

Динаміка ціннісно-сміслової сфери особистості в умовах кризи

Олена Білан,

*студент магистратури спеціальності «Психологія»,
ВНЗ «Університет економіки та права «КРОК» м. Київ, Україна,
e-mail: BilanOO@krok.edu.ua*

Ольга Петрунько,

*доктор психологічних наук,
старший науковий співробітник, професор кафедри психології,
ВНЗ «Університет економіки та права «КРОК», м. Київ, Україна,
e-mail: OlgaPV@krok.edu.ua,
ORCID: 0000-0001-9023-5265*

Ціннісно-сміслова сфера особистості це складна психологічна структура, що включає систему життєвих орієнтацій, переконань, цінностей, смислів і мотивів, які визначають напрямок діяльності та поведінки людини в різноманітних життєвих ситуаціях, зокрема в умовах кризових змін.

Як показав аналіз фахової літератури, основними характеристиками ціннісно-сміслової сфери є: цілісність, структурність, ієрархічність, взаємозумовленість системи і середовища, множинність опису [1; 2; 3; 4].

Вивчення процесу і умов формування ціннісних орієнтацій в умовах кризи дозволяє запобігти багатьом психологічним особистісним проблемам. Саме тому обрана проблематика дослідження є вельми актуальною на даний момент. Тож мету нашого дослідження ми сформулювали так: вивчити динаміку ціннісно-сміслової сфери особистості в умовах кризи та розробити рекомендацій щодо підтримки та корекції ціннісно-сміслових орієнтирів для підвищення психологічної стійкості особистості [1; 2; 3; 4].

Результати нашого емпіричного дослідження чітко демонструють, що сім'я та соціальні зв'язки набули особливої значущості для респондентів у період кризи. До кризи лише 60% респондентів ставили сімейні цінності на перше місце, в той час як під час кризи ця кількість зросла до 90%, що відображає різке підвищення значення сімейної підтримки та близьких відносин у кризові моменти. Сім'я та близькі виступають у періоди кризи "емоційним оплотом".

Іншою важливою тенденцією в наших даних стало зростання значущості соціальних зв'язків у цілому. Під час кризи 76% респондентів назвали соціальні зв'язки важливою складовою свого життя, в порівнянні з 50% до кризи, що свідчить про збільшення на 26% в частині тих, хто надає соціальним взаємодіям особливого значення. Це дозволяє людям почувати себе менш ізольованими та самотніми, адже вони розуміють, що існують інші, які стикаються з подібними проблемами і готові поділитися своїм досвідом або надати моральну підтримку, і ці тенденції підтверджені іншими емпіричними дослідженнями в нашій країні [1; 2; 3; 4].

Результати нашого дослідження підкреслюють важливість сімейної гармонії, понад 90% респондентів, які назвали сім'ю пріоритетною цінністю, відзначили, що саме підтримка близьких допомагає їм зберігати стійкість та

знаходити сили для подолання труднощів. Наше дослідження чітко показує, що значення здоров'я як пріоритетної цінності значно зросло у респондентів під час кризи. На початку дослідження цінність здоров'я була важливою для 28 із 50 респондентів, що складало лише 56% від загальної кількості учасників. Було також з'ясовано, що розуміння феномену здоров'я поглибилося в бік від фізичного його аспекту у бік психоемоційного благополуччя. Серед тих, хто підкреслив здоров'я як основний пріоритет під час кризи, 65% респондентів вказали, що особливу увагу звертають на підтримку психічного здоров'я і боротьбу зі стресом.

Результати дослідження свідчать про те, що матеріальні цінності та професійне зростання, значно втратили свою значущість у кризові моменти. До кризи матеріальні цінності були важливими для 35 респондентів, що становить 70% вибірки, а професійне зростання вважали пріоритетним 40 осіб, тобто 80%. Під час кризи ці показники суттєво знизилися: матеріальні цінності залишилися пріоритетними лише для 25 осіб, що становить зниження на 20%, а важливість професійного зростання відзначили тільки 30 респондентів, що відображає зниження на 20% від початкового рівня. Ці дані свідчать про тенденцію до переосмислення цінностей, коли зовнішні досягнення поступаються місцем більш фундаментальним аспектам, як-от здоров'я та емоційне благополуччя.

Наше дослідження показало, що духовність та саморозвиток стали одними з найбільш трансформованих цінностей у структурі пріоритетів респондентів під час кризи. До початку кризи лише 20 з 50 респондентів, що становить 40%, вважали духовність важливим аспектом у своєму житті. Однак під час кризи цей показник зріс до 35 осіб, тобто до 70% вибірки.

Близько 60% тих респондентів, хто раніше не приділяв особливої уваги духовності, вказали, що під час кризи вони звернулися до духовних практик. Ці практики, такі як медитація, рефлексія або творчі заняття, не тільки сприяють розвитку гармонії, а й надають відчуття глибшого сенсу в повсякденному житті, допомагаючи людині краще зрозуміти себе.

На основі результатів дослідження можна запропонувати рекомендації, що стосуються розвитку програм підтримки духовного розвитку для широкого кола респондентів. Наприклад, організація групових медитацій, майстер-класів із саморефлексії або творчих воркшопів може стати ефективним підходом для задоволення зростаючого інтересу до внутрішнього розвитку.

Список використаних джерел

1. Журавльова, Л. П., Кротюк, К. А. Особливості ціннісно-сислової сфери військовослужбовців з різним досвідом участі в бойових діях. Науковий часопис НПУ імені М. П. Драгоманова. Серія 12. Психологічні науки : зб. наук. праць / за наук. редакцією І. С. Булах. Київ : Вид-во НПУ імені М. П. Драгоманова, 2020. Вип. 10 (55). URL: [https://doi.org/10.31392/NPU-nc.series12.2020.10\(55\).03](https://doi.org/10.31392/NPU-nc.series12.2020.10(55).03) (дата звернення: 01.11.2024).
2. Онищенко В. М. Трансформація особистості в процесі подолання життєвих криз. Актуальні проблеми психології: збірник наукових праць Інституту психології імені Г.С. Костюка НАПН України. 2020. Т. 1(56). С. 118-124. URL: <http://appsychology.org.ua/data/jrn/v1/i56/20.pdf> (дата

звернення: 02.11.2024).

3. Максим О. В., Рябовол Т. А. Трансформація цінностей та часової перспективи в екстремальних ситуаціях. *Innovative development of science, technology and education. Proceedings of the 2nd International scientific and practical conference. Perfect Publishing. Vancouver, Canada. 2023. Pp. 507-516. URL: <https://sci-conf.com.ua/ii-mizhnarodna-naukovo-praktichna-konferentsiya-innovative-development-of-science-technology-and-education-16-18-11-2023-vanuver-kanada-arhiv/> (дата звернення: 01.11.2024).*

4. Бавико О.Є. Чичановський І.О., Букреєва І.В., Орлов А.В. Формування ціннісних орієнтацій особистості. 2002 URL: http://www.confegence.mdpu.org.ua/conf_all/confeg/2002/conf_antro/4/baviko.htm