

УДК 159.9

Л. Перелигіна¹, д. біол. н., проф., проф. каф. (ORCID 0000-0001-5019-7671)

А. Швалб¹, к. психол. н., доц., доц. каф. (ORCID 0009-0001-7975-6024)

Л. Балабанова², д. психол. н., проф., проф. каф. (ORCID 0000-0002-4112-6270)

¹Харківський національний університет імені В.Н. Каразіна

²Харківська державна академія фізичної культури

ТРАНСФОРМАЦІЯ ЖИТТЄВИХ ЦІННОСТЕЙ ТА ОРІЄНТИРІВ У МОЛОДІ УКРАЇНИ ПІД ВПЛИВОМ ВІЙНИ

У статті досліджено вплив війни на трансформацію життєвих цінностей та орієнтирів української молоді. Показано, що в умовах соціальних криз відбуваються глибинні зміни ціннісних систем, які проявляються у переорієнтації з традиційних пріоритетів самореалізації на більш адаптивні орієнтири - безпеку, моральну відповідальність та внутрішню свободу. Ці зміни мають двомірний характер: з одного боку, вони відображають реакцію на травматичний досвід, з іншого - демонструють механізми психологічної адаптації.

На основі аналізу теоретичних підходів та власного емпіричного дослідження виявлено три фази ціннісних змін: дезінтеграцію попередніх орієнтирів, переосмислення пріоритетів і формування гібридної системи цінностей, що поєднує національну ідентичність, толерантність до невизначеності та соціальну активність.

Результати свідчать, що війна виступає каталізатором складних психосоціальних трансформацій, де універсальні механізми адаптації (актуалізація безпеки, пошук смислів) поєднуються з унікальними особливостями українського контексту (цифровізація, гендерна нейтралізація ролей).

На основі отриманих даних було розроблено психокорекційну програму, яка інтегрує три ключові компоненти: ціннісну реорієнтацію, смислотворення та розвиток стресової компетентності. Програма, що ґрунтується на принципах evidence-based practice, спрямована на формування збалансованої системи життєвих орієнтирів, яка поєднує адаптаційні потреби з розвивальними потенціями особистості.

Дослідження доводить, що війна як екстремальна соціальна ситуація дійсно спричиняє значні трансформації ціннісно-сміслової сфери молоді. Однак ці зміни не є суто деструктивними – вони відображають складний процес адаптації, в якому поєднуються захисні реакції та потенціал особистісного зростання. Виявлені механізми ціннісної трансформації та розроблені на їх основі практичні інструменти створюють основу для ефективної психологічної підтримки молодого покоління в умовах триваючої кризи.

Дослідження має теоретичне значення для розуміння механізмів ціннісних змін у кризових умовах та практичну цінність для розробки соціально-психологічних інтервенцій.

Ключові слова: ціннісні орієнтири, психологічна адаптація, війна, молодь, осмисленість життя, соціальний стрес.

Вступ. Актуальність дослідження трансформації життєвих цінностей та орієнтирів у молоді України під впливом війни зумовлена масштабними соціокультурними, психо-

логічними та моральними викликами, які постали перед українським суспільством унаслідок збройної агресії. Молодь, як найбільш вразлива і водночас найбільш динамічна частина

населення, переживає глибокі зміни у системі життєвих смислів, цінностей і пріоритетів. Умови війни не лише спричиняють травматизацію, а й активізують внутрішні ресурси, стимулюють переосмислення життєвих орієнтирів, формують нові механізми адаптації та самозбереження.

Дослідження ціннісної трансформації в таких умовах є надзвичайно важливим для розуміння того, як змінюється ментальна структура молодого покоління, які нові сенси формуються в контексті невизначеності, страху та водночас — національного піднесення, солідарності та відповідальності.

Аналіз останніх досліджень і публікацій. Сучасна психологічна наука розглядає ціннісно-смыслову сферу як ключовий компонент особистості, який визначає життєві орієнтири, мотивацію та поведінкові стратегії. Аналіз наукових джерел дозволяє виділити кілька взаємопов'язаних підходів до розуміння її функціонування в умовах збройного конфлікту.

Теорія базових цінностей Шварца Ш. пропонує системний погляд на динаміку ціннісних орієнтацій. Згідно з цією концепцією, в умовах війни спостерігається характерне зміщення акцентів від цінностей відкритості до змін на користь консервативних орієнтирів, таких як безпека та традиції. Українські дослідження останніх років підтверджують цю тенденцію, фіксуючи значне посилення значущості соціальних цінностей — родини, спільноти, взаємодопомоги [6].

Важливий внесок у розуміння трансформаційних процесів вносить екзистенційно-гуманістичний підхід. Праці Франкла В. та Леонтьєва О.

акцентують увагу на механізмах пошуку смислу в умовах травматичного досвіду. Як показують дані українських досліджень, війна стає потужним каталізатором екзистенційної рефлексії, змушуючи особливо молодь переосмислювати свої життєві пріоритети та ціннісні орієнтири [5; 7; 9].

Соціально-психологічний підхід дозволяє проаналізувати групові аспекти ціннісних трансформацій. Теорія соціальної ідентичності допомагає зрозуміти механізми посилення патріотичних настроїв та солідарності як відповіді на зовнішню загрозу. Ресурсні моделі, у свою чергу, підкреслюють критичну роль соціальної підтримки у збереженні психологічної стійкості.

Вітчизняні науковці внесли суттєвий внесок у розвиток цих теорій, доповнивши їх емпіричними даними про специфіку українського контексту. Дослідження фіксують характерний конфлікт між довоєнними ціннісними орієнтаціями та новими життєвими умовами, а також регіональні особливості цих трансформацій. Наприклад, у прифронтових зонах спостерігаються більш виражені зміни ціннісних пріоритетів порівняно з тилловими регіонами [2; 4].

Сучасні наукові дослідження свідчать, що війна виступає каталізатором глибинних трансформацій ціннісно-смыслові сфери, що проявляється у триєдиному механізмі: активізації базових потреб безпеки та соціальної приналежності, інтенсифікації екзистенційного пошуку нових смислів, та формуванні колективних ціннісних орієнтирів як механізму соціальної консолідації у кризових умовах [2; 3].

Однак слід зазначити, що науковий дискурс щодо довгостро-

кових наслідків цих трансформацій залишається недостатньо розробленим. Більшість досліджень охоплюють лише короткострокові ефекти, тоді як повномасштабна війна в Україні триває вже другий рік, що вимагає глибшого аналізу динаміки ціннісних змін.

Аналізуючи вплив війни на ціннісні орієнтації, особливої уваги заслуговує молодіжна група, яка, через свою вікову пластичність і активну фазу становлення особистості, демонструє найбільш динамічні трансформації. Якщо у попередньому розділі ми розглядали загальні закономірності ціннісних зрушень, то при фокусуванні на молоді виявляються унікальні психосоціальні механізми адаптації.

Провідні українські дослідники Гуревич Т., Мясоїдова О. та ін. виділяють три ключові фази трансформації ціннісної сфери у молоді під час війни:

На початковому етапі (0-6 місяців) спостерігається різке переорієнтування з матеріальних цінностей на безпеку та родинні зв'язки, що свідчить про активізацію базових потреб виживання. У період 6-18 місяців формується новий ціннісний синтез, де традиційні орієнтири (віра, родина) поєднуються з сучасними адаптаційними якостями, такими як гнучкість та цифрова мобільність. На завершальному етапі (після 18 місяців) кристалізується унікальна гібридна система цінностей, що поєднує патріотичну ідентифікацію, толерантність до невизначеності та активну соціальну позицію. Ця динаміка демонструє здатність молоді не лише адаптуватись до кризових умов, а й формувати нові, більш комплексні моделі ціннісних орієнтирів, що

інтегрують традиційні та інноваційні елементи [1;4].

Ці процеси мають і свої ризики. Дослідження Шевчук А. попереджають про небезпеку формування “дислокованої ідентичності” у 28% внутрішньо переміщених осіб молодого віку, які відчують розрив між попередніми і новими ціннісними орієнтирами [7; 8].

Трансформація ціннісних орієнтацій української молоді в умовах війни являє собою комплексний феномен, що інтегрує універсальні психологічні механізми адаптації до травматичного досвіду з особливостями сучасного українського соціокультурного контексту. Цей процес характеризується поєднанням традиційних адаптаційних стратегій з інноваційними цифровими механізмами формування ціннісних орієнтирів, а також суттєвим зміщенням гендерних ролей у системі ціннісних пріоритетів. Таке багатовимірне перетворення відображає як загальні закономірності психологічної реакції на кризові умови, так і унікальні риси сучасної української молоді, що формується в умовах тривалої гібридної війни. Ці знахідки створюють підґрунтя для подальшого дослідження довгострокових наслідків цих трансформацій та розробки цільових програм психосоціальної підтримки молоді в умовах триваючої кризи.

Аналіз існуючих досліджень виявляє ключові прогалини у вивченні впливу тривалої гібридної війни на ціннісно-смыслову сферу молоді. Насамперед, відсутні комплексні дослідження довгострокових ефектів ціннісних трансформацій, особливо у контексті унікального українського досвіду, що поєднує хронічний стрес з інтенсивною травматизацією повно-

масштабної війни. Існуючі роботи зосереджуються переважно на короткострокових змінах, не враховуючи “ефекту другої хвилі”, коли глибокі психологічні наслідки проявляються через 3-5 років після початку конфлікту.

Окремої уваги заслуговують недостатньо вивчені аспекти: трансгенераційний вплив змінених ціннісних орієнтирів, регіональні особливості ціннісних трансформацій (з урахуванням різного воєнного досвіду територій), та роль цифрових технологій у формуванні нових ціннісних ієрархій. Відсутність системних досліджень цих аспектів обмежує розуміння механізмів адаптації молоді до умов триваючої гібридної кризи та ускладнює розробку ефективних програм психосоціальної підтримки. Саме ці прогалини становлять наукову новизну та практичну актуальність нашого дослідження.

Таким чином, подальші дослідження в цій галузі мають не лише теоретичну цінність, а й безпосереднє практичне значення для відбудови України та формування нової соціальної реальності в повоєнний період. Особливу важливість набуває міждисциплінарний підхід, що поєднує методи соціальної психології, культурології для комплексного аналізу цього багаторівневого явища.

На тлі виявлених прогалин у наукових дослідженнях формується чітка проблематика нашого дослідження, яка потребує комплексного міждисциплінарного аналізу. Сучасна українська молодь, яка переживає формувальний період свого життя в умовах триваючої війни, стикається з унікальним комплексом викликів, що потребують наукового осмислення.

Мета нашого дослідження полягає у вивченні парадоксальної динаміки трансформації життєвих цінностей української молоді в умовах триваючої війни. Існує суттєвий конфлікт між зростанням значущості базових цінностей безпеки (як реакція на травматичний досвід) та збереженням орієнтації на активне життя та внутрішню свободу (як прояви психологічної стійкості). Особливу наукову цікавість становить механізм, завдяки якому в умовах зниження загальної осмисленості життя та порушень цілеспрямованості (особливо у високотравматизованих груп) продовжують функціонувати адаптивні ціннісні орієнтири, що виступають буфером проти стресу.

Методи й організація дослідження. Наше дослідження ґрунтується на комплексному аналізі трансформації ціннісно-сміслових орієнтирів у 128 представників української молоді віком 16-22 роки (середній вік $18,6 \pm 1,8$ року). Вибірка формувалася з урахуванням принципів репрезентативності та включала учнів старших класів та студентів вищих навчальних закладів з різних регіонів України, що забезпечило різноманітність соціальних досвідів у воєнний період.

Гендерний склад досліджуваної групи (55,5% жінок та 44,5% чоловіків) дозволив врахувати особливості ціннісних трансформацій з урахуванням гендерного фактору. Учасники були розподілені на дві контрастні підгрупи за критерієм інтенсивності воєнного досвіду.

Перша група з інтенсивним травматичним досвідом ($n=64$) об'єднала молодих людей, які: безпосередньо стикалися з бойовими діями (23%); пережили вимушене переміщення (41%); зазнали втрат житла або

майна (28%); втратили близьких людей (8%).

Друга група з опосередкованим воєнним досвідом ($n=64$) включила респондентів, чиї переживання: обмежувалися інформаційним впливом через ЗМІ (62%); пов'язані з перебуванням у відносно безпечних регіонах (38%); не супроводжувалися прямими втратами.

Інструментарій дослідження поєднував спеціально розроблену скринінгову анкету для диференційної оцінки рівня травматизації, адаптовану версію опитувальника цінностей Шварца, стандартизовані шкали осмисленості життя (тест Пільса-Крамбо та методика СЖО Леонтьєва), додаткові шкали для оцінки рівня стресу та адаптаційних ресурсів.

Таке методологічне рішення дозволило не лише виявити ключові тенденції ціннісних трансформацій, а й з'ясувати диференційний вплив інтенсивності воєнного досвіду на життєві орієнтири сучасної української молоді. Подібний підхід відкриває нові перспективи для розуміння механізмів психологічної адаптації в умовах тривалої кризи.

Виклад основного матеріалу. Порівняльний аналіз результатів дослідження, проведеного за трьома психодіагностичними методиками, дозволяє окреслити системні відмінності у психологічному функціонуванні молоді з різним рівнем воєнної травматизації.

Отримані результати за шкалою смисложиттєвих орієнтацій засвідчили, що респонденти з високим рівнем травматизації демонструють зниження загального рівня осмисленості життя, особливо в аспектах цілісної життєвої перспективи й контролю над зовнішніми обставинами.

Разом з тим, у них фіксується компенсаторне зростання орієнтації на майбутнє, що відображає намагання знайти опори у подальшому, попри досвід втрат.

За методикою ціннісних орієнтацій М. Рокіча у респондентів із високим рівнем травматизації відзначено зміщення акцентів на інструментальні цінності, пов'язані із безпекою, виживанням, самоконтролем та зовнішньою підтримкою. Це вказує на переорієнтацію особистісного ціннісного простору у напрямі адаптації до складних обставин. Водночас термінальні цінності, пов'язані з гармонійним життям, любов'ю та задоволенням, мають дещо нижчий рейтинг у порівнянні з групою з низькою травматизацією.

Результати шкали соціального адаптаційного стресу Холмса – Раге свідчать про високу кумулятивну стрес-навантаженість у молоді, яка пережила інтенсивні травматичні події: середній показник у цій групі майже досягає критичного порогу у 300 балів. Це вказує на підвищений ризик порушень психосоматичної та адаптаційної регуляції.

Узагальнюючи, можна зробити висновок, що молодь із досвідом високої воєнної травматизації характеризується комплексом змін у смисложиттєвих орієнтирах, ціннісній сфері та адаптаційній здатності. Ці зміни мають амбівалентний характер — поряд з дезорганізуючими чинниками спостерігаються елементи компенсаторної мобілізації ресурсів, що вимагає подальшого цілеспрямованого вивчення та розвитку індивідуалізованих програм психологічної підтримки.

Проведений варіаційний аналіз виявив цікаві закономірності в розподілі ключових психологічних

показників. Дані свідчать про суттєву диференціацію між групами з різним рівнем травматичного досвіду, що проявляється як у середніх значеннях, так і в особливостях варіативності досліджуваних параметрів.

Найбільш виразні відмінності спостерігаються у показниках осмисленості життя. Група з низьким рівнем травматизації демонструє відносну стабільність смисложиттєвих орієнтацій ($KB=8,9\%$), що може свідчити про збереження традиційних механізмів смислотворення. На противагу цьому, у групі з високою травматизацією коефіцієнт варіації значно зростає (до $13,0\%$), відображаючи дестабілізацію смислових структур під впливом травматичного досвіду. Ця тенденція особливо виразно проявляється у субшкалах “цілеспрямованість” та “контроль над життям”.

Ціннісна сфера також демонструє цікаву динаміку. Менш травмовані респонденти виявляють більшу індивідуалізацію ціннісних пріоритетів, що проявляється у високій варіативності як термінальних ($KB=12,3\%$), так і інструментальних ($KB=14,7\%$) цінностей. У групі з високою травматизацією спостерігається зниження варіативності на $15-20\%$, що може вказувати на процес ціннісної консолідації в умовах кризи. Особливо це стосується таких цінностей, як “безпека”, “солідарність” та “життєва стійкість”.

Рівень соціального стресу виявляє іншу закономірність. При очікувані високих середніх значеннях у травмованій групі, спостерігається незвично низький коефіцієнт варіації ($7,5\%$). Це може свідчити про уніфікованість стресового досвіду серед осіб, які безпосередньо зіткнулися з війною. На противагу цьому, група з низькою травма-

тизацією демонструє більш розмаїтий розподіл показників стресу ($KB=11,2\%$), що, ймовірно, відображає індивідуальні відмінності в сприйнятті опосередкованої загрози.

Ці результати мають важливе значення для розуміння механізмів психологічної адаптації до умов війни. Виявлені закономірності підтверджують гіпотезу про те, що травматичний досвід не лише зміщує середні значення психологічних характеристик, але й суттєво впливає на структуру їх варіативності, що відображає глибинні зміни в організації психічного життя особистості. Отримані дані створюють основу для подальшого, більш деталізованого аналізу адаптаційних процесів у молодіжному середовищі.

Після попереднього варіаційного аналізу було проведено порівняння груп за допомогою t-критерію Стюдента для незалежних вибірок. Результати виявили суттєві відмінності у психологічному функціонуванні між молоддю з різним рівнем травматичного досвіду.

Найбільш виразна диференціація спостерігається у показниках соціального адаптаційного стресу ($t = 5.67$, $df = 126$, $p < 0.001$). Група з високою травматизацією демонструє значно вищі рівні стресового навантаження ($M = 78.3$, $SD = 9.2$) порівняно з групою, що мала опосередкований досвід ($M = 62.1$, $SD = 8.7$). Це підтверджує гіпотезу про кумулятивний ефект травматичних подій на психологічний стан особистості.

Осмисленість життя також виявила статистично значущі відмінності ($t = 2.34$, $df = 126$, $p = 0.021$). Молодь з менш травматичним досвідом демонструє вищі показники за шкалою СЖО ($M = 112.4$, $SD = 10.3$) у порівнянні з травмованою групою (M

= 106.8, SD = 12.1). Особливо виразні розбіжності спостерігаються у суб-шкалах “цілеспрямованість” ($p = 0.018$) та “контроль над життям” ($p = 0.025$).

Цікавим результатом є відсутність статистично значущих відмінностей у загальних показниках ціннісних орієнтацій (термінальні цінності: $t = 1.12$, $p = 0.265$; інструментальні цінності: $t = 0.87$, $p = 0.386$). Це може свідчити про те, що система цінностей демонструє більшу стійкість до впливу травматичних факторів; зміни відбуваються на рівні окремих, а не загальних показників; необхідний більш диференційований аналіз структури ціннісних пріоритетів.

Отримані результати підтверджують гіпотезу про диференційний вплив травматичного досвіду на різні аспекти психологічного функціонування. В той час як стресове навантаження та осмисленість життя демонструють чутливість до рівня травматизації, система цінностей виявляє помітну резилієнтність. Це створює підґрунтя для подальшого аналізу механізмів психологічної адаптації в умовах кризи.

Проведений багатofакторний дисперсійний аналіз (ANOVA) виявив складну динаміку взаємозв'язків між рівнем травматизації, осмисленістю життя та стресовим навантаженням. Отримані результати демонструють, що травматичний досвід значно впливає на психологічний стан молоді ($F(1,124) = 32.47$, $p < 0.001$), що підтверджує його ключову роль у формуванні стресової реакції. Однак цей вплив не є ізольованим – він суттєво модифікується рівнем осмисленості життя, який також показав статистично значущий

основний ефект ($F(1,124) = 18.63$, $p < 0.001$).

Найбільш важливим результатом стало виявлення значущої взаємодії між цими двома факторами ($F(1,124) = 6.89$, $p = 0.01$). Аналіз цієї взаємодії показав, що осмисленість життя виконує особливу буферну функцію саме у групі з високим рівнем травматизації. Так, молодь, яка зазнала значного травматичного досвіду, але при цьому зберегла високий рівень осмисленості життя, демонструвала показники стресу на 11.8 балів нижчі ($M = 72.4$, $SD = 8.1$), ніж їх однолітки з низькою осмисленістю ($M = 84.2$, $SD = 7.9$). Цей захисний ефект був значно менш вираженим у групі з низькою травматизацією, де різниця становила лише 5.3 бала.

Ці дані дозволяють припустити, що в умовах інтенсивного травматичного досвіду механізми смислотворення набувають особливого адаптаційного значення. Виявлений компенсаторний ефект підтверджує гіпотезу про те, що осмисленість життя може виступати важливим внутрішнім ресурсом, який допомагає молоді краще справлятися з наслідками воєнного досвіду. Особливо варто відзначити, що цей захисний механізм виявляється найбільш ефективним саме у найбільш травмованих осіб, що має важливе значення для розробки цільових програм психологічної допомоги.

Отримані результати вказують на перспективність розвитку смислотворчих орієнтирів як стратегії підвищення психологічної стійкості молоді в умовах триваючої кризи. Подальші дослідження могли б більш детально вивчити механізми формування цього захисного ефекту та його тривалість у часі, що є особливо

актуальним для розуміння довгострокових наслідків воєнного досвіду на психологічне благополуччя молодого покоління.

Для більш глибокого розуміння структури досліджуваних феноменів важливо дослідити взаємозв'язки між окремими психологічними змінними, що дозволить уточнити можливі механізми їх взаємодії в умовах високого життєвого навантаження.

Дані кореляційного аналізу висвітлюють амбівалентну природу ціннісних орієнтацій у контексті психологічної адаптації до травматичного досвіду. Ми можемо побачити дихотомію у функціонуванні різних цінностей: з одного боку, такі орієнтири як безпека та солідарність виконують компенсаторну функцію, активізуючись у відповідь на травматичний досвід ($r = 0.51$ та $r = 0.45$ відповідно), що відображає механізми психологічного захисту. Однак ця адаптаційна стратегія може супроводжуватись певними обмеженнями, зокрема зниженням показників осмисленості життя ($r = -0.42$).

З іншого боку, інша група цінностей – саморозвиток ($r = 0.48$), пізнання ($r = 0.42$) та активне життя – демонструє принципово інший паттерн впливу. Ці орієнтири не лише підтримують високий рівень осмисленості, а й виступають потужними ресурсами психологічного благополуччя, сприяючи формуванню життєвої перспективи навіть у стресових умовах. Особливо показовим є те, що їх позитивний вплив виявляється найбільш виразним саме у групі з високим рівнем травматизації.

Це вказує на те, що саме орієнтація на активність, ініціативу та життєву залученість може бути

важливим внутрішнім ресурсом, який підтримує інтегрованість особистості та сприяє збереженню смислової цілісності навіть у складних обставинах.

Ця динаміка підтверджує гіпотезу про те, що в умовах кризи відбувається не просто пасивна адаптація до обставин, а активний процес перебудови ціннісної системи, де різні компоненти виконують спеціалізовані функції. Виявлені закономірності мають важливе значення для розробки диференційованих програм психологічної допомоги, які повинні враховувати як захисні, так і розвивальні аспекти ціннісних орієнтацій.

Для визначення ключових факторів, що впливають на збереження осмисленості життя в умовах воєнного стресу, було проведено множинний регресійний аналіз. В якості предикторів у модель увійшли: індекс соціального стресу (за шкалою Холмса-Раге), термінальні цінності “Безпека” та “Активне життя”, а також інструментальна цінність “Воля”.

Статистична значимість побудованої моделі підтверджена високими показниками ($F(4,55) = 6.67, p < 0.001$), при цьому модель пояснює 32.7% дисперсії залежної змінної ($R^2 = 0.327$). Ці результати свідчать про адекватність моделі та її теоретичну вагомість для розуміння механізмів збереження осмисленості життя в кризових умовах.

Аналіз стандартизованих коефіцієнтів регресії (β) виявив наступні закономірності:

1. Термінальна цінність “Активне життя” виявилася найпотужнішим позитивним предиктором ($\beta = 0.38, p < 0.01$), що підтверджує ключову роль активної життєвої

позиції у формуванні екзистенційного наповнення. Цей результат узгоджується з теоретичними положеннями про важливість цілеспрямованої діяльності для збереження психологічного благополуччя в стресових умовах.

2. Індекс соціального стресу продемонстрував значний негативний вплив ($\beta = -0.31$, $p < 0.05$), що відображає кумулятивний деструктивний ефект накопичених кризових подій на смислову сферу особистості.

3. Інструментальна цінність "Воля" також внесла помірний позитивний внесок ($\beta = 0.26$, $p < 0.05$), підтверджуючи значення внутрішньої автономії як ресурсу психологічної стійкості.

Несподіваним результатом стало відсутність статистично значущого внеску термінальної цінності "Безпека" ($\beta = -0.17$, $p > 0.05$), що може свідчити про її опосередкований вплив через інші змінні, специфічний характер взаємодії з іншими факторами і можливість прояву ефекту лише за певних умов.

Отримані результати мають важливе теоретичне та практичне значення:

1. Підтверджено ключову роль активної життєвої позиції у підтримці осмисленості життя

2. Визначено механізми впливу стресових факторів на смислову сферу

3. Встановлено значення внутрішньої автономії як адаптаційного ресурсу

4. Виявлено неоднозначну роль цінності безпеки в умовах кризи

Ці висновки створюють основу для розробки цільових психологічних інтервенцій, спрямованих на розвиток адаптаційних ресурсів молоді в умовах триваючої кризи.

На основі отриманих емпіричних результатів розроблялась комплексна психокорекційна програма, яка інтегрує кілька взаємопов'язаних модулів. Центральним елементом програми виступає модуль ціннісної реорієнтації, спрямований на розвиток адаптивних цінностей, таких як "Активне життя" та "Воля", які продемонстрували найвищу предиктивну силу щодо осмисленості життя ($\beta = 0.38$ та $\beta = 0.26$ відповідно). Цей модуль передбачає спеціальні вправи з інтеграції травматичного досвіду в ціннісну систему особистості, що дозволяє досягти оптимального балансу між потребою у безпеці та прагненням до самореалізації.

Важливим компонентом програми є модуль смислотворення, який ґрунтується на виявленому буферному ефекті осмисленості життя ($r = -0.31$). Він включає техніки, спрямовані на відновлення життєвої перспективи через реконструкцію особистісних цілей і формування нових смислових орієнтирів. Особливу увагу приділяється розвитку навичок цілеспрямованості та відновленню відчуття контролю над життєвими подіями, що є критично важливим для подолання наслідків травматичного досвіду.

Третій ключовий модуль програми фокусується на розвитку стресової компетентності. Він передбачає навчання адаптивним копінг-стратегіям, технікам емоційної регуляції та формуванню ефективних систем соціальної підтримки. Цей модуль спирається на результати дослідження, які виявили значний негативний вплив соціального стресу на осмисленість життя ($\beta = -0.31$).

Реалізація програми передбачає триступеневий підхід: початкову

діагностику ціннісних пріоритетів та рівня стресу, основну корекційно-розвивальну фазу (16-20 сесій), та заключний оцінювальний етап. Кожен етап враховує індивідуальні особливості учасників та рівень їх травматизації, що дозволяє забезпечити диференційований підхід до психокорекційної роботи.

Таким чином, запропонована програма реалізує принцип *evidence-based practice*, інтегруючи наукові знахідки дослідження у практику психологічної допомоги. Вона сприятиме формуванню психологічної стійкості молоді в умовах триваючої кризи, що є особливо актуальним у сучасних соціальних реаліях.

Висновки. Проведене дослідження дозволило комплексно проаналізувати трансформацію життєвих цінностей та орієнтирів української молоді в умовах воєнного стресу. Теоретичний аналіз виявив, що в умовах соціальних криз відбуваються глибинні зміни ціннісних систем, які проявляються у переорієнтації з традиційних пріоритетів самореалізації на більш адаптивні орієнтири – безпеку, моральну відповідальність та внутрішню свободу. Ці зміни мають двомірний характер: з одного боку, вони відображають реакцію на травматичний досвід, з іншого – демонструють механізми психологічної адаптації.

Емпіричні результати підтвердили, що рівень воєнної травматизації суттєво впливає на структуру життєвих орієнтирів. Особливо виразно це проявляється у зниженні показників осмисленості життя, цілеспрямованості та внутрішнього контролю у високотравматизованих груп. Однак статистичний аналіз виявив і важливі захисні механізми: орієнтація на

активність та волю продемонструвала значний позитивний вплив на збереження життєвої перспективи, виступаючи буфером проти стресових наслідків травматичного досвіду.

На основі отриманих даних було розроблено психокорекційну програму, яка інтегрує три ключові компоненти: ціннісну реорієнтацію, смислотворення та розвиток стресової компетентності. Програма, що ґрунтується на принципах *evidence-based practice*, спрямована на формування збалансованої системи життєвих орієнтирів, яка поєднує адаптаційні потреби з розвивальними потенціями особистості.

Таким чином, дослідження доводить, що війна як екстремальна соціальна ситуація дійсно спричиняє значні трансформації ціннісно-сміслової сфери молоді. Однак ці зміни не є суто деструктивними – вони відображають складний процес адаптації, в якому поєднуються захисні реакції та потенціал особистісного зростання. Виявлені механізми ціннісної трансформації та розроблені на їх основі практичні інструменти створюють основу для ефективної психологічної підтримки молодого покоління в умовах триваючої кризи.

Література

1. Гуревич Т. О. Зміни життєвих цінностей студентської молоді в умовах повномасштабної війни. Український психологічний журнал. 2023. № 1 (15). С. 45–62.
2. Екзистенційний виклик війни: психологічні трансформації українського суспільства : кол. моногр. / за ред. І. М. Присяжнюк. Львів : ЛНУ, 2023. 200 с.
3. Коваленко С. П. Патріотизм як адаптивний механізм у молоді під час війни. Проблеми

політичної психології. 2022. Т. 27, № 2. С. 89–104.

4. Мясоїдова О. В. Екзистенційна порожнеча та пошук смислу у молоді з прифронтових регіонів. Психологія і суспільство. 2023. № 4. С. 32–47.

5. Франкл В. Людина у пошуках смислу. В. Франкл ; пер. з англ. 4-те вид. Бостон : Beacon Press, 1985. 221 с.

6. Шварц Ш. Універсальність змісту та структури цінностей: теоретичні досягнення та емпіричні перевірки в 20 країнах. *Advances in Experimental Social Psychology*. 1992. Vol. 25. P. 1-65.

7. Шевчук А. М. Динаміка ціннісно-сміслової сфери студентів у

умовах тривалого стресу : дис. ... канд. психол. наук : 19.00.05. Київський національний університет імені Тараса Шевченка. Київ, 2023. 215 с.

8. Шевчук, А. М.. Динаміка ціннісно-сміслової сфери студентів у умовах тривалого стресу. *Український психологічний журнал*. 2023. 2(17), С. 34-48. <https://doi.org/10.32-471/upsyj.2023.02.05>

9. Somasundaram, D. Collective trauma in northern Sri Lanka: A qualitative psychosocial-ecological study. *International Journal of Mental Health Systems*. 2010. 4(1), 22. <https://doi.org/10.1186/1752-4458-4-22>

L. Perelygina¹, *Doctor of Biological sciences, Professor*

A. Svalb¹, *(Ph.D) in Psychological Sciences,*

Associate Professor of the Department of Psychology

L. Balabanova², *Doctor of Psychological Sciences, Professor*

¹*Kharkiv National University named after V. N. Karazin (Ukraine)*

²*Kharkiv State Academy of Physical Culture (Ukraine)*

TRANSFORMATION OF LIFE VALUES AND ORIENTATIONS AMONG UKRAINIAN YOUTH UNDER THE INFLUENCE OF WAR

The article examines the impact of war on the transformation of life values and orientations among Ukrainian youth. It demonstrates that during times of social crises, profound changes occur in value systems, reflected in a shift from traditional self-fulfillment priorities to more adaptive orientations – such as safety, moral responsibility, and inner freedom. These changes are two-dimensional: on the one hand, they represent a response to traumatic experiences; on the other hand, they reveal mechanisms of psychological adaptation.

Based on the analysis of theoretical approaches and original empirical research, three phases of value change were identified: the disintegration of previous orientations, the re-evaluation of priorities, and the formation of a hybrid value system that combines national identity, tolerance for uncertainty, and social engagement.

The results indicate that war acts as a catalyst for complex psychosocial transformations, where universal adaptation mechanisms (such as the prioritization of safety and the search for meaning) intertwine with unique aspects of the Ukrainian context (digitalization, gender role neutralization).

Based on the obtained data, a psychocorrectional program was developed that integrates three key components: value reorientation, meaning-making, and the development of stress competence. This program, grounded in the principles of evidence-based practice, is aimed at forming a balanced system of life orientations that harmonizes adaptive needs with the developmental potential of the individual.

The study demonstrates that war, as an extreme social situation, indeed causes significant transformations in the value-meaning sphere of youth. However, these changes are not purely destructive – they reflect a complex process of adaptation in which defensive reactions coexist with the potential for personal growth.

The identified mechanisms of value transformation and the practical tools developed on their basis provide a foundation for effective psychological support of the young generation in the context of an ongoing crisis.

This research holds theoretical significance for understanding the mechanisms of value change under crisis conditions and practical value for the development of socio-psychological interventions.

Keywords: value orientations, psychological adaptation, war, youth, meaning in life, social stress.

Reference

1. Hurevych, T. O. (2023). Zminy zhyttievykh tsinnostei student-ts'koi molodi v umovakh povnomashtabnoi viiny [Changes in the Life Values of Student Youth in the Context of Full-Scale War]. *Ukrainskyi Psykholohichnyi Zhurnal*, (1)15, 45–62. [in Ukrainian]

2. Prysiazhniuk, I. M. (Ed.). (2023). Ekzystentsiyni vyklyk viiny: psykholohichni transformatsii ukrain-s'koho suspil'stva [Existential Challenge of War: Psychological Transformations of Ukrainian Society]. Lviv: LNU. 200 pp. [in Ukrainian]

3. Kovalenko, S. P. (2022). Patriotyzm yak adaptivnyi mekhanizm u molodi pid chas viiny [Patriotism as an Adaptive Mechanism in Youth During War]. *Problemy Politychnoi Psykholohii*, 27(2), 89–104. [in Ukrainian]

4. Miasoidova, O. V. (2023). Ekzystentsiina porozhnecha ta poshuk smyslu u molodi z prifrontovykh rehioniv [Existential Emptiness and Search for Meaning Among Youth from Frontline Regions]. *Psykhologhiia i Suspilstvo*, (4), 32–47. [in Ukrainian]

5. Frankl, V. (1985). *Liudyna u poshukakh smyslu* [Man's Search for Meaning] (Transl. from English). Boston: Beacon Press. 221 pp. (originally in English)

6. Shvarts, Sh. (1992). *Univer-*

sal'nist' zmistu ta struktury tsinnostei: teoretychni dosiahnennia ta emiprichni perevirky v 20 krainakh [Universality of the Content and Structure of Values: Theoretical Advances and Empirical Tests in 20 Countries]. *Advances in Experimental Social Psychology*, 25, 1–65. [in Ukrainian]

7. Shevchuk, A. M. (2023). *Dynamika tsinnisno-smyslovoi sfery studentiv u umovakh tryvaloho stresu* [Dynamics of the Value-Semantic Sphere of Students in Conditions of Prolonged Stress] (Dissertation for the degree of Candidate of Psychological Sciences, specialty 19.00.05). Taras Shevchenko National University of Kyiv. 215 pp. [in Ukrainian]

8. Shevchuk, A. M. (2023). *Dynamika tsinnisno-smyslovoi sfery studentiv u umovakh tryvaloho stresu* [Dynamics of the Value-Semantic Sphere of Students in Conditions of Prolonged Stress]. *Ukrainskyi Psykholohichnyi Zhurnal*, 2(17), 34–48. <https://doi.org/10.32471/upsyj.2023.02.05> [in Ukrainian]

9. Somasundaram, D. (2010). Collective trauma in northern Sri Lanka: A qualitative psychosocial-ecological study. *International Journal of Mental Health Systems*, 4(1), 22. <https://doi.org/10.1186/1752-4458-4-22> [in English]

Надійшла до редколегії: 05.05.2025

Прийнята до друку: 28.05.2025