

ОСОБЛИВОСТІ СЕНСОЖИТТЄВИХ ОРІЄНТАЦІЙ УКРАЇНЦІВ, ЯКІ ТИМЧАСОВО ПРОЖИВАЮТЬ У ПОЛЬЩІ

Дмитренко Вікторія

*студентка 2 курсу магістратури спеціальності 053 – Психологія
Львівський національний університет імені Івана Франка
м. Львів, Україна*

Сучасне суспільство все частіше стикається зі збільшенням числа людей, які змушені до тимчасового переміщення через війни, конфлікти, природні катастрофи та інші небезпечні ситуації. Україна відчула на собі наслідки війни, яка триває більше десяти років, від якої страждають мільйони людей. Згідно з даними ООН, кількість тимчасово переміщених осіб через війну в Україні досягла декількох мільйонів. Багато з них опинилися в Польщі, де зіткнулися з необхідністю адаптуватися до нових умов життя [4, с. 158]. Особи, які стикнулися з вимушеним переселенням, часто переживають радикальні зміни в своєму житті, що можуть призвести до переосмислення цінностей та орієнтацій. Це робить дослідження сенсожиттєвих орієнтацій тимчасово переміщених осіб надзвичайно важливим у сучасному суспільному контексті.

Метою дослідження є теоретичний аналіз впливу вікових особливостей на сенсожиттєві орієнтації тимчасово переміщених осіб з метою розкриття та розуміння їх динаміки на різних етапах життя. Результати дослідження допоможуть виявити, як аспекти віку впливають на сприйняття сенсу життя та адаптаційні стратегії цих осіб. Аналіз та вивчення цього явища може допомогти розкрити психологічний стан, потреби та можливості цієї категорії населення, що в свою чергу сприятиме розробці ефективних стратегій підтримки, адаптації та реінтеграції. Таким чином, вивчення сенсожиттєвих орієнтацій тимчасово переміщених осіб має важливе практичне значення для психологічної та соціальної підтримки цієї вразливої категорії населення.

У психології зазвичай розглядають сенс життя як певний конструкт, основний фундамент, який забезпечує людині гармонійне та ефективне життя, а його втрата може викликати серйозні наслідки. Так, польський психолог К. Обуховський зауважує: «Як властивістю птахів є потреба літати, так властивістю дорослої людини є потреба знайти сенс свого життя» [5, с. 164].

Як відомо, життя людини складається з певних вікових етапів: дитинства, юності, молодості, зрілості, старості. Загальні фактори

(психоемоційні, біологічні), властиві для кожного з цих етапів, обумовлюють і певні особливості проявів сенсу життя на певному етапі, і ці особливості варто також враховувати [3, с. 74]. Прийнято вважати, що наявність сенсу життя на будь-якому етапі, а також прагнення знайти його має позитивне значення для особистості є основою благополуччя людини. Проте, однією з основних характеристик такого психологічного явища, як сенс життя є його багатозначність та змінність. Цікавим є той факт, що втративши сенс існування, людина може позбавити себе життя, але, так само вона жертвує життям заради реалізації свого сенсу життя [1, с. 135].

У контексті розвитку психології та філософії постало питання про врахування конкретних життєвих ситуацій у пошуках сенсу. Зростання інтересу до психологічних та філософських аспектів цих питань призвело до розгляду концепції сенсожиттєвих орієнтацій, яка враховує не лише абстрактний сенс життя, а й конкретні ситуації, що впливають на індивідуальний пошук сенсу. Сенсожиттєві орієнтації – явище, яке відображає систему індивідуальних цінностей, переконань і життєвих пріоритетів, які й визначають спрямованість особистості у цьому процесі.

Сенсожиттєві орієнтації – це психологічний конструкт, який описує індивідуальний підхід людини до світу, її спосіб сприйняття та реагування на навколишнє середовище. Цей термін описує комплексний набір характеристик, які включають у себе емоційну вразливість, відкритість до нового досвіду, уважність до власних та чужих емоцій, та відповідальність за власні дії [2, с. 53].

Основними аспектами сенсожиттєвих орієнтацій можна вважати такі складові, як: емпатія (здатність людини відчувати та розуміти емоції інших людей, співчувати їхнім переживанням та реагувати на них), уважність (спроможність бути уважним до власних емоцій та переживань, а також емоційного стану інших людей), сприйняття навколишнього світу (відкритість до нового досвіду, здатність приймати різноманітність життєвих ситуацій та бути відкритим до нових ідей), здатність до саморефлексії (вміння визначати свої емоції, розуміти їх джерела та вплив на власні дії). Ці аспекти можуть варіюватися в кожній людині і впливати на її спосіб сприйняття та взаємодії з навколишнім середовищем. Також, сенсожиттєві орієнтації грають важливу роль у соціальних відносинах, комунікації та психологічному благополуччі і можуть бути важливим аспектом у розвитку особистості та міжособистісних відносинах [1, с. 135].

Для дослідження вікових особливостей сенсожиттєвих орієнтацій тимчасово переміщених з України осіб, які проживають у Польщі були використані кількісні методи збору та аналізу даних: методика Ш. Шварца PVQ «Портрет цінностей», методика «Ціннісні орієнтації»

М. Рокича, тест життєстійкості С. Мадді та тест СЖО, який є адаптованою версією тесту «Мета в житті» (Purpose-in-Life Test, PIL) Джеймса Крамбо та Леонарда Махоліка.

В опитуванні взяли участь 90 осіб, які тимчасово проживають у Польщі, віком від 18 до 74 років. Серед них 64 жінки та 26 чоловіків. Для проведення факторного та кореляційного аналізу, учасники розподілені на 3 групи за віком: 20–40 років – рання дорослість, 41–60 років – середня дорослість, старше 60 років – пізня дорослість (особи, віком 18–19 років не враховувалися під час обчислення результатів, з огляду на малу чисельність цієї групи – всього 6 осіб).

Результати дослідження показали, що цінності та сенсожиттєві орієнтації людей, мають різне значення в залежності від віку. Кожна вікова група обирає свої стратегії адаптації. Представники групи ранньої дорослості є більш гнучкими в адаптації, для них важливим залишається пошук нових можливостей, зокрема для особистісного розвитку. Представники групи пізньої дорослості важко змінюють свої сенсожиттєві орієнтації, мають високу потребу в стабільності та підтриманні родинних зв'язків, а втрата дому для них є більш травмуючою, що ускладнює процес адаптації. Особи з вікової групи середньої дорослості займають проміжну позицію – вони готові адаптуватися, але вимагають більшої підтримки для інтеграції.

Дослідження підкреслює необхідність врахування вікових особливостей у роботі з тимчасово переміщеними особами та важливість індивідуального підходу для підвищення їхньої психологічної стійкості та адаптації. Також, отримані результати вказують на необхідність розробки адаптивних програм психологічної підтримки, орієнтованих на збереження сенсожиттєвих орієнтацій тимчасово переміщених осіб у період адаптації.

Література:

1. Ларіна Т. О. Життєстійкість як життєве завдання особистості. *Актуальні проблеми психології: Психологічна герменевтика* / за ред. Н. В. Чепелевої. Київ : ДП «Інформаційно-аналітичне агентство», 2007. С. 131–138.
2. Левін Р. Л., Яценко Г. Ю. Сприйняття життєвих цінностей українцями та іншими європейцями в контексті проблем інтеграції українських біженців у ЄС. *Економіка України*. 2022. № 10. С. 51–60.
3. Міщиха Л. Психологічні особливості розвитку особистості в період геронтогенезу. *Прикарпатський нац. ун-т ім. В. Стефаника. Серія «Філософія, соціологія, психологія»*. Зб. наук. пр. 2009. Вип. 14. Ч. 2. С. 17–27.
4. Рущенко І. П. Великий вихід українського народу (феномен переміщених осіб 2022 року). *Український соціум*. 2022. № 2(81).

C. 155–168. URL: <https://ukr-socium.org.ua/archive/no-2-81-2022/the-great-exodus-of-the-ukrainian-people-the-phenomenon-of-displaced-persons-in-2022> (дата звернення: 04.11.2024).

5. Obuchowski K. W poszukiwaniu właściwości człowieka. Warszawa: Książka i Wiedza, 1989. 255 p.

DOI <https://doi.org/10.36059/978-966-397-451-4-9>

РЕЗИЛЬЄНТНІСТЬ ОСОБИСТОСТІ: СУТНІСТЬ ФЕНОМЕНУ ТА МЕТОДИ РОЗВИТКУ В ОСВІТНЬОМУ СЕРЕДОВИЩІ

Дмитришин Софія

аспірант кафедри психології

Львівський національний університет імені Івана Франка

м. Львів, Україна

Досліджуючи тему феномену резильєнтності особистості, спостерігаємо актуальність висвітлених питань щодо стану сучасного українського суспільства, зокрема в освітньому середовищі; різних підходів до концептуалізації та визначення поняття «резильєнтність»; здійснено метааналіз досліджень основних теорій резильєнтності, кожна з яких має свою спрямованість та методологію. У зв'язку з викликами сьогодення перед фахівцями в галузі психологічних, медичних та соціальних наук зростає потреба в глибокому, цілеспрямованому вивченні умов збереження психологічної стабільності та життєстійкості людини.

Проблема стійкості людини перед обличчям складних життєвих ситуацій завжди була цікава та привертала увагу дослідників і науковців, що вивчали різні аспекти людського життя – психологів, соціальних працівників, педагогів та медиків. Саме тому поняття «резильєнтність» як особливість людської психіки набуває надзвичайно важливого значення через необхідність опору стресам, пов'язаних із актуальними соціально-економічними проблемами – життям в часі повномасштабної війни, соціально-політичних конфліктів, загостренням економічних проблем у державі тощо. Збільшення кількості досліджень феномена «резильєнтності» протягом останніх десятиліть супроводжується переоцінкою концепту цього поняття як серед українських, так і серед закордонних науковців в різних сферах людської діяльності.

Саме поняття «резильєнтність» вже більше 50-ти років присутнє в позитивній психології та психології здоров'я. Власне слово