні моделі поведінки, проблемно-орієнтований копінг, готовність до діяльності, пов'язаної з подоланням труднощів, активне слухання, впевнена вимогливість, гнучкість та самостійність у прийнятті рішень. Вчений розглядає життєстійкість як особистісну рису, що є ресурсом відновлення внутрішньої рівноваги і самоздійснення в стресових та кризових ситуаціях.

Чиханцова О. А. [39] робить акцент на аналізі життєстійкості як факторі збереження психічного здоров'я, а також встановила її зв'язки з такими параметрами, як: автономія, самоприйняття, психологічне благополуччя, особистісне зростання. А також варто зазначити на акценті вченою того, що психологічною основою життєстійкості особистості є осмисленість життєвих цілей; усвідомлення цілей свого майбутнього; формування довірливих взаємин з оточуючими. З точки зору вченої, для особистості при високому рівні життєстійкості на першому плані є вирішення завдань, які спрямовані на досягнення нею психологічного благополуччя. Крім того, високий рівень життєстійкості базисом позитивного емоційного фону, що формує установку щодо власної успішності, щодо прояву власного особистісного потенціалу, вибору продуктивних стратегій в стресових ситуаціях. На основі чого дослідниця стверджує, життєстійкість має позитивний вплив на самореалізацію на основі спрямованості на досягнення психологічного благополуччя.

У актуальних умовах життя українського суспільства ці аспекти порушені у когось частково, а у когось взагалі, що виступає значимим аспектом зниження показників життєстійкості. Внаслідок чого вказані моменти мають доцільність щодо їх включення до параметрів, на основі яких є сенс проводити психологічне дослідження життєстійкості особистості, а особливо молоді, для якої цілепокладання є базовим життєвим принципом.

Таким чином, для нашого дослідження ми обираємо толерантність до невизначеності як емпіричний показник життєстійкості, а також психологічне благополуччя як комплексну характеристику, яка включає ряд складових, що репрезентовані у ряді представлених вище досліджень.

## Висновки до першого розділу

Життєстійкість являє собою систему переконань особистості про себе, про світ, про відносини зі світом, що визначають ступінь подолання особистістю заданих обставин, а також подолання самої себе.

Вивчення життєстійкості актуалізується в таких умовах життя, які мають екзистенційне значення, стресогенний характер, ставлять перед особистістю завдання щодо їх подолання та особистісних змін задля цього, що відповідає тим актуальним умовам життя, які характерні для життєдіяльності наших громадян на більшій частині України.

На основі традиції, закладеної С.Мадді, виділяють три основні компоненти життєстійкості, при аналізі яких важливо діагностувати індивідуальні відмінності прояву кожного з трьох компонентів, а також їх узгодженість з загальним рівнем життєстійкості. Даний підхід буде реалізовано у нашому емпіричному дослідженні щодо послідовності вивчення кожного з трьох компонентів, а також їх узгодженість з загальним рівнем життєстійкості по вибірці в цілому, а також з врахуванням статевої приналежності респондентів.

Становлення життєстійкості як комплексного глибинного утворення має довгий етап розвитку, але найактивніше та осмислено цей процес відбувається у підлітковому віці та надалі в основному стабілізується у юнацькому віці, що пояснює наш вибір вибірки емпіричного дослідження.

У рамках нашого дослідження було враховано домінуючий віковий, статевий та професійний аспекти досліджень життєстійкості, а також сучасні воєнні умови актуалізували ще один аспект даної проблематики, пов'язаний із умовами підвищеної небезпеки, що на даний момент є визначальними, але включає усі вище названі моменти також.

Умови підвищеної небезпеки, невизначеності, які на даний момент є визначальними для нашої країни, акцентують увагу до таких характеристик, як:

толерантність до невизначеності, психологічне благополуччя, що зумовлює необхідність виявлення даних характеристик як параметрів життєстійкості, на основі яких варто проводити емпіричне її дослідження в контексті воєнних умов України. Тому для нашого дослідження ми обираємо толерантність до невизначеності та інтолерантність до невизначеності, а також психологічне благополуччя як комплексну характеристику, яка включає ряд складових, як емпіричні показники життєстійкості студентської молоді України.

## РОЗДІЛ 2

# ЕМПІРИЧНЕ ДОСЛІДЖЕННЯ ОСОБЛИВОСТЕЙ ЖИТТЄСТІЙКОСТІ СТУДЕНТСЬКОЇ МОЛОДІ

### 2.1. Методичні основи емпіричного дослідження життєстійкості студентської молоді

Для проведення емпіричного дослідження нами було підібрано комплекс психодіагностичних методик, який включав наступні методики:

- 1) «Опитувальник життєстійкості» С.Мадді в адаптації Леонтьєва Д. та Разказової Є.;
- 2) «Методика для дослідження толерантності до невизначеності» Корнілової Т.;
- 3) методика «Шкала психологічного благополуччя» Ріффа К. в адаптації Пергаменщика Л. та Лепешинського Н.

Вибірка дослідження: 34 студенти (18 осіб жіночої статі та 16 осіб чоловічої статі) НАУ (3-4 курсів різних спеціальностей). Дослідження проводилося у серпні-вересні 2022 р. після початку навчального процесу у дистанційному форматі. Усі респонденти знаходилися у більш-менш безпечних умовах на території України.

Основна діагностична методика нашого дослідження - «Опитувальник життєстійкості» С.Мадді в адаптації Леонтьєва Д. та Разказової Є. Вона представляє собою адаптований російськомовний варіант опитувальника Hardiness Survey, який був розроблений американським психологом Сальваторе Мадді в 1984 році на основі власної теорії життєстійкості. Життєстійкість у даному підході аналізується як система установок особистості про себе, світ, відносини з навколишнім світом, які характеризують її здатність витримувати емоціогенну ситуацію, зберігаючи внутрішню збалансованість і не знижуючи успішність діяльності. Обраний інструмент має відповідні показники валідності та надійності та дозволяє оцінити наявну у

особистості систему ресурсів, яка визначає її готовність та здатність до осмисленої, гнучкої активності діяти в емоційних, стресових ситуаціях або її ж навпаки може виявити її вразливість до переживань стресу, втрату цілеспрямованості, смислів. Методика має 4 шкали. З яких 3 шкали- це компоненти життєстійкості: залученість, контроль, прийняття ризику, а одна шкала- це і загальний показник життєстійкості.

У контексті воєнних умов життєдіяльності українського суспільства для врахування особливостей прояву життєстійкості саме у невизначених нестандартних ситуаціях доцільно доповнити обрану нами основну методику двома наступними діагностичними інструментами: Методика для дослідження толерантності до невизначеності» Корнілової Т. та «Шкала психологічного благополуччя» Ріффа К. в адаптації Пергаменщика Л. та Лепешинського Н. Дані методики дозволять нам побачити закономірності та особливості реагування на ситуації невизначеності з точки зору прояву толерантності та інтолерантності, а також виявити особливості прояву сприймання та переживання психологічного благополуччя на рівні особистісних та соціальних складових.

Методика для дослідження толерантності до невизначеності» Корнілової Т. призначена для вимірювання толерантності та інтолерантності до невизначеності на основі системи теоретичного підходу А. Фурнхама. Дана методика включає 3 шкали: толерантність до невизначеності (ТН); інтолерантність (ІТН); міжособистісна інтолерантність до невизначеності (МІТН), що також значимо для нас, враховуючи, що є можливість виявити як особистісний, так соціальний - міжособистісний аспект прояви даних характеристик.

«Шкала психологічного благополуччя» представляє собою англійську методику Ріффа К., адаптовану російською мовою вченими: Пергаменщик Л. та Лепешинський Н. у 2007 році. Даний опитувальник призначений для вимірювання шести складових психологічного благополуччя: цілі в житті, самоприйняття, особистісне зростання, позитивні стосунки з іншими,



управління оточенням, автономія. Перші три шкали вимірюють особистісні складові психологічного благополуччя, а наступні три шкали вимірюють соціальні складові психологічного благополуччя, що також значимо для нас з точки зору виявлення особистісного так соціального аспектів прояву даних характеристик.

## **2.2. Аналіз результатів дослідження загальногрупових та статевих особливостей життєстійкості студентської в умовах воєнного часу**

Враховуючи тематику нашого дослідження та поставлені відповідної до неї теми мету та завдання, ми будемо дотримуватися наступного алгоритму презентації результатів власного дослідження:

- 1) представимо та проаналізуємо загальногрупові результати показників життєстійкості та загального рівня життєстійкості вибірки студентської молоді в цілому;
- 2) представимо та проаналізуємо результати показників життєстійкості вибірки студентської молоді окремо у жіночій та чоловічій вибірках;
- 3) проведемо порівняльний аналіз показників життєстійкості з врахуванням статевої приналежності респондентів та загальногрупових показників та дамо йому інтерпретацію;
- 4) проведемо математико-статистичний виявлених статевих відмінностей у показниках життєстійкості та дамо їх інтерпретацію.

Вибірка дослідження: 34 студенти (18 осіб жіночої статі та 16 осіб чоловічої статі) НАУ (3-4 курсів різних спеціальностей). Дослідження проводилося у серпні-вересні 2022 р.

Життєстійкість ми розглядаємо як систему установок та переконань особистості щодо відносно самої себе, зовнішнього світу, а також взаємовідносин із зовнішнім світом, яка дозволяє витримувати та ефективно долати різноманітні складні життєві ситуації.

Спочатку послідовно розглянемо основні загально визначені компоненти життєстійкості, встановлені в теорії американського психолога Сальваторе Мадді: залученість, контроль, прийняття ризику, а також загальний рівень життєстійкості. У якості діагностичного інструмента нами було обрано виступав тест-опитувальник життєстійкості в адаптації Леонтьєвим Д.О., який представляє собою російську адаптацію опитувальника Hardiness Survey, розробленого самим С. Мадді.

Таблиця 2.2.1

**Показники компонента життєстійкості «залученість»  
у вибірці студентської молоді**

Рівні залученості	Кількість респондентів	%
Високий	12	35,3
Середній	18	53,0
Низький	4	11,7

Отже, на основі представлених у таблиці 2.2.1 результатів нашої вибірки за таким компонентом життєстійкості, як «залученість» можемо відмітити певні закономірності щодо розподілу показників: максимально вираженими та відповідно домінуючими є показники середнього рівня, представлені у половини вибірки (53%), значно менші показники високого рівня залученості, виявлені у 35,3% вибірки студентства, і найменші показники у низького рівня, виявлені у 11,8% вибірки. Тобто, в цілому по вибірці отримані результати ми можемо охарактеризувати як доволі закономірні, зважаючи на актуальні умови життя нашої вибірки в умовах воєнного часу.

Надалі охарактеризуємо кожну з груп респондентів, дотримуючись принципу їх об'єднання в групи за рівнями розвитку залученості від максимально до мінімально виражених показників.

Половина вибірки (53% студентства) має середній рівень залученості, виходячи з чого вони можуть бути охарактеризовані як респонденти, які власне життя сприймають як певну послідовність життєвих ситуацій, від яких здатні отримувати ситуативне задоволення, в рамках якого вони емоційно позитивно ставляться до включення у різноманітні соціальні ролі, але при цьому на даний момент не завжди мають стійку аргументовану для самих себе життєву позицію, тому виявляють ситуативну готовність до змін. Також вони більше орієнтовані на результат, а не на процес власної активності, часто схильні відмовлятися від власних хобі, відпочинку, які, з їх точки зору, на даний момент не приносять жодної користі.

Третина вибірки має високі показники залученості: дані респонденти сприймають власне життя як систему різноманітних життєвих видів ситуацій та видів активності, які дозволяють реалізувати їм власні нові можливостей та перспективи, в рамках яких вони здатні виявляти власну стійку активну життєву позицію, тримати баланс у здатності піклуватися про себе та про інших, звертатися за допомогою та надавати допомогу іншим, розширюючи тим самим власний простір життєвої самореалізації. Таким чином, молодь з високими показниками залученості здатна отримувати задоволення не лише від результатів власної діяльності, а й від самого процесу життя в актуальних складних умовах.

Найменші показники залученості представлені у десятої частини нашої вибірки, що становить у 11,7% вибірки, тобто найменша частина вибірки сприймає власне життя в цілому як сукупність доволі одноманітних ситуацій, від переживання яких вони не здатні отримати задоволення, тому їх не приваблює можливість соціально-рольової самореалізації у різноманітних життєвих сферах, вони схильні переживати відчуття себе «поза життям».

**Показники компонента життєстійкості «контроль» у вибірці студентської молоді**

Рівні	Кількість респондентів	%
Високий	7	20,6
Середній	16	47,1
Низький	11	32,3

Отже, на основі представлених у таблиці 2.2.2 результатів нашої вибірки за таким компонентом життєстійкості, як «контроль», можемо відмітити певні закономірності щодо розподілу кількісних показників між рівнями: максимально представлені у вибірці показники середнього рівня, які вдвічі вищі за показники інших рівнів, представлені у 47.1% молоді, інша частина вибірки представлена більш вираженими показниками низького та значно меншими високого рівнів контролю: відповідно 32,3% та 20,6%. Можемо відмітити, що виявлена закономірність розподілу рівневих показників контролю власного життя для звичайних умов життя могла б свідчити про певну незрілість системи життєстійкості. Але в умовах воєнного часу отримані результати можуть бути осмислені як такі, які виступають доволі зрозумілими та відносно позитивними саме щодо контролю як компонента життєстійкості.

Максимально представлені у нашій вибірці показники середнього рівня контролю. Виявлені у 47,1% молоді, які на рівні розуміння знають про існування можливості вибору та відповідальності за вибір власного життєвого шляху, але при цьому в актуальних умовах вони доволі часто визнають свою розгубленість та безпорадність у актуальних умовах життя, які для них мають ознаки не лише новизни, але й мають ознаки реальної життєвої загрози власному життю, що закономірно провокує прояви тривоги щодо теперішнього, а також майбутнього.

Майже третина вибірки має низькі показники контролю: дані представники молоді при абстрактному прийнятті ймовірності виборів у житті для інших людей, для себе такої ймовірності майже не бачать взагалі, тому схильні до екстернального локус-контролю, орієнтуються на власний існуючий виключно негативний досвід спроб контролю, таким чином, пояснюючи для себе та інших низьку цілеспрямованість по життю взагалі і раніше, а особливо у даних актуальних умовах воєнного часу.

Найменш вираженими у вибірці студентської молоді є високі показники контролю, як виявлені лише у 20,6% вибірки: вони не лише на рівні знань мають розуміння про існування можливості вибору та відповідальності за цей вибір у власному житті, але в актуальних умовах вони частіше за все здатні діяти на основі установки щодо власної автономності при виборі життєвого шляху, виявляючи осмислену, послідовну та цілеспрямовану активність як її інструменту реалізації. У актуальних умовах воєнного часу вони розуміють необхідність врахування та моніторингу різноманітних зовнішніх факторів під час при реалізації програм власної життєдіяльності, виявляють власну відповідальність в межах доступного для них, усвідомленість сенсу і цілей власного життя. Це не означає, що вони не переживають тривогу, розгубленість та безпорадність у актуальних ситуативних умовах життя, які мають ознаки реальної життєвої загрози, але здатні прикладати зусилля для їх подолання задля власного що теперішнього, а також майбутнього.

Таблиця 2.2.3

**Показники компонента життєстійкості «прийняття ризику» у вибірці студентської молоді**

Рівні	Кількість респондентів	%
Високий	8	23,4
Середній	14	41,2
Низький	12	35,3

Згідно з результатами, представленими у таблиці 2.2.3 за таким компонентом життєстійкості, як «прийняття ризику» можемо відмітити специфічну закономірності щодо розподілу кількісних показників між рівнями: максимально вираженими та відповідно домінуючими залишаються показники середнього рівня, представлені у половини вибірки (41,2%), дещо менш вираженими є показники низького рівня прийняття ризику, що виявлені у 35,3% вибірки студентства, і ще дещо менш вираженими є показники у високого низького рівня, виявлені у 23,4% вибірки. Таким чином, представлений розподіл респондентів за рівнями прийняття ризику як компонента життєстійкості ми можемо охарактеризувати як такий, який демонструє тенденцію щодо домінування переважно обережного та дуже обережного ставлення до ризику, навіть його ігнорування як можливої стратегії. Це може бути пов'язане з тим, що в у даних актуальних умовах воєнного часу ризикованих ситуацій і так достатньо в житті респондентів, тому частіше можуть ставати пріоритетними прагнення до комфорту та безпеки, а не ризику як основи життєвої стратегії.

Максимально представлені у нашій вибірці показники середнього рівня прийняття ризику, тобто, 41,2% молоді характеризується амбівалентним ставленням до змін у власному житті в цілому та у актуальному періоді часу, зокрема, вони мають неоднозначну оцінку власної готовності діяти за умов невизначеності: то готові рухатися вперед, мотивовані та активні, то заглиблюються у сумніви, роздуми щодо доцільності та можливостей, щодо відсутності для них стабільних гарантій успіху. Тому для даних респондентів притаманне коливання від прийняття ризику як основи власної життєвої стратегії до відхилення ризику як основи життєвої стратегії з переходом до прагнення до комфорту та безпеки як основи життєвої стратегії.

Третина вибірки має низькі показники прийняття ризику: вони надають перевагу виключно стратегію прагнення до комфорту та безпеки як базовій у власній життєдіяльності, тому для них закономірним є активне уникання таких

життєвих ситуацій, які пов'язані з відсутністю прогнозованих гарантій на успіху.

Майже чверть вибірки нашого емпіричного дослідження має високі бали за таким компонентом життєстійкості, як «прийняття ризику». Тобто, лише кожен четвертий зі студентської молоді характеризується установкою на те, що усі події у їх власному житті можуть сприяти їх розвитку на основі асиміляції досвіду, як позитивного так і негативного, що виступає для них базисом для готовності бути активним, діяти навіть за відсутності надійних гарантій на успіх, для прийняття ризику як вихідної ідеї власного саморозвитку через активне засвоєння знань з набутого досвіду з актуального періоду часу та їх застосування при вирішенні наступних життєвих завдань. Даний варіант, з нашої точки зору, враховуючи існування ризику як базового аспекту сучасного життя українського суспільства, для молоді є найбільш перспективний, незважаючи на складність його прийняття та реалізації.

Надалі представимо результати розподілу вибірки студентської молоді за загальним рівнем життєвої стійкості, яка, як інтегральна характеристика, поєднує три вище описані компоненти: залученість, контроль, прийняття ризику.

Таблиця 2.2.4

#### Розподіл рівнів життєстійкості у вибірці студентської молоді

Рівні	Кількість респондентів	%
Високий	9	26,5
Середній	16	47,0
Низький	9	26,5

Згідно з результатами, представленими у таблиці 2.2.4, бачимо нерівномірний рівневий розподіл респондентів за загальним показником життєстійкості зі збереженням тих тенденцій, що були виявлені під час аналізу показників за компонентами життєстійкості.

Середні показники в цілому є домінуючими як для усіх компонентів життєстійкості, так і для загального рівня життєстійкості. Значна частина вибірки-47,0% має середній рівень життєстійкості, тобто, характеризується установкою на особистісну автономність у переважно однозначних життєвих ситуаціях, але при цьому має амбівалентну готовність до прояву активності за умов невизначеності, коливаючись то до то активності, то до прагнення до комфорту та безпеки як основи життєвої стратегії.

Подібними за кількісною частотою прояву є діаметрально протилежні показники у вибірці: 26,5% високий рівень життєстійкості та 26,5% низький рівень життєстійкості.

Респонденти з низькими показниками життєстійкості орієнтовані на сприймання життя в цілому та власного життя зокрема як сукупності одноманітних подій, малокерованих ними особисто, від яких вони отримують певне задоволення, а от у стресогенних ситуаціях вони часто розгублені, втрачають відчуття часу, послідовності та перспективності, тому намагаються їх активно уникати, включаючи механізми захисту, звертаючись за зовнішньою допомогою.

Респонденти, які мають високий рівень життєстійкості, орієнтовані на сприймання життя взагалі та усього спектру власних життєвих ситуацій, у тому числі і стресогенних, з точки зору пошуку та виявлення нових можливостей та перспектив, активно застосовуючи стратегію власного життєвого самовизначення та самореалізації через активне засвоєння знань з усього спектру досвіду з позитивних та негативних ситуацій, маючи готовність діяти за відсутності гарантій успіху, обираючи саме надситуативну активність як форму особистісної та професійної самореалізації.



Таким чином, нами представлені та проаналізовані загальногрупові результати показників життєстійкості та загального рівня життєстійкості вибірки студентської молоді в цілому, надалі доцільно перейти до виконання наступних завдань роботи, а саме до аналізу результатів показників та загального рівня життєстійкості студентської молоді окремо у жіночій та чоловічій вибірках; а також до аналізу показників життєстійкості з врахуванням статевої приналежності респондентів та загальногрупових показників та дамо йому інтерпретацію

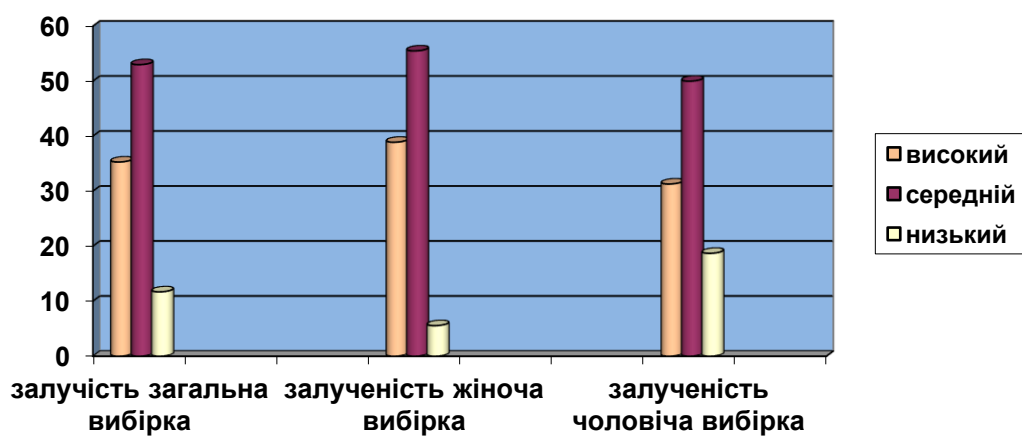


Рис 2.2.1. Статевий та загальногруповий розподіл рівнів залученості як компонента життєстійкості у студентської молоді

У відповідності до представлених вище результатів щодо розподілу показників залученості по вибірці в цілому та окремо по різностатевим групам, ми можемо відмітити спільну наступну закономірність: зберігається тенденція щодо ранжування частоти представленості рівнів від середнього до високого та до низького. Але варто відмітити відмінності щодо кількісної представленості респондентів в межах окремих рівнів: високі та середні показники дещо вищі у жіночій вибірці, низькі показники значно частіше зустрічаються у чоловічій вибірці.

Студентська молодь жіночої статі частіше емоційно позитивно ставиться до включення у різноманітні соціальні ролі, виявляють ситуативну готовність до змін, більше орієнтовані на результат, а не на процес власної

активності по життю, а також здатні виявляти власну стійку активну життєву позицію, тримати баланс у здатності піклуватися про себе та про інших, звертатися за допомогою та надавати допомогу іншим, розширюючи тим самим власний простір життєвої самореалізації.

Студентська молодь чоловічої статі частіше схильна сприймати власне життя як сукупність одноманітних ситуацій, від переживання яких не здатні отримати задоволення, їх не приваблює можливість різноманітної соціально-рольової самореалізації, а більш схильні переживати відчуття себе «поза життям», відсутність перспектив, загальне неблагополуччя, тривогу як основні емоційні прояви.

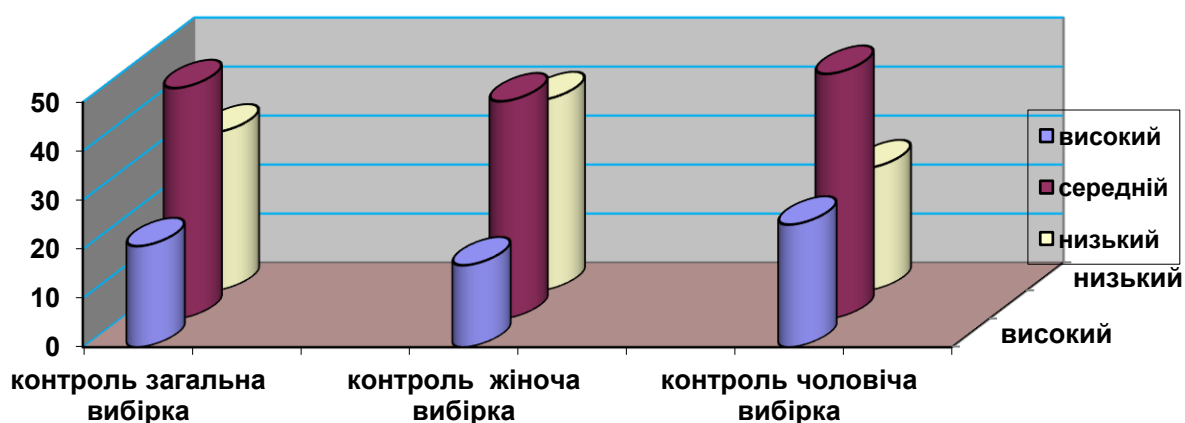


Рис 2.2.2. Статевий та загальногруповий розподіл рівнів контролю як компонента життєстійкості у студентській молоді

У відповідності до представлених вище результатів щодо розподілу показників контролю по вибірці в цілому та окремо по різностатевим групам, ми можемо відмітити специфічну закономірність: послідовність частоти представленості рівнів від середнього до низького та до високого наявна у загальній вибірці та жіночій вибірці, а у чоловічій показники високого та низького рівнів тотожні.

Також привертає увагу відмінність щодо кількісної представленості респондентів в межах окремих рівнів: високі показники інтенсивніше виражені у чоловічій вибірці, а низькі показники значно інтенсивніше виражені у жіночій вибірці.

Студенти-хлопці дещо частіше за студенток-дівчат здатні діяти на основі власної автономності при виборі життєвого шляху, виявляючи осмислену, послідовну та цілеспрямовану активність як її інструмент її реалізації.

Студентки-дівчата дещо частіше за студентів-хлопців при гіпотетичному прийнятті ймовірності життєвих виборів для інших людей, для себе такої ймовірності майже не бачать, тому схильні до екстернального локус-контролю, орієнтуються на власний існуючий виключно негативний досвід спроб контролю, таким чином, пояснюючи для себе та інших низьку цілеспрямованість, а особливо у даних актуальних умовах воєнного часу.

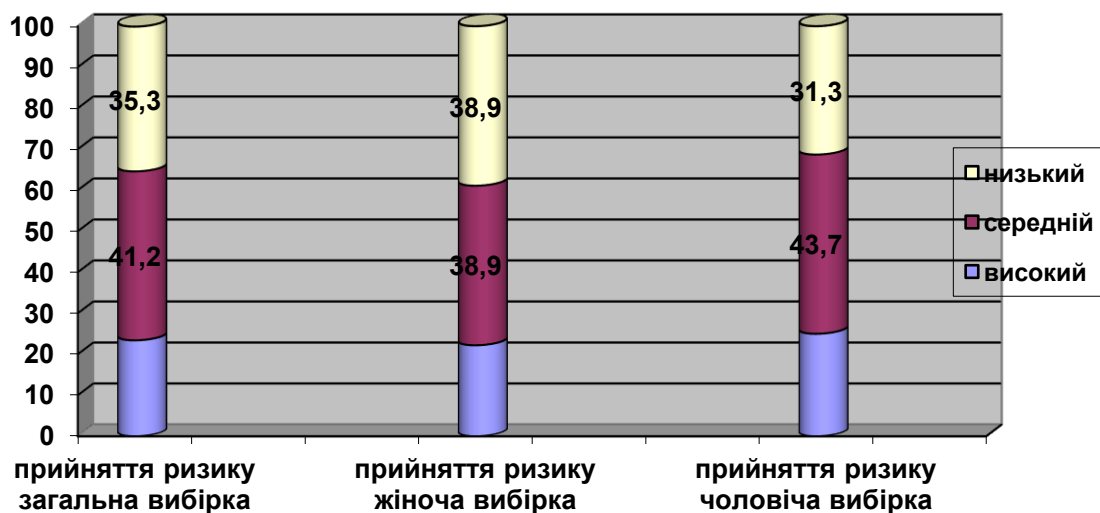


Рис 2.2.3. Статевий та загальногруповий розподіл рівнів прийняття ризику залученості як компонента життєстійкості у студентської молоді

У відповідності до представлених вище результатів щодо розподілу показників прийняття ризику по вибірці в цілому та окремо по різностатевим групам, ми можемо відмітити специфічну послідовність у кожній групі: у загальній групі середній-низький-високий рівень, у жіночій групі однаково

виражені середній та низький рівні та значно нижчі показники високого рівня, у чоловічій вибірці відтворюється загальногрупова тенденція. Крім того, варто відмітити особливості щодо кількісної представленості респондентів в межах окремих рівнів: середні показники інтенсивніше виражені у чоловічій вибірці, а низькі показники інтенсивніше виражені у жіночій вибірці.

У чоловічій вибірці інтенсивніше представлені показники середнього рівня: вони більш схильні до амбівалентного ставлення до змін у власному житті, до готовності діяти за умов невизначеності, до коливання від прийняття ризику як основи власної життєвої стратегії до відхилення ризику як основи життєвої стратегії з переходом до прагнення до комфорту та безпеки як основи життєвої стратегії.

У жіночій вибірці інтенсивніше представлені показники низького рівня: вони більш схильні до застосування стратегії прагнення до комфорту та безпеки як базової у власній життєдіяльності, тому для них більш притаманним є активне уникання таких життєвих ситуацій, які пов'язані з відсутністю прогнозованих гарантій на успіху.

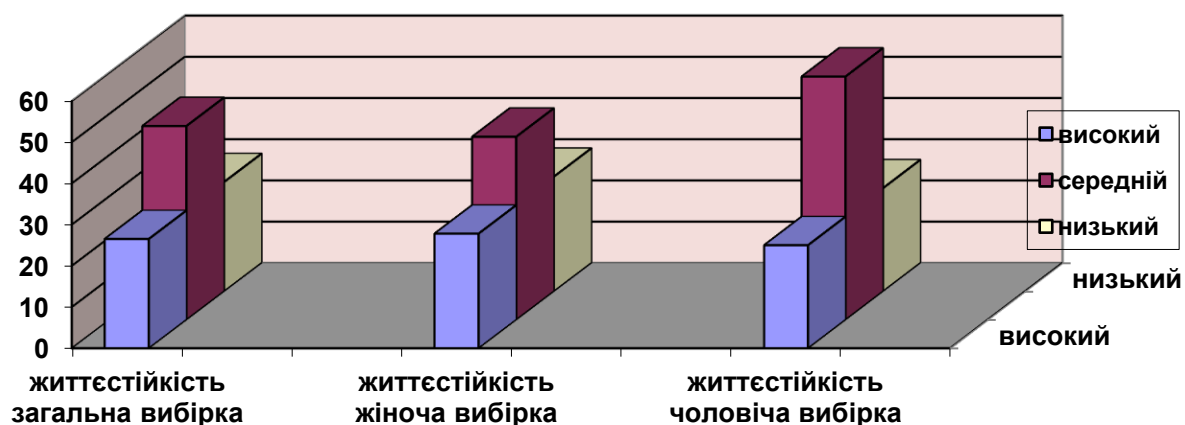


Рис 2.2.4. Статевий та загальногруповий розподіл рівнів життєстійкості у студентської молоді

У відповідності до представлених вище результатів щодо розподілу рівнів життєстійкості по вибірці в цілому та окремо по різностатевим групам, ми можемо відмітити спільну послідовну закономірність: яскраве домінування середнього рівня, а от показники високого та низького рівнів значно менші та близькі між собою.

Крім того, варто відмітити наявність відмінностей щодо кількісної представленості респондентів в межах середнього рівня життєстійкості на користь вищих показників у чоловічій вибірці, а от інші рівні мають незначне коливання: 2,8% на високому рівні та на низькому рівні.

Середні показники в цілому є домінуючими для загального рівня життєстійкості як для вибірки в цілому, та к і для кожної зі статевих груп. Але все-таки чоловіча вибірка дещо частіше схильна виявляти установку на особистісну автономність у однозначних життєвих ситуаціях, але при цьому мати амбівалентну готовність до прояву активності за умов невизначеності, коливаючись то до то активності, то до прагнення до комфорту та безпеки як основи життєвої стратегії. Жіноча вибірка виявляє даний рівень дещо рідше, але при цьому її особливість виявляється у дещо більшій частоті прояву або переживання відчуття малої керованості власним життям, втрати відчуття часу, послідовності та перспективності, активізації механізмів захисту, звертанням за зовнішньою допомогою, або ж протилежною тенденцією: орієнтацією на сприймання усього спектру життєвих ситуацій з точки зору пошуку та виявлення нових можливостей та перспектив, активно застосовуючи стратегію життєвого самореалізації через активне засвоєння знань з усього спектру досвіду з позитивних та негативних ситуацій, маючи готовність діяти за відсутності гарантій успіху, обираючи саме надситуативну активність.

Перейдемо до наступної діагностичної методики, за допомогою якої ми вимірювали такий показник життєстійкості, як толерантність до невизначеності та його бінарні прояви: інтолерантність та інтолерантність міжособистісна.

**Розподіл рівні толерантності та інтолерантності до невизначеності  
у студентської молоді**

Шкали	Рівні					
	Високий		Середній		Низький	
	Кіл-сть	%	Кіл-сть	%	Кіл-сть	%
Толерантність до невизначеності	9	26,5	17	50	8	23,5
Інтолерантність	9	26,5	17	50	8	23,5
Міжособистісна інтолерантність до невизначеності	9	26,5	12	35,3	13	38,2

Толерантність до невизначеності половині вибірки має яскраво домінуючі середні показники, які майже вдвічі вищі, ніж високі та більш, ніж вдвічі вищі, ніж низькі показники.

Тобто, панівна більшість представників студентської молоді демонструють обережну готовність до змін у власному житті, вони відкриті до сприймання та аналізу новизни, намагаються включатися у виконання складних життєвих завдань, але частково переживають деструктивні зміни, втрачаючи готовність підтримувати власну активність, особливо в ситуаціях, при вирішенні яких необхідно виходити за рамки прийнятих обмежень.

26,5% вибірки виявляють високу толерантність до невизначеності, а саме демонструють стійку здатність до активної спрямованості до змін у власному житті, до пошуку та готовності до взаємодії з новизною та

оригінальністю, до вирішення різноманітних нестандартних та складних завдань, що передбачає прояв ними самостійності у прийнятті рішень у широкому колі життєвих завдань та доволі часто вихід за межі стандартних обмежень.

І менше п'ятої частини вибірки молоді -23,5% вибірки виявила низькі показники толерантності до невизначеності, у відповідності до яких вони можуть бути охарактеризовані як такі, які при частково амбівалентному та частіше захисному ставленні до невизначеності доволі ситуативно включаються в процес управління власним життям при стандартних умовах, але втрачають цю здатність у складних та стресових ситуаціях, які пов'язані із необхідністю ризикувати.

Інтолерантність має подібний розповіл показників: домінування середнього рівня при вдвічі менших показниках високого та низького рівня.

Тобто, панівна більшість представників студентської молоді характеризується вираженою спрямованістю до однозначності, впорядкованості у власному житті, що зрозуміло у актуальних умовах, та водночас часто при цьому приховано негативно сприймають нове та усе те, що суперечить звичним для них умовам життя.

23,5% респондентів мають низьку інтолерантність, що характеризує їх як таких, які також спрямовані вияви однозначності, впорядкованості у власному житті та водночас не схильні ігнорувати завжди нове та усе те, що суперечить звичним для них умовам життя, а більш орієнтовані на обережне до них ставлення.

26,5% студентства має протилежну тенденцію- високу інтолерантність, яка виявляється у підкреслено позитивному ставленні, широко представленій спрямованості саме до однозначності, впорядкованості, до наслідування існуючим вже правилам та нормам і при цьому відкритого негативного неприйняття нового, що доволі часто виявляється у спрямованості до дихотомічного сприйняття думок, ситуацій, цінностей, дихотомічного мислення.

Окремий вид інтолерантності, що вимірюється у даній діагностичній методиці, це міжособистісна, яка має важливе значення для аналізу самовідчуття та поведінки особистості та групи в кризових та екстремальних ситуаціях.

Міжособистісна інтолерантність до невизначеності для нашої емпіричної вибірки має специфічність у розподіл показників за рівнями: тут дещо домінують низькі та середні показники, а високі низькі показники представлені меншими цифровими даними.

Таким чином, можемо відмітити наступну специфічну тенденцію у прояві міжособистісної інтолерантності до невизначеності для нашої емпіричної вибірки: трохи більше третини респондентів схильна виявляти інтолерантність у стосунках як базову модель соціальної взаємодії, вони схильні наполягати на збереженні ясності та контролю у стосунках за рахунок застосування вже добре знайомих для них схем, а от спроби їх зміни вони сприймають негативно, хоча частіше за все приховують власне негативне ставлення до даної ситуації. А також ще трохи більше третини респондентів, маючи низьку міжособистісну інтолерантність до невизначеності, схильна одноманітності, послідовності, чіткої прогнозованості у стосунках, а от до можливостей щодо їх варіабельності ставляться часто амбівалентно, іноді негативно, а іноді і позитивно, включаючись у процес їх трансформації. І чверть нашої вибірки виявляє у стосунках високий рівень інтолерантності, надають перевагу виключно статичності, одноманітності, прогнозованості у стосунках, виявляючи власне відкрите неприйняття у випадку їх зміни, неоднозначності, прикладаючи власні зусилля до їх збереження у первісному стані, навіть незважаючи на закономірність їх змін та трансформацій з часом.

Отже, вище нами представлені та проаналізовані загальногрупові результати толерантності та інтолерантності студентської молоді, надалі доцільно перейти до аналізу результатів окремо у жіночій та чоловічій вибірках у контексті їх порівняльного аналізу між собою та у співвіднесенням із загальногруповими показниками.



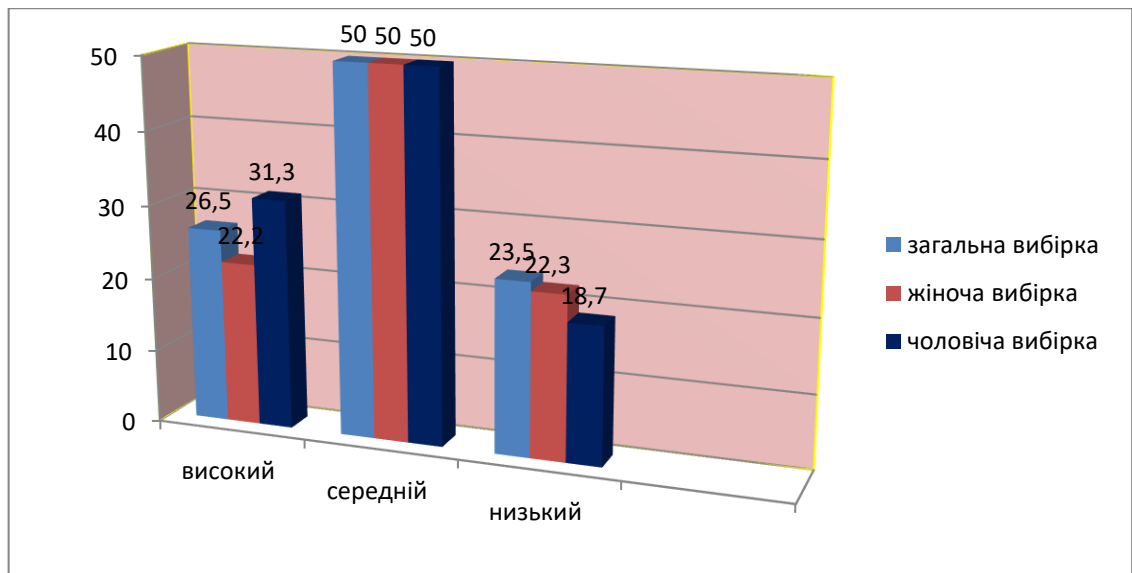


Рис.2.2.5 Статевий та загальногруповий розподіл рівнів толерантності до невизначеності у студентської молоді

У відповідності до представлених вище результатів щодо розподілу рівнів толерантності до невизначеності по вибірці в цілому та окремо по різностатевим групам, ми можемо відмітити наступну закономірність: домінування середнього рівня притаманне як для загальної вибірки, так і для жіночої та чоловічої вибірки при чому на однакових кількісних показниках у 50% вибірки.

Показники низького рівня інтенсивніше зустрічаються у жіночій вибірці, яка виявляє частіше амбівалентне ставлення до невизначеності, включаючись в процес управління власним життям при стандартних умовах, але втрачаючи цю здатність у складних та стресових ситуаціях, які пов'язані із необхідністю ризикувати.

Показники високого рівня значно інтенсивніше зустрічаються у чоловічій вибірці, представники якої частіше здатні виявляти стійку активність у власному житті, готовність до пошуку та взаємодії у різноманітних нестандартних та складних завдань, що передбачає прояв ними самостійності у прийнятті рішень у широкому колі життєвих завдань та доволі часто вихід за

межі стандартних обмежень. Таким чином, вони виявляються частіше здатними активної взаємодії з актуальними умовами воєнного часу.

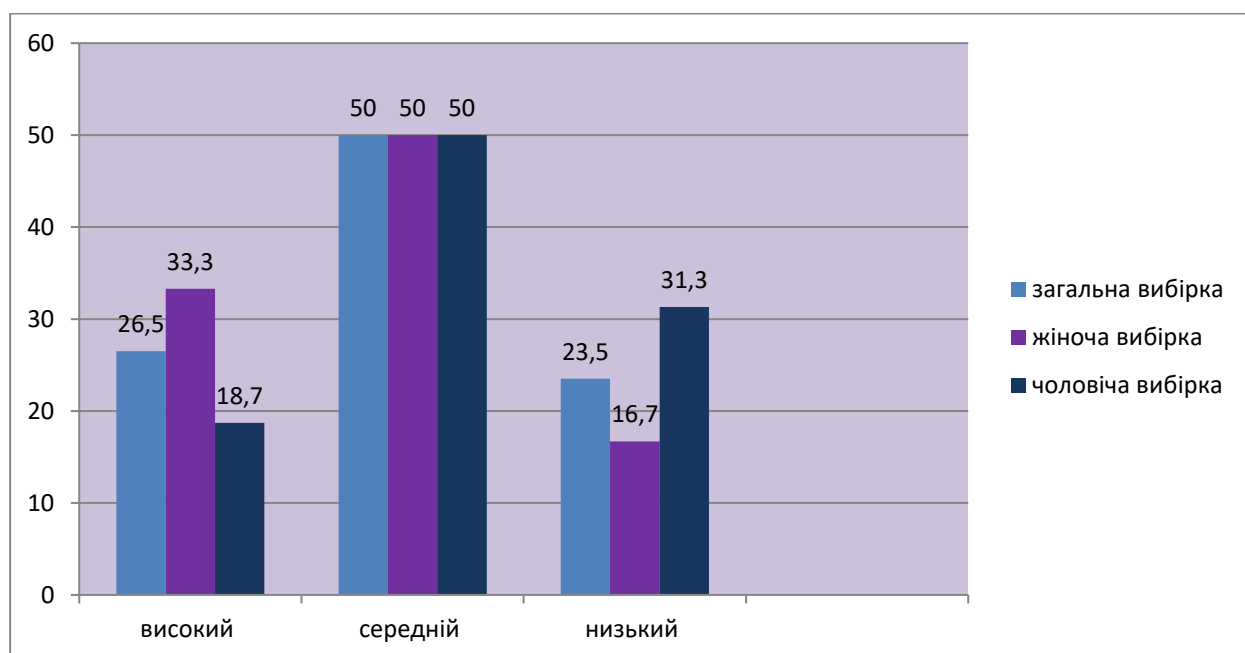


Рис.2.2.6 Статевий та загальногруповий розподіл рівнів інтолерантності у студентської молоді

У відповідності до представлених вище результатів щодо розподілу рівнів інтолерантності по вибірці в цілому та окремо по різностатевим групам, ми можемо відмітити аналогічну до толерантності закономірність: домінування середнього рівня притаманне як для загальної вибірки, так і для жіночої та чоловічої вибірки для половини вибірки.

Показники низького рівня значно інтенсивніше зустрічаються у чоловічій вибірці, яка частіше при спрямованості до однозначності водночас не схильна активно ігнорувати завжди нове, більш орієнтовані на обережне до них ставлення. Тобто, і за цим параметром, як бачимо, вони виявляються частіше здатними до активної взаємодії з актуальними умовами воєнного часу.

Показники високого рівня значно інтенсивніше зустрічаються у жіночій вибірці: дівчата частіше при підкреслено позитивному ставленні саме до

однозначності, впорядкованості, схильні до відкритого негативного неприйняття нового, часто у супроводі доволі емоційних проявів.

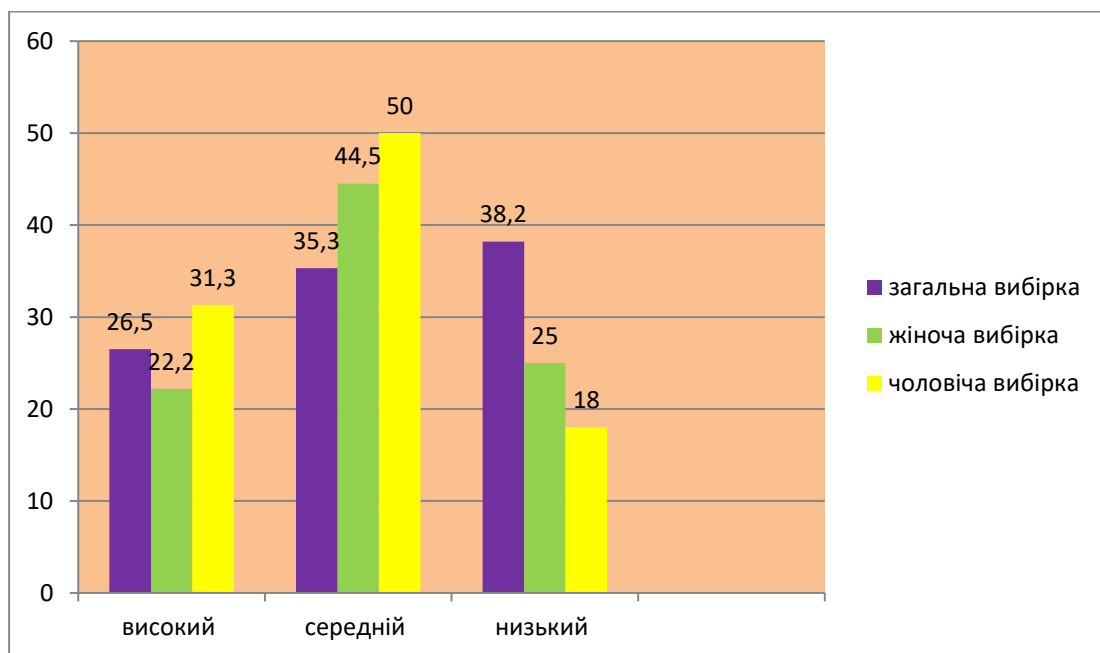


Рис.2.2.7 Статевий та загальногруповий розподіл рівнів міжособистісної інтолерантності у студентської молоді

У відповідності до представлених вище результатів щодо розподілу рівнів міжособистісної інтолерантності по вибірці в цілому та окремо по різностатевим групам, ми можемо відмітити специфічну для даного виду толерантності закономірність: по загальній вибірці показники низького та середнього рівнів наближені один до одного: 38,2% та 35,3%, а високого рівня дещо нижчі- 26,5%. У жіночій вибірці інша тенденція: яскраво домінують показники середнього рівня-44,5%, далі йдуть низькі-33,3%, і ще далі- високого рівня-22,2%. У чоловічій вибірці також інша тенденція: яскраво домінують показники низького рівня-44,5%, далі йдуть високого рівня 31,3%, і ще далі- середнього рівня-25,0%.

Таким чином, жіноча частина студентської молоді більш орієнтована на інтолерантність як базову модель соціальної взаємодії, на збереження

ясності та контролю у стосунках за рахунок застосування вже добре знайомих для них схем, зміни у яких сприймають амбівалентно, включаючись у процес їх трансформації, то їх відкидаючи, рідше виявляють приховане неприйняття та ще рідше відкрите неприйняття. Таким чином, жіноча частина студентства може бути описана як така, яка саме у сфері стосунків переживає та проявляє себе в актуальних складних умовах, пробує адаптуватися до зовнішніх умов воєнного часу шляхом набуття досвіду нових міжособистісних стосунків та ролі власного Я у них.

Чоловіча ж частина студентської молоді частіше орієнтована на середню та високу міжособистісну інтолерантність до невизначеності: при схильності до одноманітності, послідовності, прогнозованості у стосунках, до їх зміни ставляться частіше негативно, але приховують своє ставлення, дещо рідше виявляють своє відкрите неприйняття і ще рідше амбівалентне ставлення, коли все ж таки іноді включаються у процес їх трансформації. Тобто, чоловіча частина студентства у сфері стосунків проявляє себе в актуальних складних умовах більш закрито, пробує їх у більшості зберегти у незмінному форматі, направляючи ресурси більше на адаптацію до зовнішніх умов воєнного часу.

Також у якості додаткового параметра нами було обране комплексне поняття психологічне благополуччя, яке включає 6 компонентів: 3 особистісних та 3 соціальних. Для їх вивчення застосовувалася методика «Шкала психологічного благополуччя» К. Ріффа, адаптована Л. Пергаменщиком і Н. Лепешинським. У відповідності до обраного підходу щодо виявлення особистісної та соціальної складової нами були розділені шкали методики на 2 групи.

Перша група включає ті параметри психологічного благополуччя, які пов'язані з особистісними характеристиками та ресурсами наших респондентів, до якої ввійшли наступні діагностичні шкали: особистісне зростання, самоприйняття, цілі в житті.

Друга група включає ті параметри психологічного благополуччя, які пов'язані з соціально детермінованими характеристиками респондентів, до якої

ввійшли шкали: позитивні стосунки з іншими, автономія, управління оточенням.

Таблиця 2.2.6

**Рівні складових психологічного благополуччя життя студентської молоді за Шкалою К. Ріффа**

Складові благополуччя	Високий рівень		Середній рівень		Низький рівень	
	Кіл-сть	%	Кіл-сть	%	Кіл-сть	%
Особистісне зростання	8	23,5	22	64,8	4	11,7
Самоприйняття	9	26,5	16	47,0	9	26,5
Ціль в житті	7	20,6	16	47,0	11	32,4
Управління оточенням	7	20,6	16	47,0	11	32,4
Позитивні стосунки	13	38,2	9	26,5	12	35,3
Автономія	7	20,6	15	44,1	12	35,3

Складова психологічного благополуччя «Особистісне зростання» у вибірці студентської молоді відрізняється значним домінуванням показників середнього рівня: більше половини вибірки не втратили інтерес до саморозвитку, але він має нестійкий, мінливий характер прояву, оскільки детермінований актуальними для них умовами воєнного стану, які має значні виклики щодо біологічних, соціальних, економічних аспектів життя. Вони характеризуються тим, що мають достатньо незадоволених потреб та мотивів

на бажаному для них рівні, що знижує їх готовність до саморозвитку, активізує у негативні емоційні переживання. Втреті менші показники високого рівня особистісного зростання, які спрямовані на реалізацію особистісного потенціалу, сприймають себе перспективними, цікавими, орієнтованими на саморозвиток, відкритість до отримання нового особистісного досвіду, пошук та опанування нових потенційних можливостей. І найменша кількість студентства -11,7% взагалі втратили інтерес до саморозвитку, мають значне зниження власної спрямованості як на реалізацію наявних ресурсів, так і на пошук нових потенційних можливостей, саме тому для них визначальними на даний момент залишаються емоційні стани нудьги, зневіри у власних силах, апатії.

Наступна складова психологічного благополуччя «Самоприйняття» у вибірці студентської молоді також відрізняється домінуванням показників середнього рівня, хоча і менш значним: 47% вибірки має ситуативні проблеми із самоприйняттям власної особистості, що виявляється у амбівалентному самоприйнятті, зокрема, незадоволення та неприйняття себе більше стосується актуальних можливостей та досягнень, а минулі сприймаються більш позитивно, на основі яких вони намагаються сформулювати перспективний напрямок саморозвитку, можливість позитивних змін у майбутньому. Крайні рівневі показники високі та низькі представлені у однакової кількості молоді по 26,5 %. Тобто, для чверті вибірки характерна інтенсивність, тривалість негативних переживань щодо власного «Я» щодо минулих та актуальних досягнень та зневіра щодо майбутніх, неприйняття частин власних якостей, орієнтація на те, щоб бути не такими, якими вони є на даний момент. І також для чверті вибірки притаманні оптимальні для благополуччя високі показники самоприйняття: стійкі позитивні переживання щодо себе, пов'язані прийняття різних аспектів свого «Я», включаючи переваги та обмеження власного «Я».

Складова психологічного благополуччя «Цілі в житті» у вибірці студентської молоді також відрізняється домінуванням показників середнього

рівня, але при цьому низькі показники значно випереджають високі. Таким чином майже половин студентства при наявності цілей відзначають їх нестійкий та мінливий характер, а також спад власної активності задля їх досягнення, часте домінування зовнішньої мотивації над внутрішньою. Третина нашої вибірки має ще більш проблемний варіант з цілепокладанням, вони не мають осмислених значимих цілей, які ж забезпечували наскрізне бачення власного руху у часі, що виступає вагомим деструктивним показником, тому що рахунок відсутності значущих життєвих цілей, вони не мають смислового базису для власного благополуччя. Лише п'ята частина студентства в умовах воєнного часу Менше чверті вибірки має оптимальні для благополуччя високі показники: 20,6% має осмислені цілі в житті, що забезпечують наскрізне бачення власного руху у часі, незважаючи на актуальні виклики, таким чином це забезпечує їм переживання осмисленості, цілеспрямованості власного життя.

Управління оточенням як складова психологічного благополуччя також відрізняється домінуванням показників середнього рівня, але при цьому низькі показники значно випереджають високі. 47% молоді, маючи середні показники, характеризуються тим, що періодично то мають здатність керувати власним оточенням, то втрачають цю можливість, втрачаючи тим самим також стабільність власного існування, але що може бути пояснене актуальними воєнними умовами життя. Третина студентства з низькими показниками даної складової має значну проблемність у взаємодії з оточенням, обмежену неможливість самостійного управління цими стосунками, переживаючи через це неблагополуччя власного життя. Менше чверті вибірки має все ж здатні до компетентного управління власним оточенням, до вирішення складних ситуацій в умовах спільної діяльності, що забезпечує задоволення їх особистих потреб та цілей.

Складова психологічного благополуччя «Позитивні стосунки» має дещо специфічний характер розподілу показників за рівнями: більш врівноважений, але з дещо вищими високими та низькими при менших середніх показниках.

Проаналізуємо їх у порядку домінування. 38,2% студентства характеризує свої стосунки як довірливі, як такі, у яких вони мають можливість як отримувати підтримку, так і піклуватися інших, що забезпечує для них значиму основу їх благополуччя життя. Але водночас інша третина студентів навпаки має проблемні моменти у сфері значимих для них стосунків, які мають часто тривалий деструктивний прояв, а також закриті щодо встановлення нових контактів, схильність до переживання у фрустрованості у сфері стосунків. Четверть молоді при широкому колі спілкування відрізняються поверхневистію стосунків, але пошуком тих референтних осіб, взаємодія з якими мала б довірливий характер, емпатію.

Складова психологічного благополуччя «Автономія» також має аналогічний до більшості складових розподіл показників: домінування показників середнього рівня, але при цьому низькі показники значно випереджають високі. 44,1% вибірки з середніми показники автономності можуть бути описані як такі, які періодично коливаються між автономністю та залежністю, мають схильність то до орієнтації на інших у прийнятті важливих, значимих для себе рішень, то до відстоювання власної автономності. Третина молоді більше схиляється до панівної залежності від інших при прийнятті рішень, розуміючи при цьому, що тим самим вони виявляють власну нежиттєстійкість, відчувають цей вплив як несприятливий та обмежуючий для себе. Лише кожен п'ятий зі студентства у даних умовах Зберегли або навіть набули здатність сприймати та розуміти позиції інших, але у прийнятті значимих рішень спиратися на власні пріоритети, а також здатні за потреби відстоювати власну автономію.

Отже, усі особистісні складові психологічного благополуччя у студентської молоді по вибірці в цілому характеризуються інтенсивним домінуванням середніх показників, які демонструють ситуативні, коливальні прояви параметрів психологічного благополуччя, але при цьому складова «Ціль в житті» має дещо більш виражений проблемний характер, ніж інші складові. Отже, соціальні складові психологічного благополуччя у студентської молоді



по вибірці в цілому характеризуються інтенсивним домінуванням середніх показників, які демонструють їх ситуативні, коливальні прояви, за винятком, складової «Позитивні стосунки», яка більш врівноважений розподіл показників при певній інтенсивності крайніх рівнів: високих та низьких.

І відповідно тепер проаналізуємо особливості прояву усіх складових благополуччя окремо у жіночій та чоловічій вибірках студентства у контексті їх порівняльного аналізу між собою та у співвіднесенням із загальногруповими показниками молоді. На кожному рисунку буде представлено по 2 складові для зручності презентації результатів.

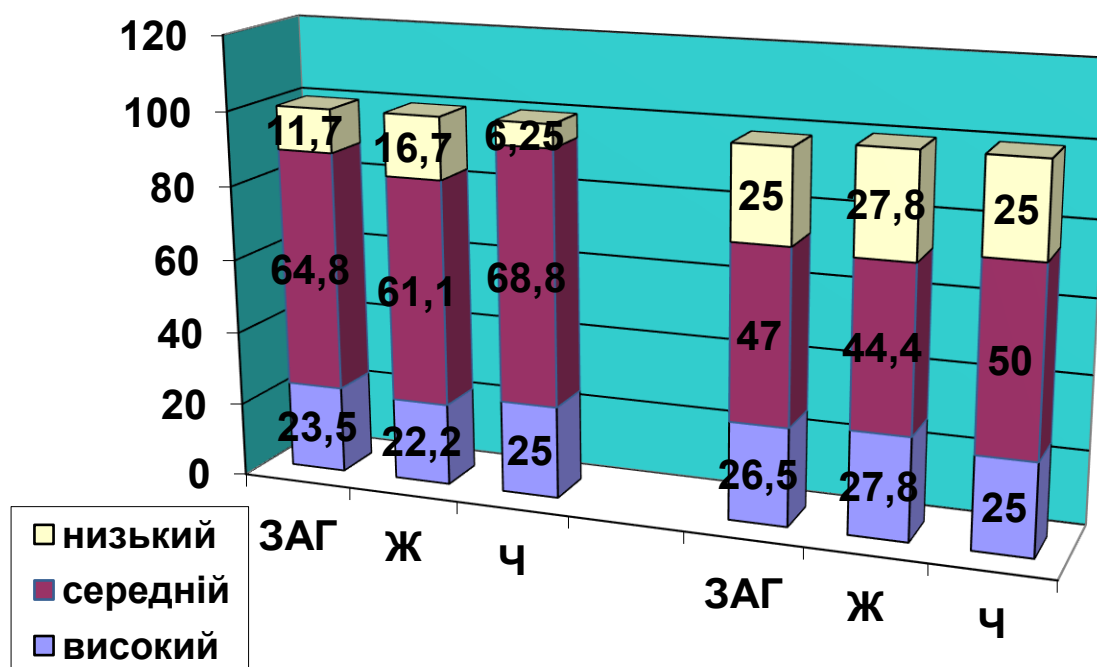


Рис.2.2.8 Загальногруповий та статевий розподіл рівнів компонентів психологічного благополуччя «Особистісне зростання» та «Самоприйняття» у студентської молоді.

Складова психологічного благополуччя «Особистісне зростання» у вибірці в цілому та у різностатевих групах студентської молоді відрізняється значним домінуванням показників середнього рівня, які говорять про нестійкий, мінливий характер прояву інтересу до саморозвитку у респондентів, що може бути детермінований актуальними умовами воєнного стану, які мають

значні виклики щодо біологічних, соціальних, економічних аспектів життя. А от низькі показники особистісного зростання у чоловічій вибірці дещо менш виражені, а високі дещо більш виражені, ніж у жіночій та по групі в цілому: представники чоловічої статі студентства дещо рідше переживають нудьгу, зневіру у власних силах, апатію, і більш орієнтовані на реалізацію особистісного потенціалу, відкриті до отримання нового особистісного досвіду, пошуку та опанування нових потенційних можливостей.

Складова психологічного благополуччя «Самоприйняття» у вибірці в цілому та у різностатевих групах студентської молоді відрізняється також домінуванням показників середнього рівня, але менш вираженим. Для вибірки в цілому та для жіночої та чоловічої вибірки студентства панівним є амбівалентне самоприйняття, що виявляється у незадоволенні та неприйнятті власних актуальних можливостей та досягнень, та більш позитивній оцінці минулих досягнень, на основі яких робляться спроби сформулювати перспективний, прийнятний напрямок саморозвитку.

Крайні рівневі показники високі та низькі представлені у однакової кількості молоді по 26,5 %. Тобто, для чверті вибірки характерна інтенсивність, тривалість негативних переживань щодо власного «Я» щодо минулих та актуальних досягнень та зневіра щодо майбутніх, неприйняття частин власних якостей, орієнтація на те, щоб бути не такими, якими вони є на даний момент. І також для чверті вибірки притаманні оптимальні для благополуччя високі показники самоприйняття: стійкі позитивні переживання щодо себе, пов'язані прийняття різних аспектів свого «Я», включаючи переваги та обмеження власного «Я». Низькі та високі показники самоприйняття однотипно представлені у чверті кожної вибірки: незалежно від статі чверть молоді має або оптимістичні показники самоприйняття, тобто, стійкі позитивні переживання щодо себе, пов'язані прийняття різних аспектів свого «Я», включаючи переваги та обмеження власного «Я», або песимістичні показники самоприйняття, тобто, інтенсивні та тривалі негативні переживання щодо власного «Я» у різних часових аспектах.

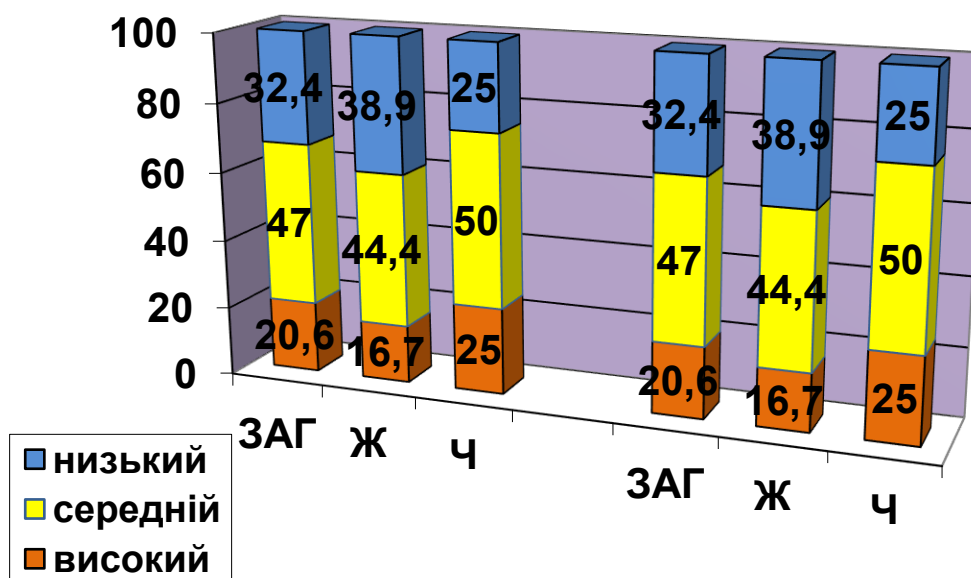


Рис.2.2.9 Загальногруповий та статевий розподіл рівнів компонентів психологічного благополуччя «Цілі в житті» та «Управління оточенням» у студентської молоді

Складова психологічного благополуччя «Цілі в житті» у вибірці в цілому та у різностатевих групах студентської молоді відрізняється також домінуванням показників середнього рівня, причому у вибірці чоловіків це домінування більш інтенсивне на рівні 50%. Тобто, переважною тенденцією для студентської молоді є нестійкість цілепокладання, зниження активності, домінування зовнішньої мотивації над внутрішньою, причому у чоловічій вибірці це виявляється трохи більш інтенсивніше. Також у іншій половині чоловічої вибірки рівномірно представлені оптимальні високі показники, пов'язані з наявністю осмислених цілей у наскрізному часовому розвитку, та низькі показники, пов'язані з відсутністю значущих життєвих цілей як смислового базису для власного благополуччя. А у жіночій вибірці частіше представлені низькі показники даної складової психологічного благополуччя.

Складова психологічного благополуччя «Управління оточенням» у вибірці в цілому та у різностатевих групах студентської молоді також відрізняється домінуванням показників середнього рівня, причому у вибірці

чоловіків це домінування більш інтенсивне на рівні 50%. Можна зазначити, що переважна тенденція у нашій вибірці виявляється у тому, що здатність керувати власним оточенням має ситуативний характер, що може бути як пояснене індивідуальними особливостями респондентів, так і актуальними військовими умовами життя. У іншій половині чоловічої вибірки рівномірно представлені оптимальні оптимістичні високі та песимістичні низькі показники щодо можливості та неможливості управління стосунками з оточенням як основи власного благополуччя. А у жіночій вибірці частіше представлені низькі показники даної складової психологічного благополуччя, які визначають більшу проблемність у взаємодії з оточенням, обмежену неможливість управління та переживання через це неблагополуччя власного життя.

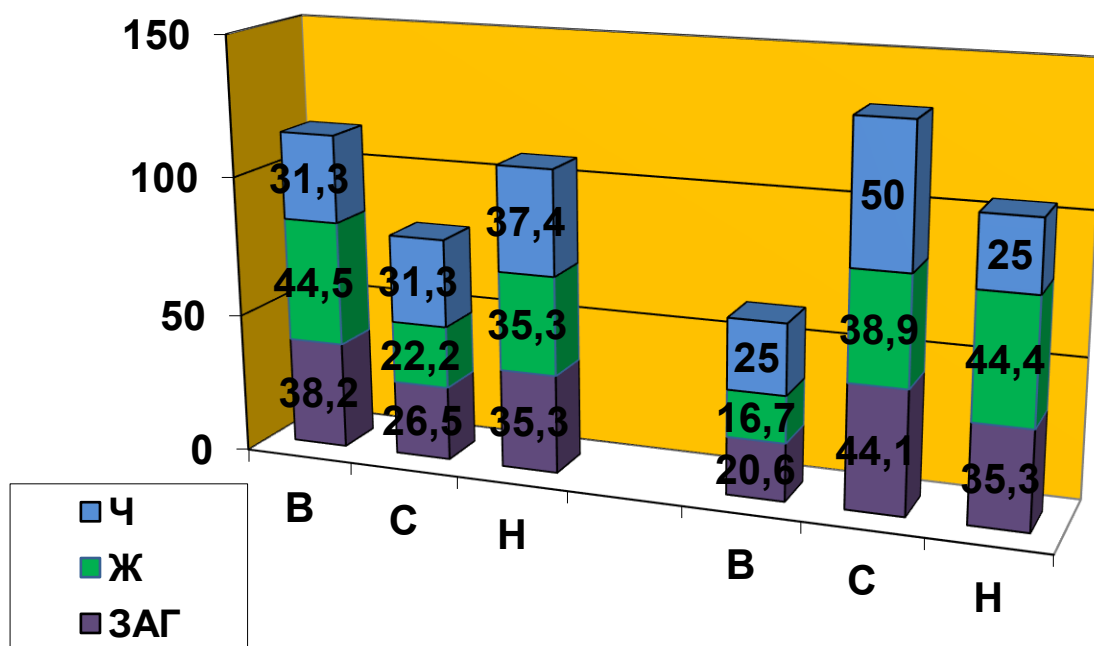


Рис.2.2.10 Загальногруповий та статевий розподіл рівнів компонентів психологічного благополуччя «Позитивні стосунки» та «Автономія» у студентської молоді

Складова психологічного благополуччя «Позитивні стосунки» у вибірці в цілому та у різностатевих групах студентської молоді має специфічний характер розподілу рівневих показників: у загальній вибірці по третині респондентів мають високі та низькі рівні, у жіночій вибірці активно домінує

високий рівень, а у чоловічій вибірці майже рівномірний розподіл між рівнями при мінімальній перевазі низького рівня. Студентки частіше мають довірливі стосунки, в яких вони мають можливість як отримувати підтримку, так і піклуватися інших, що забезпечує для них значиму основу їх благополуччя життя. Студенти-юнаки в однаковій мірі у третині мають такий позитивний варіант даного компонента благополуччя, у третині знаходяться у пошуку тих референтних осіб, взаємодія з якими мала б довірливий характер, у третині мають деструктивні та фрустровані стосунки.

Складова психологічного благополуччя «Автономія» у вибірці в цілому та у різностатевих групах студентської молоді має інший характер розподілу рівнів: у загальній вибірці домінують середні показники, які у чоловічій вибірці максимально домінуючі, у жіночій вибірці активно домінують низькі при наближених середніх показниках. Водночас середні показники автономії мають панівний як загально, так і у чоловічі вибірці та жіночій вибірці, тому можна говорити про те, що більшість респондентів мають нестабільний характер прояву автономії, коливаючись від незалежності до її втрати, до орієнтації виключно на інших у прийнятті важливих, значимих для себе рішень. Але жіноча вибірка має частіше ці коливання з тенденцією до закріплення саме негативного полюсу, тобто втрати автономії.

### **2.3. Математичний аналіз встановлення особливостей життєстійкості студентської молоді в залежності від статі**

Для здійснення висновків щодо специфіки прояву життєстійкості студентської молоді в залежності від статі варто застосувати метод математико-статистичної обробки. У нашому випадку обираємо критерій Манна-Уїтні. U-критерій Манна-Уїтні, який використовується для оцінки різниці між двома вибірками за рівнем будь-якої ознаки. Дозволяє виявити відмінності в значенні параметра між малими вибірками.

Для демонстрації проведеного математичного порівняльного аналізу було обрано наступні параметри, за якими були встановленні відмінності:

- 1) контроль як компонент життєстійкості,
- 2) прийняття ризику як компонент життєстійкості,
- 3) міжособистісна інтолерантність,
- 4) управління оточенням як складова психологічного благополуччя,
- 5) автономія як складова психологічного благополуччя.

За іншими параметрами значимих відмінностей виявлено не було.

Таблиця 2.3.1.

**Відмінності параметрів життєстійкості у студентській молоді в залежності від статевої приналежності**

Параметри	Сер.ранг у чол. вибірці	Сер.ранг у жін. вибірці	U критерій Манна-Уїтні	Рівень статистичної значущості (p*)
Контроль	26,0	16,6	82,5	0,05
Прийняття ризику	15,5	10,5	81,0	0,05
Міжособистісна інтолерантність	19,5	11,5	76,6	0,05
Управління	32,0	22,5	72,0	0,05
Автономія	28,5	18,0	73,0	0,05

Контроль як компонент життєстійкості має наступну статистично значиму відмінність у різностатевих групах: студенти-хлопці частіше за студенток-дівчат не лише мають установку на управління власним життям, але й діяти на основі власної автономності при виборі життєвого шляху, виявляти

осмислену, послідовну та цілеспрямовану активність як її інструмент її реалізації. У актуальних умовах воєнного часу вони розуміють необхідність моніторингу різноманітних зовнішніх факторів для реалізації програм власної життєдіяльності, здатні прикладати зусилля для їх подолання задля власного що теперішнього, а також майбутнього. Студентки-дівчата ж частіше, розуміючи про існування можливості вибору та відповідальності за вибір власного життєвого шляху, для себе такої ймовірності майже не бачать, орієнтуються на власний існуючий минулий негативний досвід, пояснюючи цим для себе та інших свою низьку цілеспрямованість в актуальних умовах. Вказані моменти особливо значимі для актуальних умов воєнного часу, які мають ознаки реальної життєвої загрози життю, що закономірно провокує додаткові прояви тривоги щодо теперішнього, а також майбутнього у дівчат.

Прийняття ризику як компонент життєстійкості також має аналогічну статистично значиму відмінність у різностатевих групах: при загальній тенденції щодо домінування переважно обережного ставлення до ризику, студенти-хлопці більш схильні до амбівалентного ставлення до змін у власному житті, до готовності діяти за умов невизначеності, до коливання від прийняття ризику як основи власної життєвої стратегії до відхилення ризику як основи життєвої стратегії з переходом до прагнення до комфорту та безпеки як основи життєвої стратегії. У жіночій частині вибірки більш помітна тенденція до застосування стратегії прагнення до комфорту та безпеки як базової у власній життєдіяльності, тому для них більш притаманним є активне уникання таких життєвих ситуацій, які пов'язані з відсутністю прогнозованих гарантій на успіху, тобто, домінування дуже обережного ставлення до ризику.

Міжособистісна інтолерантність до невизначеності при панівних середніх та низьких загальногрупових показниках студенти-юнаки частіше орієнтовані збереження одноманітності, послідовності, прогнозованості у стосунках, до їх зміни ставляться частіше негативно, але приховують своє ставлення, дещо рідше виявляють своє відкрите неприйняття і ще рідше амбівалентне ставлення, коли все ж таки іноді включаються у процес їх

трансформації. Дівчата-студентки більш орієнтовані на як інтолерантність як базову модель соціальної взаємодії, на збереження ясності та контролю у стосунках за рахунок застосовування вже добре знайомих для них схем, зміни у яких сприймають амбівалентно, включаючись у процес їх трансформації, то їх відкидаючи, рідше виявляють приховане неприйняття та ще рідше відкрите неприйняття. Таким чином, вони саме у сфері стосунків переживають та проявляють себе в актуальних складних умовах, пробують адаптуватися до зовнішніх умов воєнного часу шляхом набуття досвіду нових міжособистісних стосунків. А чоловіча частина студентства у сфері стосунків проявляє себе в актуальних складних умовах більш закрито, пробуючи їх у більшості зберегти у незмінному форматі, направляючи ресурси активніше на адаптацію до зовнішніх умов воєнного часу.

Управління оточенням як складова психологічного благополуччя має загальногрупову тенденцію щодо ситуативного характеру її прояву, тобто студентська молодь періодично то має здатність керувати власним оточенням, то втрачає цю можливість, втрачаючи тим самим також стабільність власного існування, що може бути пояснене актуальними воєнними умовами життя. Водночас у чоловічій вибірці ці показники більш типові, але також чверть вибірки здатні до компетентного управління власним оточенням, до вирішення складних ситуацій в умовах спільної діяльності, що забезпечує задоволення їх особистих потреб та цілей. А у жіночій вибірці поряд з типовими середніми показниками вагоме значення мають низькі показники даної складової психологічного благополуччя, які визначають більшу проблемність у взаємодії з оточенням, обмежену неможливість управління та переживання через це неблагополуччя власного життя.

Автономія як складова психологічного благополуччя характеризується типовими загальногруповими середніми показниками, що виявляються у періодичному коливанні між автономністю та залежністю, схильності то до орієнтації на інших у прийнятті важливих, значимих для себе рішень, то до відстоювання власної автономності. Дівчата при збереженні домінуванні цієї



тенденції жіноча вибірка відрізняється більш частим коливанням з тенденцією до закріплення саме негативного полюсу, тобто втрати автономії. Юнаки ж мають більш виражену тенденцію до збереження або навіть набуття в актуальних умовах здатності сприймати та розуміти позиції інших, але у прийнятті значимих рішень спиратися на власні пріоритети, а також за потреби відстоювати власну автономію.

#### **2.4. Рекомендації для підвищення життєстійкості студентської молоді**

На основі аналізу результатів дослідження параметрів життєстійкості нами були сформульовані рекомендації, врахування яких може бути основою для побудови моделі психологічної допомоги студентській молоді щодо оптимізації загального рівня, компонентів життєстійкості та її додаткових параметрів в умовах воєнного часу та після нього.

Рекомендації доцільно сформулювати, дотримуючись диференціації їх щодо загальногрупових тенденцій та статевих особливостей їх прояву.

Рекомендації для підвищення залученості як компонента життєстійкості:

- розширення сфер самопрояву студентства за рахунок включення у різноманітні ситуації, завдання,
- вибір сфер самопрояву може відбуватися як за самостійним вибором студентства, так і за рахунок демонстрації можливих варіантів самореалізації референтними для студентства особами (серед дорослих, серед однолітків);
- розвиток навичок планування для активізації готовності до самореалізації та підтримання готовності до змін у студентства.

Рекомендації для підвищення контролю як компонента життєстійкості:

- ознайомлення студентства з механізмами реалізації життєвого вибору, з роллю власних ресурсів та відповідальності у здійсненні процедур життєвих виборів;
- апробація рольових моделей життєвих виборів в умовах тренінгової роботи.
- проведення психологічної консультативної роботи з опанування негативними емоційними переживаннями студентства.

Рекомендації для підвищення прийняття ризику як компонента життєстійкості:

- ознайомлення студентства з механізмами та закономірностями ризику як елементу життєдіяльності в сучасних умовах;
- розвиток навичок аналізу варіантів ризикованих моделей поведінки у різних соціальних ситуаціях;
- діагностичний аналіз обмежуючих, дисфункціональних установок як перепон для самовиявлення молоді;
- розвиток конструктивних установок та опрацювання прийняття рішень на їх основі для самореалізації в умовах тренінгового формату;
- розвиток толерантності до невизначеності студентства засобами психологічного тренінгу, арт-терапії, коучингу, що буде спрямований на підвищення готовності до прийняття змін у власному житті, гнучкості до адаптації до цих змін, розширення навичок різнопланового аналізу життєвих ситуацій, розрізнення значимих для себе моментів стабільності, необхідних для саморозвитку;
- корекція міжособистісної інтолерантності до невизначеності як базової моделі соціальної взаємодії шляхом переорієнтації на пошук та дотримання балансу між збереженням ясності та контролю у стосунках та відстеження їх динаміки, що передбачає особистісні зміни.

Враховуючи виявлені нами статистично значимими відмінності за компонентами та додатковими параметрами життєстійкості, сформульовані нами рекомендації для вибірки жіночої, можливо, можуть також передбачати певні формати індивідуальної психологічної роботи.

### **Висновки до другого розділу**

За таким компонентом життєстійкості, як «залученість» максимально вираженими та відповідно домінуючими є показники середнього рівня, представлені у половини вибірки, значно менші показники високого рівня у третини вибірки студентства, і найменші показники у низького рівня. За таким компонентом, як «контроль» максимально представлені у вибірці показники середнього рівня, які вдвічі вищі за показники інших рівнів. Розподіл респондентів за рівнями прийняття ризику як компонента життєстійкості демонструє тенденцію щодо домінування переважно обережного та дуже обережного ставлення до ризику, навіть його ігнорування як можливої стратегії. Середні показники в цілому є домінуючими як для усіх компонентів життєстійкості, так і для загального рівня життєстійкості. Значна частина вибірки має середній рівень життєстійкості, характеризується установкою на особистісну автономність у переважно однозначних життєвих ситуаціях, але при цьому має амбівалентну готовність до прояву активності за умов невизначеності.

У залежності від статевої приналежності нами також були виявлені певні відмінності за компонентами життєстійкості у співставленні між собою та загальногруповими показниками. Щодо залученості зберігається тенденція щодо ранжування частоти представленості рівнів від середнього до високого та до низького, але студентська молодь жіночої статі частіше емоційно позитивно ставиться до включення у різноманітні соціальні ролі, здатні тримати баланс у здатності піклуватися про себе та про інших, звертатися за допомогою та надавати допомогу іншим. Щодо розподілу показників: хлопці дещо частіше

за студенток-дівчат здатні діяти на основі власної автономності при виборі життєвого шляху, виявляючи осмислену, послідовну та цілеспрямовану активність як її інструмент її реалізації. Щодо показників прийняття ризику: у жіночій групі однаково виражені середній та низький рівні та значно нижчі показники високого рівня, у чоловічій вибірці відтворюється загальногрупова тенденція. Середні показники є домінуючими для загального рівня життєстійкості як для вибірки в цілому, так і для кожної зі статевих груп. Але все-таки чоловіча вибірка дещо частіше схильна виявляти установку на особистісну автономність у однозначних життєвих ситуаціях, але при цьому мати амбівалентну готовність до прояву активності за умов невизначеності. Жіноча вибірка ж виявляє особливість виявляється у більшій частоті прояву відчуття малої керованості власним життям, втрати відчуття часу, послідовності та перспективності, активізації механізмів захисту, звертанням за зовнішньою допомогою.

Толерантність до невизначеності половині вибірки має яскраво домінуючі середні показники, які майже вдвічі вищі, ніж високі та більш, ніж вдвічі вищі, ніж низькі показники. Тобто, панівна більшість представників студентської молоді демонструють обережну готовність до змін у власному житті, вони відкриті до сприймання та аналізу новизни, намагаються включатися у виконання складних життєвих завдань, але частково переживають деструктивні зміни, втрачаючи готовність підтримувати власну активність, особливо в ситуаціях, при вирішенні яких необхідно виходити за рамки прийнятих обмежень. Інтолерантність має подібний розподіл рівневих показників: панівна більшість представників студентської молоді характеризується вираженою спрямованістю до однозначності, впорядкованості у власному житті, що зрозуміло у актуальних умовах, та водночас часто при цьому приховано негативно сприймають нове та усе те, що суперечить звичним для них умовам життя. Показники низького рівня значно інтенсивніше зустрічаються у чоловічій вибірці, яка частіше при спрямованості до однозначності водночас не схильна активно ігнорувати

завжди нове, більш орієнтовані на обережне до них ставлення. Показники високого рівня інтенсивніше зустрічаються у жіночій вибірці: дівчата частіше при підкреслено позитивному ставленні саме до однозначності, впорядкованості, схильні до відкритого негативного неприйняття нового. Жіноча вибірка зокрема більш орієнтована на інтолерантність як базову модель соціальної взаємодії, на збереження ясності та контролю у стосунках за рахунок застосування вже добре знайомих для них схем, зміни у яких сприймають амбівалентно, включаючись у процес їх трансформації, то їх відкидаючи, рідше виявляють приховане неприйняття та ще рідше відкрите неприйняття. Чоловіча ж частина студентської молоді частіше орієнтована на середню та високу міжособистісну інтолерантність до невизначеності: при схильності до одноманітності, прогнозованості у стосунках, до їх зміни ставляться частіше негативно, але приховують своє ставлення, дещо рідше виявляють своє відкрите неприйняття і ще рідше амбівалентне ставлення.

Складова психологічного благополуччя «Особистісне зростання» відрізняється значним домінуванням показників середнього рівня: більше половини вибірки не втратили інтерес до саморозвитку, але він має нестійкий, мінливий характер прояву, оскільки детермінований актуальними для них умовами воєнного стану. А низькі показники особистісного зростання у чоловічій вибірці дещо менш виражені, а високі дещо більш виражені, ніж у жіночій та по групі в цілому. Наступна складова «Самоприйняття»: для вибірки в цілому та для жіночої та чоловічої вибірки студентства панівним є амбівалентне самоприйняття, що виявляється у незадоволенні та неприйнятті власних актуальних можливостей та досягнень, та більш позитивній оцінці минулих досягнень, на основі яких робляться спроби сформувавши перспективний, прийнятний напрямок саморозвитку. Складова «Цілі в житті»: майже половина студентства при наявності цілей відзначають їх нестійкий та мінливий характер, третина має ще більш проблемний варіант з цілепокладанням, не мають осмислених значимих цілей, які б забезпечували наскрізне бачення власного руху у часі. Також у чоловічій вибірці рівномірно

представлені оптимальні високі показники та низькі показники, пов'язані з відсутністю значущих життєвих цілей, у жіночій вибірці частіше представлені низькі показники даної складової психологічного благополуччя. Управління оточенням як складова психологічного благополуччя також відрізняється домінуванням показників середнього рівня, у більшості респондентів періодично то є здатність керувати власним оточенням, то відбувається її втрата, що може бути пояснене актуальними воєнними умовами життя. А жіночій вибірці частіше представлені низькі показники даної складової психологічного благополуччя, які визначають більшу проблемність у взаємодії з оточенням, обмежену неможливість управління та переживання через це неблагополуччя власного життя. Складова «Позитивні стосунки» має дещо специфічний характер розподілу показників за рівнями: у загальній вибірці по третині респондентів мають високі та низькі рівні, у жіночій вибірці активно домінує високий рівень, а у чоловічій вибірці майже рівномірний розподіл між рівнями при мінімальній перевазі низького рівня. Студентки частіше мають довірливі стосунки. Студенти-юнаки в однаковій мірі у третині мають такий позитивний варіант даного компонента благополуччя, у третині знаходяться у пошуку тих референтних осіб, взаємодія з якими мала б довірливий характер. Складова психологічного благополуччя «Автономія: у загальній вибірці домінують середні показники, які у чоловічій вибірці максимально домінуючі, у жіночій вибірці активно домінують низькі при наближених середніх показниках. Водночас середні показники автономії мають панівний характер, більшість респондентів має нестабільний характер прояву автономії, коливаючись від незалежності до її втрати, але жіноча вибірка має частіше ці коливання з тенденцією до закріплення саме негативного полюсу.

Значимі відмінності були встановлені за наступними характеристиками для різностатевих груп: контроль як компонент життєстійкості, прийняття ризику як компонент життєстійкості, міжособистісна інтолерантність, управління оточенням як складова психологічного благополуччя, автономія як складова психологічного

благополуччя. За усіма характеристиками, мають вищі показники представники чоловічої вибірки, що є для цієї вибір більш оптимістичними результатами, за винятком показників міжособистісної інтолерантності.

## ВИСНОВКИ

У відповідності до поставлених мети та завдань сформульовані висновки проведеного психологічного дослідження.

1. Життєстійкість розглядаємо як систему переконань особистості про себе, про світ, про відносини зі світом, що визначають ступінь подолання особистістю заданих обставин, а також подолання самої себе. При аналізі даного феномена важливо діагностувати особливості прояву кожного з трьох компонентів, загальний рівень життєстійкості. Для вивчення даного феномена значимим є віковий аспект, у відповідності до якого стабілізація життєстійкості відбувається у юнацькому віці, що пояснює наш вибір вибірки емпіричного дослідження. Відмічено, що варто брати до уваги також статевий аспект при вивчення особливостей життєстійкості. А також сучасні воєнні умови України актуалізували ще один аспект даної проблематики, пов'язаний із умовами підвищеної небезпеки, що на даний момент є визначальними. Вказані умови акцентують увагу до таких характеристик, як: толерантність до невизначеності, психологічне благополуччя, що зумовлює необхідність виявлення даних характеристик як параметрів життєстійкості, на основі яких також варто проводити емпіричне її дослідження в контексті воєнних умов України.

2. Середні показники є домінуючими як для загального рівня життєстійкості, так і для кожного з трьох її компонентів. Залученість як компонент життєстійкості має домінуючий середній рівень, тобто, панівна більшість студентства власне життя сприймає як певну послідовність життєвих ситуацій, від яких здатні отримувати ситуативне задоволення, позитивно ставляться до включення у різноманітні соціальні ролі, але виявляють ситуативну готовність до змін. За таким компонентом життєстійкості, як «контроль», також максимально представлені домінуючі показники середнього рівня: молодь знає про існування можливості вибору та відповідальності за вибір власного життєвого шляху, але доволі часто визнають свою розгубленість та безпорадність у актуальних умовах життя, які для них мають



ознаки не лише новизни, але й мають ознаки реальної життєвої загрози власному життю. Розподіл респондентів за рівнями прийняття ризику як компонента життєстійкості демонструє тенденцію щодо домінування переважно обережного та дуже обережного ставлення до ризику, навіть його ігнорування як можливої стратегії. Тому закономірно, що значна частина вибірки має середній рівень життєстійкості, характеризується установкою на особистісну автономність у переважно однозначних життєвих ситуаціях, але при цьому має амбівалентну готовність до прояву активності за умов невизначеності.

Статистично значимими є відмінності за двома компонентами життєстійкості: контроль, прийняття ризику. Студенти-хлопці частіше за студенток-дівчат не лише мають установку на управління власним життям, але й здатні діяти на основі власної автономності при виборі життєвого шляху, виявляти осмислену, послідовну та цілеспрямовану активність як інструмент її реалізації. При загальній тенденції щодо домінування переважно обережного ставлення до ризику, студенти-хлопці більш схильні до амбівалентного ставлення до змін у власному житті, до готовності діяти за умов невизначеності, до коливання від прийняття ризику як основи власної життєвої стратегії до відхилення ризику як основи життєвої стратегії з переходом до прагнення до комфорту та безпеки як основи життєвої стратегії.

3.Толерантність до невизначеності у половини студентської молоді виявляється в обережній готовності до змін у власному житті, частковій втраті готовності підтримувати власну активність, особливо в ситуаціях, при вирішенні яких необхідно виходити за рамки прийнятих обмежень. Панівна більшість студентської молоді характеризується вираженою спрямованістю до однозначності у власному житті, що зрозуміло у актуальних умовах, та водночас часто при цьому приховано негативно сприймають нове та усе те, що суперечить звичним для них умовам життя. Більшість студентства виявляє інтолерантність у стосунках як базову модель, схильні наполягати на збереженні ясності та контролю у стосунках за рахунок застосовування вже добре знайомих

схем, а от спроби їх зміни вони сприймають або негативно, або амбівалентно. Статистично значимими є статеві відмінності саме за даним видом інтолерантності: студенти-юнаки частіше до змін у стосунках ставляться негативно, але приховують своє ставлення, дівчата частіше зміни у стосунках сприймають амбівалентно.

4. Більше половини вибірки не втратили інтерес до саморозвитку, але він має нестійкий, мінливий характер прояву, оскільки детермінований актуальними для них умовами воєнного стану. Майже половина студентства має ситуативні проблеми із самоприйняттям власної особистості, що виявляється у амбівалентному самоприйнятті. Також майже половина студентства при наявності цілей відзначають їх нестійкий та мінливий характер, а також спад власної активності задля їх досягнення, домінування зовнішньої мотивації над внутрішньою. Молодь періодично то має здатність керувати власним оточенням, то втрачає цю можливість, втрачаючи тим самим також стабільність власного існування. Складова психологічного благополуччя «Позитивні стосунки» має дещо специфічний характер: трохи більше третини студентства характеризує свої стосунки як довірливі, як такі, у яких вони мають можливість як отримувати підтримку, так і піклуватися інших. Але водночас інша третина студентів навпаки має проблемні моменти у сфері значимих для них стосунків, які мають часто тривалий деструктивний прояв. Показники автономності можуть бути описані як такі, які періодично коливаються між автономністю та залежністю, мають схильність то до орієнтації на інших у прийнятті важливих, значимих для себе рішень, то до відстоювання власної автономності. Третина молоді більше схиляється до панівної залежності від інших при прийнятті рішень, розуміючи при цьому, що тим самим вони виявляють власну нежиттестійкість.

Статистично значимими є статеві відмінності за двома складовими психологічного благополуччя: управління оточенням, автономія. У чоловічій вибірці середні показники управління оточенням більш типові, але також чверть вибірки здатні до компетентного управління власним оточенням. А у

жіночій вибірці поряд з типовими середніми показниками вагоме значення мають низькі показники даної складової психологічного благополуччя, які визначають обмежену неможливість управління та переживання через це неблагополуччя власного життя. Дівчата при збереженні домінуючих середніх показників автономії відрізняються більш частим коливанням з тенденцією до закріплення саме негативного полюсу, тобто втрати автономії, а юнаки мають більш виражену тенденцію до збереження або навіть набуття автономії в актуальних умовах.

5. На основі аналізу результатів дослідження параметрів життестійкості були сформульовані рекомендації, врахування яких може бути основою для побудови моделі психологічної допомоги студентській молоді щодо оптимізації загального рівня, компонентів життестійкості та її додаткових параметрів в умовах воєнного часу та одразу після нього для швидкої реадаптації в умовах мирного життя.

## СПИСОК ВИКОРИСТАНИХ ДЖЕРЕЛ

1. Арцибашева І.О. Феномен життєстійкості: сучасні погляди та дослідження // Інсайт.- 2018.-№ 15.-С. 23–25.

2. Гавриловська К.П., Дем'янчук Ю.Ю. Формування життєстійкості особистості: арт-коучинговий підхід. Актуальні проблеми психології: Збірник наукових праць Інституту психології імені Г.С. Костюка НАПН України. Том VI: Психологія обдарованості. Випуск 16. Київ-Житомир: Вид-во ЖДУ ім. І. Франка, 2019. С. 83-90.

3. Гусєв А.Г. Толерантність до невизначеності як чинник розвитку ідентичності особистості [Текст]: автореф. дис. ... канд. психол. наук : 19.00.01 / Гусєв Андрій Ігоревич ; Південноукр. нац. пед. ун-т ім. К. Д. Ушинського. - О., 2009. - 20 с.

4. Груб'як О. М. Психологічне благополуччя особистості у період ранньої дорослості: автореф. дис. ... канд. психол. наук : 19.00.07 / Груб'як Оксана Михайлівна ; Київ. нац. ун-т ім. Тараса Шевченка. - Київ, 2016. - 18 с.

5. Демина Л. Д. Психологическое здоровье и защитные механизмы личности: учебное пособие / Л. Д. Демина, И. А. Ральникова. – [2-е изд.]. – Барнаул : Изд-во Алт. ун-та, 2005. – 132 с.

6. Духневич В.М. Психологічне благополуччя професіонала: модель досягнення/дотримання/ В.М. Духневич // Проблеми загальної та педагогічної психології: збірн. наук. праць Ін-ту психології ім. Г.С. Костюка АПН України. – 2002. – Т. 4, ч. 3. – С. 57-63.

7. Карсканова С. В. Психологічне благополуччя особистості фахівця [Текст] : монографія / Світлана Карсканова ; Миколаїв. нац. ун-т ім. В. О. Сухомлинського. - Миколаїв : Іліон, 2014. - 155 с. - Бібліогр.: с. 127-146.

8. Корніяка О.М. Життєстійкість у професії викладача. Актуальні проблеми психології. Збірник наукових праць Інституту психології імені Г.С. Костюка НАПН України. Психофізіологія. Психологія праці. Експериментальна психологія., Т. V. Випуск 19, 2020. 93-110.

9.Кокун О.М. Професійна життєстійкість особистості: аналіз феномена. Актуальні проблеми психології: Збірник наукових праць Інституту психології імені Г.С. Костюка НАПН України. Том. V: Психофізіологія. Психологія праці. Експериментальна психологія. Вип. 20. 2020. С. 68-81.

10.Кокун О.М. Всеукраїнське опитування «Твоя життєстійкість в умовах війни»: препринт. Київ: Інститут психології імені Г.С. Костюка НАПН України. 2022. -46 с.

11.Корольчук М. С. Психологічне забезпечення психічного і фізичного здоров'я: навч. посібник / М. С. Корольчук, В. М. Крайнюк, А. Ф. Косенко, Т. І. Кочергіна. – К. : Фірма «ІНКОС», 2002. – 272с.

12.Коцан І. Я. Психологія здоров'я людини : посібник / І. Я. Коцан, Г. В. Ложкін, М. І. Мушкевич. – Луцьк, 2011. – 430 с.

13. Кравчук. С.Л. Психологічні особливості життєстійкості особистості у зв'язку з її цінностями самоактуалізації / С.Л. Кравчук // Проблеми сучасної психології. 2014. Випуск 25. – С. 152- 166.

14.Кузікова С. Б. Емпіричне дослідження саморозвитку суб'єктної діяльності / С. Б. Кузікова // Психологічні науки: проблеми і здобутки. – Додаток 1 до № 1. – Т. IV. – 2012. – Вип. 6. – С. 132–139.

15.Кузікова С.Б. Психологічні основи становлення суб'єкта саморозвитку в юнацькому віці : монографія / С. Б. Кузікова ; Сум. держ. пед. ун-т ім. А.С.Макаренка. Суми : МакДен, 2012. – 410 с.

16. Ларіна Т. О. Життєстійкість як життєве завдання особистості. Актуальні проблеми психології: Психологічна герменевтика, 2007; 2 (5): 131–138.

17.Леонтьев Д. Новые ориентиры понимания личности в психологии: От необходимого к возможному [Электронный ресурс] / Д. Леонтьев // Вопросы психологии. – 2011. – № 1. – Режим доступа: <https://publications.hse.ru/view/82302791>.

18.Леонтьев Д.А. Жизнестойкость как составляющая личностного потенциала / Д.А. Леонтьев, Е.И. Рассказова / Личностный потенциал: структура и диагностика. – М. : Смысл, 2011. – 680 с.

19.Леонтьев Д.А., Рассказова Е.И. Тест жизнестойкости. – М.: Смысл, 2006. – 63 с.

20. Литвиненко О. Д. Проблема адапційного потенціалу особистості в психологічній науці [Lytvynenko O.D. The problem of personality adaptation potential in psychological science] / О.Д. Литвиненко // Fundamental and applied researches in practice of leading scientific schools. Issue: 1 (13) – с0- publ.: Publishing office: Accent graphics communications – Hamilton, ON, 2016. –Р. 371-378

21.Максименко С. Д. Поняття особистості у психології в психології / С. Д. Максименко // Психологія і особистість. – 2016. – № 1 (9). – С. 11–17.

22.Манапова К.Р. Життестійкість в системі поняття життєздатності // Вісник Харківського національного педагогічного університету імені Г.С. Сковороди. Психологія. – 2012. – Вип. 44 (1). - С.143-150.

23.Мілютіна К. Л. Теорія та практика психологічного тренінгу : [навч. посіб.] / К. Л. Мілютіна. – К.: МАУП, 2004. – 192 с.

24.Омельченко Я.М. Напрямки розвитку життестійкості дітей в умовах війни. Психолого-педагогічні координати розвитку особистості : збірник наукових матеріалів III Міжнародної науково-практичної конференції (м. Полтава, 2–3 червня 2022 р.). Полтава, 2022. С. 163-167.

25.Одинцова М.А. Психология жизнестойкости / М.А. Одинцова. – М.: ФЛИНТА: Наука, 2015. – 296 с.

26.Панченко В.О. Життестійкість як фактор професійної адаптації менеджерів комерційних організацій: дис. канд. наук; Чернігів. нац. пед. ун-т ім. Т. Г. Шевченка. Чернігів, 2016.-22с.

27. Побідаш А. Ю. Основні підходи до визначення поняття “hardiness” – життєва стійкість та суміжних з ними понять/ А. Ю. Побідаш // Збірник

наукових праць Національної академії Державної прикордонної служби України. – 2013. – С. 493-501.

28. Психологічне благополуччя особистості в процесах соціальної взаємодії: монографія / О. А. Лещинська [та ін.] ; [наук. ред.: О. А. Лещинська ; відп. ред.: М. Й. Варій] ; Нац. ун-т "Львів. політехніка". - Львів : Вид-во Львів. політехніки, 2018. - 147 с.

29. Пергаменщик Л. А. Опросник «Шкалы психологического благополучия» К. Рифф: процесс и результаты адаптации / Л. А. Пергаменщик, Н. Н. Лепешинский // Психологическая диагностика. – 2007. – № 3. – С. 73-96.

30. Ракурси психологічного благополуччя особистості: збірник тез доповідей всеукраїнського науково-практичного семінару "Ракурси психологічного благополуччя особистості", 9 червня 2017 р., Ніжин. / Ред. кол.: Титаренко Т. М. (гол. ред) та ін. – Ніжин : НДУ ім. М. Гоголя, 2017. – 177 с.

31. Решетник О. А. Огляд сучасних зарубіжних досліджень із проблеми життєстійкості особистості. С. 658-661. Україна і світ: діалог мов та культур: матеріали міжнародної науково-практичної конференції, 11-13 квітня 2018 року. К. : Вид. центр КНЛУ, 2018. С. 658-661.

32. Рязанцева О. Ю. До проблеми діагностики екзистенціальних ресурсів особистості // Актуальні проблеми психології : Зб. наук. праць Інституту психології ім. Г. С. Костюка / за ред. С. Д. Максименка. – Житомир : Вид-во ЖДУ ім. І. Франка, 2010. – Т. 7. – Вип. 23. – С. 201–212.

33. Садвакасова З. М. С 14 Жизнестойкость: технологии и практикум в работе с воспитанниками детского дома: учебно-методическое пособие / З. М. Садвакасова. – Алматы: Қазақ университеті, 2016. – 192 с.

34. Самопочуття українців під час війни: емоції, очікування, особистий досвід [Електронний ресурс]. – Режим доступу: <https://dif.org.ua/article/samopochuttya-ukraintsiv-pid-chas-viyni-emotsii-ochikuvannya-osobistiy-dosvid>

35.Солдато́ва Е. А. Структура и динамика нормативного кризиса перехода к взрослости : монография / Е. А. Солдато́ва. – М. : Академический проект ; Трикста, 2004. – 267 с.

36.Суспільні новини: Індекс життєстійкості українців становить 3,9 з 5. [Електронний ресурс]. – Режим доступу: <https://suspilne.media/227891-indeks-zittestijkosti-ukrainciv-stanovit-39-z-5-opituvanna/>

37.Титаренко Т.М., Ларіна Т.О. Життєстійкість особистості: соціальна необхідність та безпека. Інститут соціальної та політичної психології НАПН України. Київ : Марич, 2009. 76 с.

38.Чиханцова О. А. Життєстійкість як фактор збереження психічного здоров'я. Особистість в умовах кризових викликів сучасності : матеріали методологічного семінару НАПН України (24 березня 2016 року) / За ред. академіка НАПН України С. Д. Максименка. Київ, 2016. С. 214-221.

39.Чиханцова О. А. Психологія становлення життєстійкості особистості: автореф. дис. ... д-ра психол. наук : 19.00.01 / Чиханцова Олена Анатоліївна ; Нац. акад. пед. наук України, Ін-т психології ім. Г. С. Костюка. - Київ, 2021. - 40 с.

40.Чотирнадцяте загальнонаціональне опитування: психологічні маркери війни (18-19 червня 2022) [Електронний ресурс]. – Режим доступу: [https://ratinggroup.ua/research/ukraine/chetyrnadcatyy\\_obschenacionalnyy\\_opros\\_psihologicheskie\\_markery\\_voyny\\_18-19\\_iyunya\\_2022.html](https://ratinggroup.ua/research/ukraine/chetyrnadcatyy_obschenacionalnyy_opros_psihologicheskie_markery_voyny_18-19_iyunya_2022.html)

41.Фоминова А.Н. Жизнестойкость личности / А.Н. Фоминова. – М: «Прометей», 2012. – 280 с

42.Хованець О. Ю. Теоретичні засади вивчення проблеми життєстійкості в зарубіжних психологічних дослідженнях / О. Ю. Хованець // Наукові записки Національного університету "Острозька академія". Серія : Психологія. - 2017. - Вип. 5. - С. 177-185.

43.Штепа О. С. Емпіричне вивчення психологічних ресурсів особистості /О. С. Штепа // Актуальні проблеми психології: Психологія



особистості. Психологічна допомога особистості / за ред. С. Д. Максименка, М. В. Папучі. – К., 2011. – Т. 11. – Вип. 4. – Ч. 2. – С. 335–361.

44. Штепа О. С. Особистісна зрілість: Модель. Опитувальник. Тренінг : [монографія] / О. Штепа. – Львів : Видавничий центр ЛНУ імені Івана Франка, 2008. – 232 с.

45. Як будувати власне майбутнє: життєві завдання особистості : наук. моногр. / за наук. ред. Т. М. Титаренко ; Національна академія педагогічних наук України, Інститут соціальної та політичної психології. – Кіровоград : Імекс-ЛТД, 2012. – 512 с.

## Індивідуальні показники життєстійкості студентської молоді

Шкала номер	Залученість	Контроль	Прийняття ризиків	Життєстійкість
1	35	30	22	85
2	22	16	15	53
3	22	17	14	50
4	17	18	11	46
5	23	14	11	48
6	21	13	11	45
7	16	16	12	44
8	28	23	15	66
9	23	18	12	53
10	28	22	17	67
11	20	14	14	48
12	29	17	17	63
13	15	12	7	34
14	20	18	14	52
15	19	15	11	45
16	27	23	18	68
17	22	17	11	50
18	28	19	14	61
19	28	19	14	61
20	21	15	9	45
21	26	21	18	65
22	28	19	14	61
23	14	16	11	41
24	25	14	13	52
25	21	19	14	54
26	28	22	18	68

27	19	15	11	45
28	20	19	17	56
29	22	13	11	46
30	24	15	15	54
31	25	20	13	58
32	12	12	12	36
33	11	14	11	36
34	11	13	12	36

№	Додаток Б Таблиця 2.						
	Шкала психол благополуччя Ріффа						
	Позитивні стосунки	Автономія	Управління середовищем	Особистісний ріст	Цілі в житті	Самоприйняття	Психологічне благополуччя
1.	5	7	5	6	6	6	6
2.	3	8	6	7	6	6	6
3.	4	9	6	6	3	2	5
4.	8	10	8	10	8	8	9
5.	5	8	6	6	4	6	6
6.	2	5	5	5	5	4	4
7.	3	6	4	5	4	5	4
8.	2	4	1	1	1	3	1
9.	3	9	6	6	8	8	6
10.	3	8	5	6	6	5	6
11.	7	4	4	4	4	8	4
12.	1	7	7	1	6	1	5
13.	4	2	5	5	4	4	28
14.	2	8	8	6	8	9	30
15.	8	6	2	2	7	5	12
16.	5	8	7	7	5	2	21
17.	6	7	6	8	6	10	10
18.	3	5	8	3	10	6	22
19.	4	3	4	10	6	3	40
20.	7	8	5	1	2	7	23
21.	5	4	6	4	7	2	10
22.	6	6	1	5	3	4	24
23.	8	7	4	9	9	8	12
24.	2	5	7	9	2	5	30
25.	8	8	3	2	5	9	25
26.	4	2	5	6	3	6	26

27.	7	7	8	7	10	3	27
28.	5	4	6	4	6	7	35
29.	2	8	2	5	8	7	28
30.	7	6	7	6	4	9	21
31.	6	7	4	10	6	4	36
32.	8	5	5	3	3	9	22
33.	4	8	7	8	7	5	38
34.	5	4	2	7	5	2	23

**Встановлення статевих відмінностей за компонентом життєстійкості «залученість» у студентської молоді**

(група 1 –юнаки, група 2 – дівчата)

**Ранги**

	група	N	Средний ранг	Сумма рангов
Залученість	1	16	20,5	328,00
	2	18	16,6	265,60
	Всього	34		

**Статистики критерия<sup>a</sup>**

	Залученість
Статистика U Манна-Уитни	102,500
Статистика W Уилкоксона	344,50
Z	-3,666
Асимпт. знч. (двухсторонняя)	,009*

Таблиця 2

**Встановлення статевих відмінностей за компонентом життєстійкості «контроль» у студентської молоді**

(група 1 –юнаки, група 2 – дівчата)

Ранги

	група	N	Средний ранг	Сумма рангов
Контроль	1	16	26,0	416,00
	2	18	16,6	289,80
	Всього	34		

Статистики критерия<sup>a</sup>

	Контроль
Статистика U Манна-Уитни	82,500
Статистика W Уилкоксона	274,50
Z	2,005
Асимпт. знч. (двухсторонняя)	,005*

**Встановлення статевих відмінностей за компонентом життєстійкості «прийняття ризику» у студентської молоді**

(група 1 –юнаки, група 2 – дівчата)

**Ранги**

	група	N	Средний ранг	Сумма рангов
Прийняття ризику	1	16	15,5	325,50
	2	18	10,5	241,50
	Всього	34		

**Статистики критерия<sup>a</sup>**

	Прийняття ризику
Статистика U Манна-Уитни	81,000
Статистика W Уилкоксона	268,20
Z	-2,808
Асимпт. знч. (двухсторонняя)	,005*



**Встановлення статевих відмінностей за загальним рівнем життєстійкості у студентської молоді**

(група 1 –юнаки, група 2 – дівчата)

**Ранги**

	група	N	Средний ранг	Сумма рангов
Залученість	1	16	20,5	328,00
	2	18	16,5	297,00
	Всього	34		

**Статистики критерия<sup>a</sup>**

	Залученість
Статистика U Манна-Уитни	110,300
Статистика W Уилкоксона	360,00
Z	-3,600
Асимпт. знч. (двухсторонняя)	,019*

**Встановлення статевих відмінностей за міжособистісною інтолерантністю до невизначеності у студентській молоді**

(група 1 –юнаки, група 2 – дівчата)

**Ранги**

	група	N	Средний ранг	Сумма рангов
Міжособ інтолерант ність	1	16	19,50	312,00
	2	18	11,50	207,00
	Всього	34		

**Статистики критерия<sup>a</sup>**

	Міжособистісна інтолерантність
Статистика U Манна-Уитни	76,600
Статистика W Уилкоксона	224,500
Z	-3,006
Асимпт. знч. (двухсторонняя)	,005*

**Встановлення статевих відмінностей за складовою психологічного благополуччя «Управління оточенням» у студентській молоді**

(група 1 –юнаки, група 2 – дівчата)

Ранги

	група	N	Средний ранг	Сумма рангов
Цілі	1	16	32,0	512,00
	2	18	22,5	405,00
	Всього	34		

Статистики критерия<sup>a</sup>

	Цілі
Статистика U Манна-Уитни	72,000
Статистика W Уилкоксона	242,000
Z	-3,620
Асимпт. знч. (двухсторонняя)	,005*

**Встановлення статевих відмінностей за складовою психологічного благополуччя «Автономія» у студентської молоді**

**(група 1 –юнаки, група 2 – дівчата)**

Ранги

	група	N	Средний ранг	Сумма рангов
Залученість	1	16	28,5	456,00
	2	18	18,0	324,00
	Всього	34		

**Статистики критерия<sup>a</sup>**

	Залученість
Статистика U Манна-Уитни	73,000
Статистика W Уилкоксона	243,00
Z	-3,000
Асимпт. знч. (двухсторонняя)	,005*