

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

«___» _____ 2024 р.

КВАЛІФІКАЦІЙНА РОБОТА

(ПОЯСНЮВАЛЬНА ЗАПИСКА)

ЗДОБУВАЧА ОСВІТНЬОГО СТУПЕНЯ «БАКАЛАВР»

Галузь знань: 05 Соціальні та поведінкові науки

Спеціальність 053 «Психологія»

Освітньо-професійна програма «Практична психологія»

Тема: «Особливості ставлення молоді до смерті в період війни»

Виконавець: здобувач групи ПП-427 Ковецька Ольга Олексіївна

Керівник: доцент Олена Михайлівна Дубовик

Нормоконтролер: _____ Тамара МИХЕСВА

Київ 2024

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
« » _____ 2024 р.

ЗАВДАННЯ

на виконання кваліфікаційної роботи

Ковецької Ольги Олександрівни

1. Тема кваліфікаційної роботи «Особливості ставлення молоді до смерті в період війни» затверджена наказом ректора від 22.03.2024 №422/ст.
2. Термін виконання роботи: з 29.01.2024 р. до 04.06.2024 р.
3. Вихідні дані до роботи: робота складається зі вступу, двох розділів, висновків до першого та другого розділів, загальних висновків, списку використаних джерел загальним обсягом 47 сторінок, з них обсяг основного тексту 43 сторінок, список використаних джерел нараховує 49 позицій.
4. Зміст пояснювальної записки: Вступ; Розділ 1 Теоритичний аналіз ставлення молоді до смерті в період війни; Висновки до першого розділу; Розділ 2. Емпіричне дослідження ставлення молоді до смерті в період війни; Висновки до другого розділу; Висновки; Список використаних джерел та літератури.
5. Перелік обов'язкового графічного (ілюстративного матеріалу): таблиці.

6. Календарний план-графік

№ пор.	Завдання	Термін виконання	Відмітка про виконання
1.	Опрацювання та реферування літератури з теми дослідження. Визначення об'єкта і предмета дослідження	29.01.2024	29.01.2024
2.	Формулювання теми, мети, завдань дослідження. Написання вступу. Складання попереднього плану роботи. Узгодження з керівником	12.02.2024	13.02.2024
3.	Написання першого розділу. Подання керівникові на перевірку	25.03.2024	25.03.2024
4.	Написання другого розділу. Подання керівникові на перевірку	22.04.2024	26.04.2024
5.	Оформлення роботи. Подання керівникові на перевірку	01.05.2024	05.05.2024
6.	Попередній захист кваліфікаційної роботи	20.05.2024	21.05.2024
7.	Опрацювання зауважень і виправлення недоліків	25.05.2024	26.05.2024
8.	Подання остаточного варіанта роботи на кафедру для перевірки на академічну доброчесність	27.05.2024	27.05.2024
9.	Подання кваліфікаційної роботи на рецензування	05.06.2024	05.06.2024
10	Захист роботи		

7. Дата видачі завдання: «29» січня 2024 р.

Керівник кваліфікаційної роботи _____ ОЛЕНА ДУБОВИК

Завдання прийняв до виконання _____ ОЛЬГА КОВЕЦЬКА

РЕФЕРАТ

Пояснювальна записка до кваліфікаційної роботи «Особливості ставлення молоді до смерті в період війни»: 44 сторінки, 49 використаних джерел та літератури, 2 додатки.

Об'єкт дослідження – є ставлення молоді до смерті в умовах війни.

Предметом дослідження є особливості ставлення молоді до смерті в умовах війни.

Мета дослідження полягає у теоретичному обґрунтуванні та емпіричному дослідженні особливостей є визначення ставлення молоді до смерті в умовах війни та розробка методичних рекомендацій щодо надання психологічної підтримки.

Дослідження ставлення молоді до смерті в умовах війни є надзвичайно актуальним, оскільки дозволяє зрозуміти, як ці події впливають на психічне здоров'я та емоційний стан молодих людей, а також розробити ефективні стратегії психологічної підтримки.

Результати дослідження можуть бути використані для подальших наукових досліджень у галузі психології війни та кризових ситуацій.

ВІЙНА, МОЛОДЬ, СТАВЛЕННЯ ДО СМЕРТІ

ЗМІСТ

ВСТУП	3
РОЗДІЛ 1. ТЕОРЕТИЧНИЙ АНАЛІЗ СТАВЛЕННЯ МОЛОДІ ДО СМЕРТІ В ПЕРІОД ВІЙНИ	5
1.1. Вплив війни на свідомість та психологічний стан молоді.....	5
1.2. Психологічні особливості ставлення до смерті у молодіжному віці.....	9
1.3. Теоретичні моделі і підходи до вивчення ставлення до смерті	17
Висновки до першого розділу.....	20
РОЗДІЛ 2. ЕМПІРИЧНЕ ДОСЛІДЖЕННЯ СТАВЛЕННЯ МОЛОДІ ДО СМЕРТІ В ПЕРІОД ВІЙНИ	22
2.1. Організація дослідження та обґрунтування вибору методик	22
2.2. Аналіз та інтерпретація результатів емпіричного дослідження ставлення молоді до смерті	25
2.3. Практичні рекомендації щодо ставлення молоді до смерті в період війни.....	37
Висновки до другого розділу	38
ВИСНОВКИ	31
СПИСОК ВИКОРИСТАНИХ ДЖЕРЕЛ ТА ЛІТЕРАТУРИ	43

ВСТУП

Актуальність дослідження. Війна є одним із найбільших стресових чинників, що впливають на психіку людини. Особливо важким є її вплив на молодь, яка перебуває на етапі формування своєї особистості та світогляду. В умовах війни молоді люди стикаються з підвищеною загрозою для життя, втратою близьких, руйнуванням звичного способу життя та постійним стресом. Ці фактори суттєво впливають на їхнє ставлення до смерті, викликаючи складні емоційні та психологічні переживання. Дослідження ставлення молоді до смерті в умовах війни є надзвичайно актуальним, оскільки дозволяє зрозуміти, як ці події впливають на психічне здоров'я та емоційний стан молодих людей, а також розробити ефективні стратегії психологічної підтримки.

Метою дослідження є визначення ставлення молоді до смерті в умовах війни та розробка методичних рекомендацій щодо надання психологічної підтримки.

Завдання дослідження:

1. Провести теоретичний аналіз літератури щодо впливу війни на свідомість та психологічний стан молоді.
2. Визначити психологічні особливості ставлення до смерті у молодому віці.
3. Визначення методичної бази дослідження.
4. Організація та проведення емпіричного дослідження ставлення молоді до смерті в умовах війни.
5. Проаналізувати та інтерпретувати результати дослідження.
6. Розробити практичні рекомендації щодо надання психологічної підтримки молоді в умовах війни.

Об'єктом дослідження є ставлення молоді до смерті в умовах війни.

Предметом дослідження є особливості ставлення молоді до смерті в умовах війни.

Для досягнення мети дослідження були використані такі методи: теоретичний аналіз літератури, анкетування, опитувальник тривожності Спілбергера-Ханіна (STAI), шкала депресії Бека (BDI), методи статистичної обробки даних.

Теоретична значущість дослідження полягає в розширенні знань про вплив війни на психологічний стан молоді та їхнє ставлення до смерті. Результати дослідження можуть бути використані для подальших наукових досліджень у галузі психології війни та кризових ситуацій.

Практична значущість дослідження полягає у розробці рекомендацій щодо надання психологічної підтримки молоді в умовах війни. Отримані дані можуть бути використані психологами, соціальними працівниками та іншими фахівцями для розробки програм підтримки та реабілітації молодих людей, які переживають військові конфлікти.

Структура роботи. Кваліфікаційна робота складається з вступу, двох розділів, висновків, списку використаних джерел та літератури, а також додатків. У першому розділі представлено теоретичний аналіз ставлення молоді до смерті в період війни. Другий розділ присвячений емпіричному дослідженню, аналізу та інтерпретації його результатів, а також розробці практичних рекомендацій.

РОЗДІЛ 1

ТЕОРЕТИЧНИЙ АНАЛІЗ СТАВЛЕННЯ МОЛОДІ ДО СМЕРТІ В ПЕРІОД ВІЙНИ

1.1. Вплив війни на свідомість та психологічний стан молоді

Загалом 82% молодих людей повідомили, що постраждали від війни. Оскільки стрес та економічні фактори, ймовірно, впливають на всіх, 18% респондентів, які не згадували про втрати, не визнавали їх і не порівнювали з іншими [27].

Найпоширенішими втратами війни були зменшення або втрата доходу (36%) та погіршення психічного здоров'я (28%). Крім того, 18% опитаних жовтні того ж року повідомили про розрив відносин і розлуку з членами сім'ї, 16% — про переїзд в інші населені пункти України (власне, або до членів сім'ї), 14% — про смерть друзів і сім'ї.

Порівняно з 2021 роком побоювання щодо здоров'я (себе чи близьких) значно зросли — 35% проти 50% у 2021 році; а також побоювання щодо психічного здоров'я — 22% проти 11% у 2021 році. У 2021 році брак грошей, основна проблема молоді, відійшла на другий план після перебоїв в охороні здоров'я та електропостачанні (31% відзначили це), але доходи респондентів значно знизилися. Якщо у 2021 році 23% заявили, що їм не вистачає їжі та / або що їх достатньо лише для задоволення основних потреб, то до 2022 року 40% вже потрапили до цієї категорії [11].

27% респондентів відзначили заклопотаність фізичною безпекою, відсутність самореалізації - 19% і неможливість знайти роботу - 19%. Загалом, на момент опитування 12% молодих людей шукали роботу (у 2021 році такого питання не було, але за даними Omnibus Information sapiens, станом на 2022/2 рік 7% молодих людей шукали роботу до вторгнення) [7].

Незважаючи на великі втрати в результаті війни, автори доповіді відзначають деякі позитивні тенденції серед молоді, які сприяють зміцненню стабільності декомунізованого українського суспільства.:

1. Частка молоді, що займається волонтерством, збільшилася з 20% до 42%. У 2021 році лише 6% вперше за останні 12 місяців стали волонтерами, а у 2022 році таких людей було вже 30%. Частка молодих людей, які відзначили, що вони приносять користь своїй країні в досягненні життєвих цілей, також значно збільшилася: з 6% в попередній хвилі до 37% в цьому році.

2. Частка тих, хто не хоче залишати Україну, зросла з 49% у 2021 році до 66% у 2022 році. Це можна пояснити і патріотичними настроями, і зміцненням соціальної згуртованості, і від'їздом молоді за кордон, але частіше зустрічаються люди, які не хочуть залишатися в Україні або повертатися додому з-за кордону.

3,76% молодих людей, які виїхали на війну за кордон, планують повернутися в Україну. Зокрема, 64% хочуть повернутися в район, де вони жили раніше, і тільки 2% планують оселитися в іншому місці (інші ще не визначилися). Варто зазначити, що 57% молодих людей декомунізації вважають корисність для України однією з найважливіших життєвих цілей.

4. Молоді люди одностайно підтримують територіальну цілісність України: 86% опитаних назвали абсолютно неприйнятним варіант, згідно з яким "Україна на сьогоднішній день претендує тільки на контрольовану нею територію", а 71% також мають можливість встановити мир, при якому Україна буде контролювати територію до 2022-2-23 років. Я відмовився. Крім того, порівняно з 2021 роком підтримка вступу до НАТО (з 59% до 80%) та ЄС (з 57% до 85%) значно зросла.

5. Частка тих, хто не хоче жити недалеко від ромів, знизилася з 44% до 35%, а серед ЛГБТІК+ - з 31% до 28%. Незважаючи на зростаючі проблеми психічного здоров'я внаслідок війни, дослідження не виявило декомунізації конфлікту серед молоді. Навпаки, занепокоєння з приводу сімейних проблем, труднощів у спілкуванні та нездатності вирішувати конфлікти зменшилося [33]. Порівняно з 2022 роком частка українського спілкування з друзями на роботі та в школі збільшилася з 51% до 63% - з 49% до 58% - з 43% до 56%. Частка російського спілкування тільки в цих областях скоротилася майже вдвічі. До Російський дека, на жаль, 3% молодих людей зазнавали насильства під час війни через російську мову спілкування (серед російськомовних в сім'ї цей показник становить 9%). Однак регулярні опитування

показують постійне зниження частки носіїв російської мови, тому можна припустити, що частота мовних конфліктів буде знижуватися [50].

Конфлікт також може викликати розбіжності по позиціях, що стосуються бойкотів російських культурних об'єктів, які підтримують 72% і проти яких виступають 20% молоді. Розвиток культурного простору в Україні може запобігти таким конфліктам.

На думку переважної більшості респондентів (72%), вони готові брати участь у процесі зцілення у своїй громаді, але лише 1% це вже зробили. На думку респондентів, для підвищення соціальної активності молоді місцеві органи влади або інші зацікавлені сторони повинні зосередитися на створенні молодіжних проектів, фінансуванні молодіжних проектів, організації громадських заходів (освітніх і соціально значущих), відкритті молодіжних розважальних центрів і розробці програм стажувань в Інституті [41].

Представники вразливих груп, таких як цигани, ЛГБТК + та інваліди, в середньому набагато частіше зазнають дискримінації та насильства, ніж молоді люди. Майже половина учасників ЛГБТК + повідомили про випадки насильства через свою гендерну орієнтацію та сексуальну ідентичність, особливо під час волонтерства, отримання гуманітарної допомоги або служби в армії. Майже всі опитані цигани зізналися, що зазнавали дискримінації за національною та етнічною ознакою, включаючи військову службу. Третина молодих людей з обмеженими можливостями зазнають дискримінації за станом здоров'я, і повномасштабна агресія посилює цю проблему.

Військовий досвід ромського суспільства був продиктований, перш за все, складною соціально-економічною ситуацією, що посилюється проблемою зайнятості, особливо заборонаю чоловікам призовного віку перетинати кордон, що унеможлиблювало виїзд за кордон у пошуках роботи. Молоді люди ромів також стикаються з жовтневими додатковими труднощами у доступі до освіти через перехід на дистанційне навчання з міркувань безпеки. Деякі діти з ромських сімей не отримують освіти через відсутність інструментів. Римське суспільство також повідомляло про дискримінацію під час військової служби [10].

Представники ЛГБТІК + зазначили, що у 2022 році ставлення до цієї групи значно поляризувалося. Люди, які раніше негативно ставилися до членів громади, виявили, що їхні негативні упередження були підтверджені в ситуаціях, пов'язаних з війною, особливо в контексті військової служби. Спільні цілі і спільні вороги згладили попередні конфлікти і зробили гомофобію менш актуальною і неприйнятною, оскільки вона пов'язана з державною ідеологією Російської Федерації. У дослідженні фокус-групи також згадувалося, що чиновники спільноти ЛГБТІК + позитивно вплинули на ставлення до цієї групи.

На початку повномасштабної окупації молодь з обмеженими можливостями відчула погіршення доступу до медичних послуг і ліків через проблеми з постачанням і експлуатацією аптек, лікарень і лабораторій в умовах бойових дій і перебоїв в подачі електроенергії. Люди, які були змушені переїхати, також постраждали і втратили доступ до звичайних лікарів та необхідних ліків [23].

Коли рух вночі стає майже неможливим, доступ до притулків для молодих людей з порушеннями рухливості та зору стає неможливим або утрудненим, особливо у випадку відключення електроенергії. Представники вразливих груп (Роми, ЛГБТІК + та інваліди) стикаються з серйозними проблемами під час війни, включаючи дискримінацію, насильство та обмежений доступ до життєво важливих ресурсів та послуг. Це підкреслює необхідність розробки професійних програм підтримки та інтеграції для цих груп, які дозволять їм впоратися з наслідками війни та сприяти їх повній участі в суспільстві.

1.2. Психологічні особливості ставлення до смерті у молодіжному віці

Молодий вік є вразливим періодом у житті, коли молодь прагне проводити більше часу зі своїми друзями та однолітками, а не з родиною, активно входячи у доросле життя. Це – ключовий етап для фізіологічного та психологічного розвитку, а також соціалізації. Неочікуване та стрімке вторгнення війни в життя суспільства в цілому і кожної окремої людини внесло свої корективи у цінності й бачення. Різке

збільшення кількості смертей під час війни не може не вплинути на психологічне сприйняття молодих людей.

Смерть є припиненням усіх біологічних та фізіологічних процесів в організмі людини. Вона має двояку природу: з одного боку, це біологічне явище, яке пояснюється рядом природних факторів. З іншого боку, смерть є неминучим наслідком війни, що впливає на людину, адже розвиток суспільства і сприйняття феномену смерті взаємопов'язані, мають специфічні риси, властиві саме в цьому контексті [1].

Смерть і страх перед нею можуть формувати у молодих людей певні уявлення та правила, визначати специфіку поглядів і ставлення до неї. Молодь, стикаючись зі смертю під час війни, змушена переосмислювати свої цінності та бачення світу, що може суттєво впливати на їхню психіку та поведінку.

Аналізуючи сучасні психологічні дослідження, що стосуються проблеми ставлення до смерті, можна припустити існування особливостей у переживанні страху смерті та ставленні до цього крайнього життєвого поняття, зокрема у молоді. Психологічна та філософська література свідчить про вікові відмінності та певну еволюцію уявлень людини щодо смерті у процесі проходження життєвого шляху [19].

Протягом тисячоліть формувалися стереотипні уявлення про образ і поведінку чоловіків та жінок. Ці стереотипи актуальні й нині, поширюються незалежно від індивідуальних особливостей та віку через призму гендерного бачення. Так, стереотипи відображають особистісні риси чоловіків та жінок, їхні поведінкові характеристики. Американські дослідники Дж. Мак-Кі та А. Шеріффс підкреслювали, що образ типового чоловіка – це сукупність якостей, пов'язаних із соціально необмежуваним стилем поведінки, компетентністю та раціональними здібностями, активністю в суспільстві та працездатністю. На відміну від цього, образ жінки зазвичай включає соціальні та комунікативні навички, тепло та емоційну підтримку. Загалом, чоловікам приписують більше позитивних характеристик, ніж жінкам [21].

Сприйняття смерті, ставлення до цього процесу та зміни сприйняття розглядали у своїх роботах такі дослідники, як Ф. Дольто, А. Захаров, І. Кон та інші. Вони трактують ставлення до смерті як складне, багатогранне та багатогранне явище, що

відображає значні вікові, соціальні, релігійні, регіональні та національні особливості та відмінності.

У вітчизняній психології в структурі життєвого шляху особистості розглядалися критичні ситуації та пов'язані з ними особистісні зміни (К. Абульханова-Славська, Б. Ананьєв). Важливою проблемою є також соціально-психологічна підтримка юнаків і дівчат, які переживають втрату батьків в умовах війни. Цю тему досліджували Ю. Заманаєва, Р. Кастенбаум, Д. Морган, Т. Новікова, В. Отрадинська, Р. Стевенсон та інші [23].

Водночас, у науковому дискурсі бракує напрацювань щодо аналізу психологічних особливостей ставлення молоді до смерті в період війни, соціально-психологічних технологій допомоги їй та методик уникнення гострої травматизації особистості.

Аналізуючи сучасні психологічні дослідження щодо проблеми ставлення до смерті, можна виявити певні особливості в переживанні страху смерті та ставленні до цього життєвого поняття, особливо у молоді. У психологічній та філософській літературі часто згадуються вікові відмінності та еволюція уявлень людини про смерть у процесі її життєвого шляху.

Упродовж тисячоліть формувалися стереотипні уявлення про ролі та поведінку чоловіків і жінок. Ці стереотипи залишаються актуальними й сьогодні, поширюючись незалежно від індивідуальних особливостей та віку через призму гендерного бачення. Стереотипи відображають особистісні риси та поведінкові характеристики чоловіків і жінок. Американські дослідники Дж. Мак-Кі та А. Шеріффс підкреслювали, що типовий образ чоловіка включає якості, пов'язані із соціально необмежуваним стилем поведінки, компетентністю, раціональними здібностями, активністю в суспільстві та працездатністю. Образ жінки, навпаки, зазвичай включає соціальні та комунікативні навички, теплоту та емоційну підтримку. Загалом чоловікам приписують більше позитивних характеристик, ніж жінкам [6].

Сприйняття смерті та ставлення до цього процесу, а також зміни у сприйнятті, були предметом досліджень таких науковців, як Ф. Дольто, А. Захаров, І. Кон та інших. Вони розглядають ставлення до смерті як складну, багатопланову і

багатогранну сутність, яка часто відображає суттєві вікові, соціальні, релігійні, регіональні та національні особливості та відмінності [19].

У вітчизняній психології, у структурі життєвого шляху особистості, розглядалися критичні ситуації та пов'язані з ними особистісні зміни (К. Абульханова-Славська, Б. Ананьєв). Важливою проблемою є також соціально-психологічна підтримка юнаків і дівчат, які переживають втрату батьків в умовах війни. Цю тематику досліджували Ю. Заманаєва, Р. Кастенбаум, Д. Морган, Т. Новікова, В. Отрадинська, Р. Стевенсон та інші. Водночас у науковому дискурсі не вистачає аналізу психологічних особливостей ставлення молоді до смерті в період війни, соціально-психологічних технологій допомоги їм, а також методик уникнення гострої травматизації особистості.

Переживання життя і смерті, а також болю, становлять основний зміст філософії життя, що формується під впливом оточуючих людей для молодої особистості. Незважаючи на всю багатовимірність і широту категорії сенсу життя, його інтегральний характер і глибинну природу основ, якісні та кількісні характеристики сенсожиттєвих уявлень змінюються від одного етапу індивідуального життєвого циклу до іншого.

Особливо чутливими у цьому плані є підлітки та молодь, які часто переймаються питанням про сенс життя, перевіряючи та формуючи основу для своєї оцінки. Людина в юності та ранній дорослості має велику потребу інтегрувати різні аспекти свого "Я", відчуваючи і переживаючи цю можливість як напрямок свого життєвого шляху. Проте, для здійснення цієї інтеграції потрібна сила та енергія, які дозволяють подолати протиріччя різних аспектів життя, а також глобальне протиріччя – присутність смерті у житті [16].

Гострота та зміст сенсожиттєвих проблем змінюються навіть в межах коротких відрізків життя під впливом конкретних ситуацій. Події чи ситуації, які змушують різко переоцінювати ставлення до життя і породжують почуття безглуздості подальшого існування, є кризовими. Війна не є винятком. Молоді люди, які пережили війну, часто відчувають себе старшими та дорослішими за своїх однолітків, які не були в умовах небезпеки.

Любов до життя не потребує пояснень словами; вона природна, як щира радість, яка передається іншим людям без слів. Навпаки, любов до неживого свідчить про зневіру, нудьгу, знецінення, тугу за минулим, що є одним із гріхів, який людина повинна спокутувати [20].

Під час душевної (психологічної) смерті єдиною ознакою життя залишається лише біль, а коли джерело болю зникає, життя припиняється. Хоча фізичне тіло людини функціонує та змінюється за фізіологічними законами, психологічна смерть дуже помітно впливає на фізичний стан організму: зникає блиск в очах, мова стає невиразною, рухи млявими і нечіткими, міміка обличчя – невиразною, волосся та шкіра теж зазнають незворотних змін. Спостереження молодого людиною такого стану іншої людини однозначно пригнічує.

У психологічній літературі, присвяченій проблемам розвитку особистості, описані типові ознаки поведінки та реакції підлітків і молоді на смерть: реакція "я не знаю" – на зміну ситуації та неоднозначність сприйняття, вибору, ухвалення рішень; "мені байдуже" – на необхідність прояву себе (власної концепції "Я") та концепції іншої людини; "від мене нічого не залежить" – на необхідність активних дій; "мені сказали, я зробив" – як правило організації життя [22].

Філософія життєдіяльності молодого людини, яка вже є дорослою і свідомою, передбачає ототожнення речей і людини за «визначеним сценарієм» і застосовністю. Це проявляється в маніпуляції з закритістю своєї психічної реальності, що може бути розцінено як крайній егоїзм. Дослідники припускають існування людей «без психіки», які закриваються від реальності сприйняття смерті, що може призводити до певного відчуження від життя.

Страх є однією з найбільш загадкових і суперечливих емоцій. Спектр людських страхів досить великий. Іноді страх проявляється у вигляді ледь вловимого занепокоєння, а іноді – у вигляді тваринного жаху та відчуття неминучого настання смерті, особливо в умовах війни. Відомий військовий теоретик та емпіричний психолог Карл фон Клаузевіц, характеризуючи війну, підкреслював, що головною її стихією є небезпека у всіх її проявах. Реакція на небезпеку і страх є невід'ємним атрибутом війни, що впливає на всі аспекти життя молоді [29].

Одним із наслідків такого впливу є значне зниження психологічної стійкості особистості, насамперед емоційної врівноваженості і готовності діяти в екстремальних умовах. Сприйняття смерті, яке виражається страхом, та її психологічні наслідки мають велику силу впливу на свідомість молодих людей, що негативно позначається на їхній поведінці. Теоретики та практики давно трактують страх як явно негативну емоцію, з якою психологи рекомендують боротися, перемагати і долати.

Молода людина, яка вже є дорослою і свідомою, часто ототожнює себе з речами і подіями згідно з «визначеним сценарієм» та їх застосовністю у житті. Це може призводити до маніпуляції з власною психічною реальністю, створюючи граничний егоїзм. Дослідники припускають, що деякі люди можуть закриватися від реальності сприйняття смерті, що може впливати на їхню здатність емоційно реагувати на життєві події [5].

Страх – одна з найбільш таємничих та суперечливих емоцій. Він може проявлятися у різних формах: від ледь вловимого занепокоєння до відчуття неминучого настання смерті. Карл фон Клаузевіц, військовий теоретик та емпіричний психолог, наголошував, що основною стихією війни є небезпека, яка пронизує всі її аспекти. Реакція на небезпеку та страх є неминучими атрибутами війни, які впливають на всі сторони життя молоді.

Війна значно знижує психологічну стійкість особистості, впливаючи на її емоційну врівноваженість та готовність діяти в екстремальних умовах. Сприйняття смерті, яке викликає страх, та її психологічні наслідки мають значний вплив на свідомість молодих людей, що негативно відбивається на їхній поведінці. Теоретики та практики розглядають страх як негативну емоцію, з якою необхідно боротися, перемагати і долати.

Сприйняття смерті, виражене через страх, має значний вплив на поведінку молодих людей. Це почуття може призводити до змін у їхніх життєвих установках і цінностях, змушуючи їх переосмислювати сенс життя і свої дії. В умовах війни молоді люди, які стикаються з такими екстремальними ситуаціями, часто відчувають себе старшими та досвідченішими, ніж їхні ровесники, які залишилися в безпеці [42].

У психологічній літературі, присвяченій проблемам розвитку особистості, описані типові ознаки поведінки та реакції підлітків і молоді на смерть. Ці реакції включають:

- «Я не знаю» – реакція на зміну ситуації та неоднозначність сприйняття, вибору, ухвалення рішення.

- «Мені байдуже» – реакція на необхідність прояву себе (власної концепції «Я») та концепції іншої людини.

- «Від мене нічого не залежить» – реакція молоді на необхідність активних дій.

- «Мені сказали, я зробив» – правило організації життя [28].

Сучасна психологія спрямована не на те, щоб виправити страх смерті, а на те, щоб надати молодим людям практичні методи та ефективні засоби діяльності в небезпечному середовищі, і в цьому контексті вони спочатку вивчають страх смерті, аналізують його причини, розглядають його як невід'ємний компонент умов надмірної активності, і енергія, яка може виникнути в цьому випадку.

Вивчаючи природу смерті і страху в стані війни, ми можемо стверджувати, що страх смерті у молодих людей є нормальною, неминучою і корисною реакцією на небезпеку, сигналом небезпеки, який людський організм генерує при виявленні ознак загрози в навколишньому світі. Відомо, що серед психічно і фізично здорових людей немає абсолютно безстрашних людей, тому сприйняття смерті підлітком вкрай неминуче.

Щоб декомунізувати протиріччя між високоадаптивними, енергійними та стимулюючими до дії властивостями страху смерті, а також його деморалізуючими та заплутаними ефектами, експерти роблять висновок: "контрольований страх смерті може спонукати людину вжити корисних дій у бойових ситуаціях, тоді як неконтрольований страх смерті є руйнівним. "Якщо страх смерті занадто слабкий, підлітки можуть стати безтурботними і піддавати себе та інших необгрунтованому ризику. Коли страх перевищує певний поріг, він може викликати паніку і поставити під загрозу життя людини або іншої людини в цей момент.

Основним аспектом визнання та оволодіння страхом смерті молодих людей у стані війни є регулювання цього рівня страху. Це робиться шляхом надання ситуації особливого значення і відображення формування широкого спектру соціальних мотивів, таких як любов до коханої людини, віра в Бога, справедливість, перемога, ненависть до ворога і почуття обов'язку. Осмислена діяльність, необхідна для збереження сенсу життя в стані війни, також має пріоритет над страхом смерті [45].

За словами клінічного психолога Ольги Басс-Лінчук (Ізраїль), сприйняття зрілої (дорослої) смерті полягає у її сприйнятті універсальності, кінцівки та незворотності. Сприйняття підлітків різниться залежно від віку та стадії розвитку, але важливо визнати, що смерть коханої людини у випадку війни є остаточною та незворотною подією. Особливо важкі бойові події супроводжуються основними факторами, що викликають складні симптоми горя після смерті [2].

Перше розуміння смерті приходить до людини в підлітковому віці, коли з'являється страх: деякі підлітки починають хвилюватися, думати про смерть або навіть про самогубство. Деякі підлітки кидають виклик смерті, ризикуючи безрозсудно. Потім, з віком, думки людини на цю тему формуються в певній системі, яка не завжди завершується, але має більш статичний вигляд. Однак у випадку війни ставлення до смерті та її причин значно відрізняється від ставлення мирного часу.

Як результат, підлітки та молодь змушені пристосовуватися до військової ситуації та змін, які вона диктує. Щоб по-іншому сприймати смерть у звичайному світі, який став небезпечним, їм доводиться по-іншому ставитися до свого життя та життя коханої людини. Ставлення до загибелі молоді під час війни до кінця не вивчено. Фрагментарність розвитку цієї проблеми може бути подолана подальшими дослідженнями [8].

Звичайно, особистий досвід впливає на розуміння феномену смерті. Це може включати присутність померлих родичів, знайомих, друзів, а також можливість присутності невиліковно хворих людей в навколишньому середовищі. Сприйняття цього явища також змінюється, якщо наймолодшій людині загрожує або загрожує її життя.

Всі ці особливості впливають на формування в свідомості підлітка ставлення до смерті. Не стикаючись зі смертю особисто, він спочатку засвоїв це ставлення з культури, сім'ї, релігії та суспільства, сформував власні погляди і перебуває у стані війни та постійної небезпеки.

Оточення молоді швидко реагує на зміни ставлення до різних явищ і фактів. Тема ставлення до смерті в умовах війни починає активно аналізуватися дослідниками і знаходить відгук не тільки у молоді, а й у суспільстві. На жаль, у разі війни ця проблема стає особливо гострою і потребує подальшого вивчення фахівцями [23].

1.3. Теоретичні моделі і підходи до вивчення ставлення до смерті

Вивчення ставлення до смерті є важливою темою у психології, філософії, соціології та інших науках. Існує багато теоретичних моделей і підходів, які допомагають зрозуміти, як люди сприймають смерть, які механізми вони використовують для справляння зі страхом смерті та як це впливає на їхню поведінку та психічне здоров'я. Розглянемо деякі з найбільш відомих теорій та моделей, що стосуються ставлення до смерті [1].

Екзистенціальна психологія розглядає смерть як центральний аспект людського існування. За словами екзистенціальних психологів, усвідомлення смертності є фундаментальною частиною людського досвіду, яка впливає на наше сприйняття життя, наші цінності та нашу поведінку. Одним із ключових представників екзистенціальної психології є Віктор Франкл, який розробив концепцію логотерапії, що базується на пошуку сенсу життя як основного мотиву людської поведінки.

Теорія керування страхом (ТМТ), розроблена соціальними психологами Шелдоном Соломоном, Джефом Грінбергом та Томом Пізинським, стверджує, що усвідомлення смертності викликає екзистенціальний страх, який люди намагаються подолати за допомогою культурних світоглядів та самоповаги. За цією теорією, культурні вірування та цінності надають сенс життю і смерті, зменшуючи тривогу,

пов'язану зі смертю. Самоповага, яка базується на відповідності культурним стандартам, також допомагає знижувати цей страх.

Еріх Еріксон, відомий психолог, розробив теорію психосоціального розвитку, яка включає вісім стадій, кожна з яких характеризується певним конфліктом або кризою. Остання стадія, яка стосується людей похилого віку, передбачає конфлікт між інтеграцією та відчаєм. Ця стадія включає роздуми про життя та смерть, що може допомогти людям знайти сенс життя та прийняти свою смертність [29].

Ерік Берн, засновник трансактного аналізу, розглядав ставлення до смерті як частину людських транзакцій і взаємодій. Він вважав, що люди грають певні "ігри", які допомагають їм справлятися зі страхом смерті та іншими екзистенціальними питаннями. Наприклад, гра "Гей, подивися, що ти змусив мене зробити" може відображати спроби уникнення відповідальності за власне життя та смерть.

Леон Фестінгер розробив теорію когнітивної дисонансу, яка стверджує, що люди прагнуть до узгодженості між своїми переконаннями, цінностями та поведінкою. Усвідомлення смертності може викликати когнітивний дисонанс, оскільки воно суперечить бажанню жити. Люди використовують різні стратегії для зменшення цього дисонансу, такі як зміна переконань або пошук сенсу у смерті.

Елізабет Кублер-Росс, відома швейцарсько-американська психіатр, розробила модель стадій горя, яка описує п'ять стадій, через які проходять люди, стикаючись зі смертю: заперечення, гнів, торг, депресія та прийняття. Ця модель допомагає зрозуміти, як люди переживають смерть та втрату, та може бути корисною для надання підтримки людям, які переживають горе [31].

Крістофер Лашер розробив теорію атрибутів смерті, яка передбачає, що люди надають смерті певні атрибути, такі як невідомість, втрату контролю, безповоротність та несправедливість. Ці атрибути впливають на те, як люди сприймають та реагують на смерть. Розуміння цих атрибутів може допомогти у розробці стратегій для справляння зі страхом смерті.

Зигмунд Фрейд, засновник психоаналізу, розглядав смерть як центральний аспект людського досвіду. Він стверджував, що страх смерті є однією з головних

рушійних сил людської поведінки. Фрейд вважав, що люди використовують різні захисні механізми, такі як заперечення та сублімація, щоб справлятися зі страхом смерті. Він також вважав, що страх смерті пов'язаний зі страхом втрати любові та страхом кастрації [11].

Гуманістична психологія, представниками якої є Карл Роджерс та Абрахам Маслоу, розглядає смерть як частину процесу самореалізації та особистісного зростання. За словами Маслоу, усвідомлення смертності може стимулювати людей до досягнення самореалізації та пошуку сенсу життя. Роджерс вважав, що відкритість до досвіду та автентичність можуть допомогти людям прийняти смерть як частину їхнього життєвого шляху.

Філософські підходи до вивчення смерті включають роздуми про значення життя і смерті, моральні та етичні аспекти смерті, а також екзистенціальні питання. Відомі філософи, такі як Мартін Гайдеггер, Жан-Поль Сартр та Альберт Камю, досліджували питання смерті у своїх працях. Гайдеггер, наприклад, вважав, що усвідомлення смертності є ключовим для автентичного існування, оскільки воно змушує людину роздумувати про сенс життя та приймати відповідальність за своє існування [8].

Соціологічні підходи до вивчення смерті розглядають, як соціальні структури, культурні норми та соціальні взаємодії впливають на ставлення до смерті. Соціологи вивчають, як різні суспільства та культури ставляться до смерті, які ритуали та традиції пов'язані з нею, та як соціальні зміни впливають на сприйняття смерті. Наприклад, дослідження похоронних ритуалів та траурних практик можуть допомогти зрозуміти, як суспільства справляються зі смертю та втратою.

Біологічні та нейропсихологічні аспекти смерті включають вивчення фізіологічних та нейронних механізмів, що лежать в основі страху смерті та його впливу на мозок. Дослідження показують, що усвідомлення смертності активує певні області мозку, пов'язані зі страхом та тривогою. Розуміння цих механізмів може допомогти розробити ефективні методи лікування та підтримки для людей, які відчувають сильний страх перед смертю.

Інтегративні підходи до вивчення смерті намагаються поєднати різні теоретичні моделі та підходи, щоб створити більш комплексне розуміння цього явища. Вони враховують біологічні, психологічні, соціальні та культурні аспекти смерті та прагнуть розробити цілісні стратегії для справляння зі страхом смерті та підтримки людей у їхньому пошуку сенсу життя [23].

Вивчення ставлення до смерті є складним і багатогранним завданням, яке вимагає врахування багатьох аспектів людського досвіду. Теоретичні моделі та підходи, такі як екзистенціальна психологія, теорія керування страхом, психоаналітична теорія, гуманістична психологія та інші, допомагають зрозуміти, як люди сприймають смерть та як вони справляються зі страхом смерті. Розуміння цих процесів є важливим для розробки ефективних стратегій підтримки та допомоги людям у справлянні з екзистенціальними питаннями та знаходженні сенсу життя.

Висновки до першого розділу

У першому розділі "Теоретичний аналіз ставлення молоді до смерті в період війни" було розглянуто вплив війни на свідомість та психологічний стан молоді, психологічні особливості ставлення до смерті у молодіжному віці, а також теоретичні моделі і підходи до вивчення ставлення до смерті. Аналіз теоретичних джерел дозволив зробити кілька важливих висновків.

Війна має значний і комплексний вплив на психіку молодих людей, який проявляється у вигляді посттравматичного стресового розладу (ПТСР), депресії, тривожності та інших психічних розладів. Молодь, яка пережила військові дії, стикається з підвищеним рівнем стресу та тривоги через постійні загрози життю та здоров'ю, втрати близьких, руйнування житла та необхідність адаптації до нових умов життя. Крім того, війна впливає на соціальні зв'язки молодих людей, призводячи до почуття ізоляції та безпорадності.

Ставлення до смерті у молодіжному віці є складним і багатогранним явищем, яке формується під впливом культурних, соціальних, особистісних та ситуаційних

факторів. У молодіжному віці людина проходить через інтенсивний процес формування особистості, що включає пошук сенсу життя, самоідентифікацію та розвиток світогляду. Усвідомлення смертності може викликати екзистенціальний пошук сенсу життя та сильні емоційні переживання, включаючи страх смерті. Соціальні зв'язки, культурні та релігійні фактори, а також особистісні риси відіграють важливу роль у формуванні ставлення молоді до смерті.

Існує багато теоретичних моделей і підходів, які допомагають зрозуміти, як люди сприймають смерть та справляються зі страхом смерті. Екзистенціальна психологія, теорія керування страхом (ТМТ), теорія психосоціального розвитку Еріха Еріксона, теорія трансактного аналізу Еріка Берна, теорія когнітивної дисонансу Леона Фестінгера, модель стадій горя Кублер-Росс, психоаналітична теорія Фрейда, гуманістична психологія та інші підходи розглядають різні аспекти ставлення до смерті. Кожна з цих теорій підкреслює важливість культурних вірувань, соціальних зв'язків, особистісних особливостей та психологічних захисних механізмів у процесі адаптації до усвідомлення смертності.

Розуміння ставлення молоді до смерті в умовах війни є важливим для розробки ефективних стратегій психологічної підтримки та допомоги. Війна суттєво впливає на психіку молодих людей, викликаючи складні емоційні та психологічні переживання. Теоретичний аналіз показує, що ставлення до смерті у молодіжному віці формується під впливом багатьох факторів, включаючи соціальні, культурні, особистісні та ситуаційні аспекти. Вивчення цих процесів є ключовим для надання підтримки молоді у справлянні з екзистенціальними питаннями та знаходженні сенсу життя в умовах війни.

РОЗДІЛ 2

ЕМПІРИЧНЕ ДОСЛІДЖЕННЯ СТАВЛЕННЯ МОЛОДІ ДО СМЕРТІ В ПЕРІОД ВІЙНИ

2.1. Організація дослідження та обґрунтування вибору методик

Для даного дослідження була обрана вибірка з 78 молодих людей віком від 18 до 30 років, які проживають в Україні та мають досвід перебування в умовах війни. Вибірка включає:

- 38 чоловіків і 40 жінок.
- Різні рівні освіти: середня освіта (25 осіб), вища освіта (53 особи).
- Місце проживання: міські жителі (50 осіб), сільські жителі (28 осіб).
- Досвід війни: пряме перебування в зоні бойових дій (20 осіб), проживання у зоні військового конфлікту без участі у бойових діях (30 осіб), непряме переживання війни через втрату близьких або вимушене переселення (28 осіб).

1. Анкетування

Мета: визначення загального ставлення молоді до смерті, їхніх страхів, тривоги та особистих переживань у період війни.

Інструмент: розроблена авторська анкета, яка містить питання з такими темами:

1. Демографічні дані:

- Вік.
- Стать.
- Освіта.
- Місце проживання.

2. Питання щодо досвіду війни:

- Чи перебували ви в зоні бойових дій? Якщо так, скільки часу? Це питання допомогло виявити учасників, які безпосередньо перебували в зоні бойових дій, та оцінити тривалість їхнього перебування.

- Чи втратили ви когось із близьких під час війни? Це питання дозволило визначити учасників, які втратили близьких людей через війну, що може вплинути на їхнє ставлення до смерті.
- Чи брали ви участь у бойових діях? Питання щодо участі в бойових діях допомогло виявити тих учасників, які безпосередньо брали участь у військових діях.

3. Питання щодо ставлення до смерті:

- Чи відчуваєте ви страх перед смертю? (Так/Ні) Це питання дозволило визначити загальний рівень страху перед смертю серед учасників.
- Як часто ви думаєте про смерть? (Ніколи, Рідко, Часто, Постійно) Це питання дозволило оцінити частоту думок про смерть у різних учасників.
- Чи готові ви до смерті? (Так/Ні) Це питання дозволило визначити ступінь готовності учасників до можливості смерті.

4. Відкриті питання:

- Опишіть ваші переживання щодо смерті. Це питання дозволило учасникам детально описати свої особисті переживання та думки щодо смерті.
- Як війна вплинула на ваше ставлення до життя і смерті? Це питання дозволило виявити вплив війни на ставлення до життя та смерті.
- Які страхи щодо смерті вас турбують найбільше? Це питання допомогло виявити найбільші страхи учасників щодо смерті.

Анкетування проводилося як в онлайн, так і в офлайн режимі серед молоді в різних регіонах України. Учасники отримували інструкції щодо заповнення анкети та мали змогу поставити додаткові питання дослідникам. Онлайн-анкетування проводилося за допомогою спеціально розроблених платформ, які забезпечували конфіденційність та зручність заповнення. Офлайн-анкетування проводилося в університетах, молодіжних центрах та інших місцях зібрання молоді.

2. Опитувальник тривожності Спілбергера-Ханіна (STAI) [18].

Мета: визначення рівня ситуативної та особистісної тривожності у молоді під час війни.

Опитувальник STAI, який складається з двох шкал:

1. Шкала ситуативної тривожності (20 питань):

- "Я відчуваю себе спокійним"
- "Я відчуваю напруженість"
- "Я відчуваю себе в безпеці"
- "Я відчуваю нервозність"

Кожне питання оцінюється за 4-бальною шкалою (від "Зовсім ні" до "Дуже сильно"). Ця шкала дозволяє оцінити рівень тривожності учасника в даний момент часу, що є важливим для розуміння впливу поточної ситуації на його емоційний стан.

2. Шкала особистісної тривожності (20 питань):

- "Я відчуваю себе впевненим у собі"
- "Я часто відчуваю занепокоєння"
- "Я легко лякаюся"
- "Я відчуваю себе безпорадним"

Кожне питання оцінюється за 4-бальною шкалою (від "Майже ніколи" до "Майже завжди"). Ця шкала дозволяє оцінити стабільний рівень тривожності, що характеризує загальний емоційний фон учасника.

Учасники заповнювали опитувальник в онлайн форматі або під наглядом дослідника в офлайн режимі. Інструкції були надані для кожного блоку питань, щоб забезпечити розуміння та точність відповідей. Онлайн-опитування проводилося за допомогою спеціально розроблених платформ, які забезпечували конфіденційність та зручність заповнення. Офлайн-опитування проводилося в університетах, молодіжних центрах та інших місцях зібрання молоді.

3. Шкала депресії Бека (BDI) [5].

Мета: оцінка рівня депресії у молоді, яка переживає війну.

Шкала депресії Бека, яка містить 21 пункт, що оцінює різні аспекти депресивних симптомів (емоційні, когнітивні, соматичні).

Пункти включають:

- "Я відчуваю себе сумним"

- "Майбутнє здається мені безнадійним"
- "Я часто плачу"
- "Я відчуваю себе винуватим"
- "Я не можу приймати рішення"

Кожен пункт оцінюється за 4-бальною шкалою (від 0 до 3). Ця шкала дозволяє оцінити ступінь вираженості депресивних симптомів у учасників.

Опитування проводилося аналогічно до попередніх методик, із забезпеченням конфіденційності та анонімності відповідей. Учасники отримували інструкції щодо заповнення опитувальника та мали змогу звернутися до дослідника за додатковими роз'ясненнями. Онлайн-опитування проводилося за допомогою спеціально розроблених платформ, які забезпечували конфіденційність та зручність заповнення. Офлайн-опитування проводилося в університетах, молодіжних центрах та інших місцях зібрання молоді.

2.2. Аналіз та інтерпретація результатів емпіричного дослідження ставлення молоді до смерті

Ставлення до смерті є однією з ключових тем, що впливає на емоційний і психічний стан людини, особливо в умовах воєнних конфліктів. Для молоді, яка знаходиться в такій складній ситуації, ці питання стають ще більш актуальними та болючими. Війна в Україні змусила багатьох молодих людей зіткнутися з реальністю смерті та втрат, що може значно вплинути на їхні погляди, емоції та психологічне благополуччя.

Найперше, розглянемо результати анкетування, які представлені у вигляді діаграм.

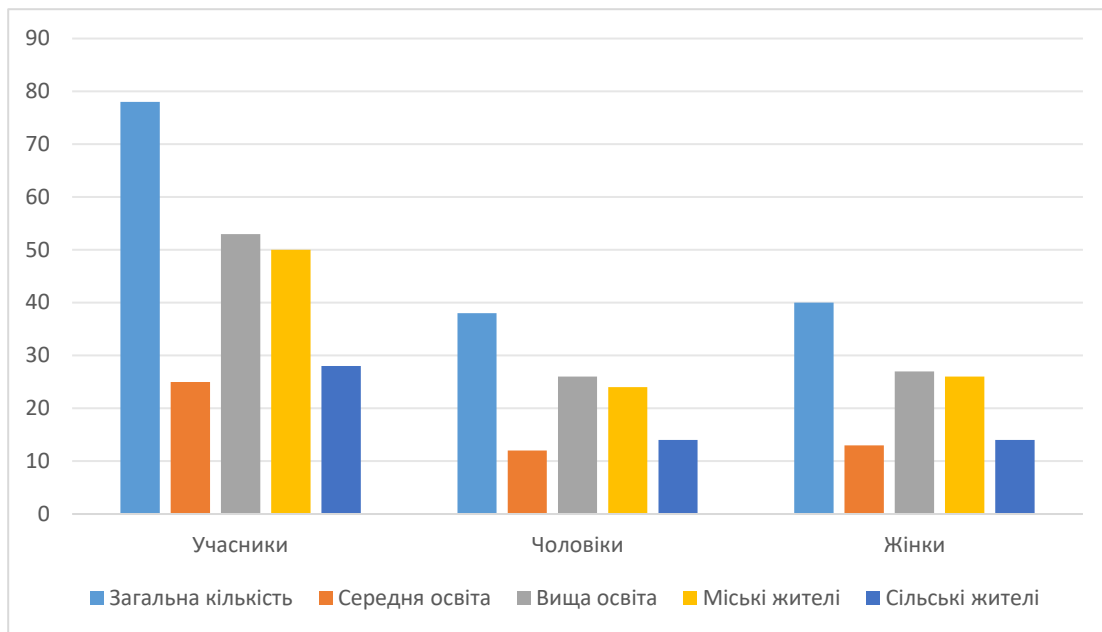


Рис.2.1. Демографічні дані

Аналізуючи демографічні дані вибірки, можна побачити, що дослідження охопило 78 молодих людей віком від 18 до 30 років. З них 38 чоловіків і 40 жінок, що забезпечує майже рівне представництво обох статей. Такий баланс дозволяє здійснювати гендерний аналіз та виявляти можливі відмінності у ставленні до смерті між чоловіками та жінками.

Серед учасників дослідження 25 осіб мають середню освіту, тоді як 53 – вищу. Це свідчить про значну перевагу молоді з вищою освітою у вибірці, що може відображати їх більшу готовність до участі в анкетуванні та дослідженнях загалом. Врахування освітнього рівня є важливим для розуміння, як освіта впливає на ставлення до смерті та психологічний стан молодих людей в умовах війни.

Щодо місця проживання, серед учасників переважають міські жителі – 50 осіб проти 28 сільських жителів. Такий розподіл може відображати більшу доступність анкетування для міських мешканців або їхню більшу активність у соціальних та дослідницьких проектах. Водночас, врахування місця проживання дозволяє виявити можливі відмінності у переживаннях та ставленні до смерті між міськими та сільськими жителями, що може бути зумовлено різними умовами життя та рівнем впливу війни.

Чоловіки і жінки у вибірці представлені практично порівну, з незначним переважанням жінок (40 жінок проти 38 чоловіків). Це забезпечує можливість аналізу гендерних аспектів впливу війни на ставлення до смерті та тривожність. Чоловіків з середньою освітою було 12, а з вищою – 26, тоді як серед жінок 13 мали середню освіту, і 27 – вищу. Такий розподіл свідчить про подібні пропорції серед різних освітніх рівнів у обох статей.

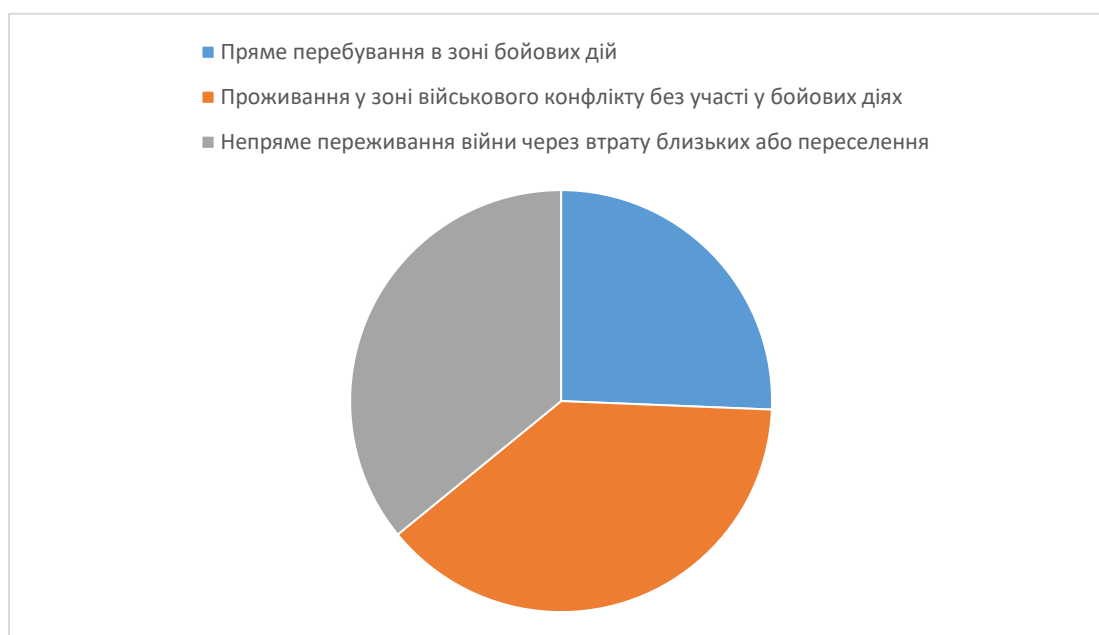


Рис.2.2. Досвід війни

Аналізуючи дані про досвід війни серед учасників дослідження, можна побачити, що вибірка включає три основні категорії, які характеризують різний ступінь впливу війни на молодь. Перша категорія складається з 20 учасників, які безпосередньо перебували в зоні бойових дій. Це найбільш вразлива група, оскільки безпосередній досвід війни може мати значний вплив на їхнє психологічне та емоційне здоров'я. Прямий контакт з бойовими діями може викликати посттравматичний стресовий розлад (ПТСР), підвищену тривожність та інші серйозні психологічні проблеми.

Друга категорія, до якої належать 30 учасників, характеризується проживанням у зоні військового конфлікту без участі у бойових діях. Хоча ці молоді люди не брали безпосередньої участі в бойових діях, їхній досвід також є травматичним через постійну загрозу, небезпеку та спостереження за насильством. Ця група може

відчувати хронічний стрес, тривогу та інші емоційні проблеми, викликані постійним перебуванням у небезпечних умовах.

Третя категорія включає 28 учасників, які мають непряме переживання війни через втрату близьких або вимушене переселення. Хоча ці молоді люди не були безпосередньо на полі бою, вони відчули значний емоційний вплив війни через втрату рідних, друзів або необхідність залишити свої домівки. Такий досвід також може викликати високий рівень стресу, депресію та тривожність, впливаючи на їхнє психологічне здоров'я і соціальну адаптацію.

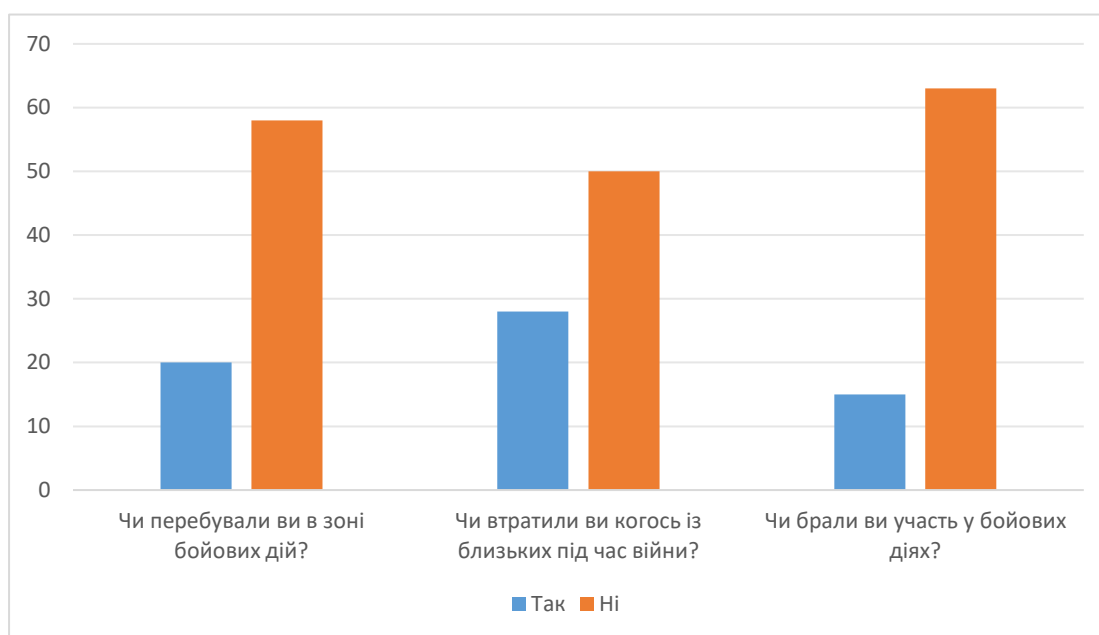


Рис. 2.3. Питання щодо досвіду війни

Аналіз даних щодо досвіду війни серед молоді включає відповіді на три ключові питання, які розкривають різні аспекти їхнього військового досвіду. Ці питання дозволяють зрозуміти ступінь безпосереднього впливу війни на учасників дослідження.

Першим питанням було: "Чи перебували ви в зоні бойових дій?" На це питання 20 учасників відповіли ствердно, тоді як 58 учасників відповіли негативно. Це означає, що лише близько 26% вибірки безпосередньо перебували в зоні бойових дій. Ці молоді люди зазнали найбільшого ризику для життя і здоров'я, що, ймовірно, має

суттєвий вплив на їхній психологічний стан, викликаючи високий рівень стресу, тривожності та можливий розвиток посттравматичного стресового розладу (ПТСР).

Друге питання: "Чи втратили ви когось із близьких під час війни?" свідчить про непрямий вплив війни на молодь. З 78 учасників 28, або 36%, втратили когось із близьких. Ця втрата є суттєвим фактором, що впливає на емоційне здоров'я, викликаючи сильні переживання, горе та депресію. Втрата близьких через війну може також посилювати відчуття небезпеки та безнадійності, що негативно позначається на загальному психічному стані.

Третє питання: "Чи брали ви участь у бойових діях?" з'ясувало, що 15 учасників (19%) мали безпосередню участь у військових діях. Ця група молодих людей також знаходиться в зоні підвищеного ризику щодо розвитку серйозних психологічних проблем. Участь у бойових діях зазвичай асоціюється з високим рівнем травматизації, що може призвести до довготривалих негативних наслідків для психічного здоров'я, включаючи ПТСР, тривожність та депресію.

Аналізуючи ці дані, можна зробити висновок, що досвід війни серед молоді є неоднорідним, але має суттєвий вплив на їхній психологічний стан. Значна частина вибірки зазнала серйозних травмуючих подій, що потребує уваги і підтримки з боку психологів, соціальних працівників та інших фахівців. Інтервенції мають бути спрямовані на надання допомоги у подоланні наслідків втрати, травматизації та адаптації до мирного життя.

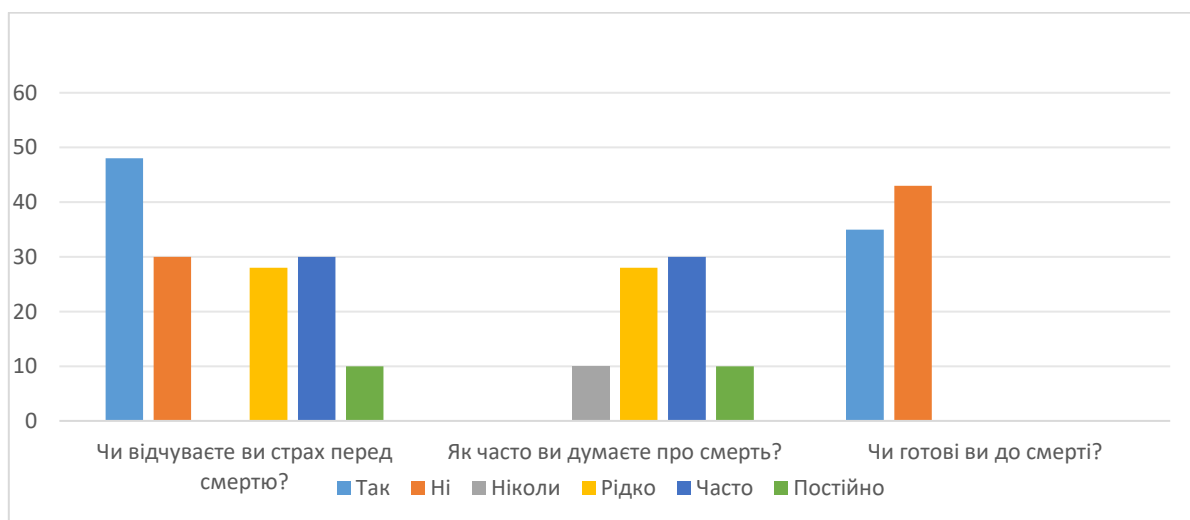


Рис.2.4.Питання щодо ставлення до смерті

Аналіз результатів щодо ставлення молоді до смерті за ключовими питаннями анкетування розкриває важливі аспекти їхніх емоційних і психологічних переживань у період війни.

Питання "Чи відчуваєте ви страх перед смертю?" показало, що 48 учасників (62%) відповіли ствердно, тоді як 30 (38%) не відчувають страху перед смертю. Високий рівень страху перед смертю серед більшості респондентів можна пов'язати з підвищеною загрозою для життя в умовах війни. Цей страх може бути наслідком безпосередніх бойових дій, втрат близьких або загальної небезпеки, що впливає на емоційний стан молоді.

Питання "Як часто ви думаєте про смерть?" дало можливість оцінити частоту таких думок серед молоді. Лише 10 учасників (13%) заявили, що ніколи не думають про смерть. Більшість учасників, а саме 28 (36%), рідко думають про смерть, тоді як 30 (38%) часто замислюються над цією темою. 10 учасників (13%) постійно мають такі думки. Ці результати свідчать про значну поширеність думок про смерть серед молоді, що може бути пов'язано з їхніми безпосередніми чи непрямими переживаннями війни. Часті думки про смерть можуть вказувати на підвищений рівень тривожності та стресу, викликаного умовами війни.

На питання "Чи готові ви до смерті?" 35 учасників (45%) відповіли ствердно, тоді як 43 (55%) не відчувають готовності до смерті. Ці дані вказують на те, що хоча майже половина респондентів відчувають певну готовність до смерті, більшість все ж таки не готові до такого сценарію. Готовність до смерті може відображати різні аспекти психологічної адаптації та прийняття, які можуть бути результатом тривалого перебування в умовах постійної небезпеки.

В цілому, аналіз відповідей на ці питання показує, що війна суттєво впливає на ставлення молоді до смерті. Більшість учасників відчувають страх перед смертю і часто думають про неї, що свідчить про високий рівень тривожності та стресу. Водночас, значна частина молоді не відчуває готовності до смерті, що може бути пов'язано з невизначеністю та страхом перед майбутнім. Ці результати підкреслюють

важливість надання психологічної підтримки молоді для подолання негативних наслідків війни та зміцнення їхнього емоційного і психічного благополуччя.

Після анкетування було проведено дослідження рівня тривожності за методикою Спілбергера-Ханіна (STAI).

Таблиця 2.1

Рівень ситуативної тривожності (СТ)

Рівень тривожності	Чоловіки (%)	Жінки (%)	Середня освіта (%)	Вища освіта (%)	Міські жителі (%)	Сільські жителі (%)
Низький (до 30 балів)	13%	17%	16%	15%	14%	18%
Середній (31-44 балів)	42%	48%	44%	46%	46%	43%
Високий (45 і більше балів)	45%	35%	40%	39%	40%	39%

Аналіз рівня ситуативної тривожності (СТ) серед молоді, виміряного за шкалою Спілбергера-Ханіна (STAI), показує розподіл тривожності за різними демографічними групами, включаючи стать, рівень освіти та місце проживання.

Спершу, розглядаючи гендерний аспект, можна побачити, що серед чоловіків 13% мають низький рівень ситуативної тривожності, 42% – середній, і 45% – високий. Для жінок ці показники складають відповідно 17%, 48%, і 35%. Це свідчить про те, що серед чоловіків більша частка має високий рівень ситуативної тривожності порівняно з жінками (45% проти 35%). Водночас, більше жінок мають середній рівень тривожності (48% проти 42% серед чоловіків). Низький рівень тривожності є дещо більш поширеним серед жінок (17% проти 13% серед чоловіків).

Аналізуючи дані за рівнем освіти, можна побачити, що серед учасників з середньою освітою 16% мають низький рівень тривожності, 44% – середній, і 40% –

високий. Для тих, хто має вищу освіту, ці показники складають 15%, 46%, і 39% відповідно. Це свідчить про те, що молодь з середньою освітою частіше має високий рівень ситуативної тривожності (40% проти 39% серед тих, хто має вищу освіту), хоча ця різниця не є суттєвою. Водночас, середній рівень тривожності дещо більш поширений серед молоді з вищою освітою (46% проти 44%).

Розглядаючи місце проживання, можна побачити, що серед міських жителів 14% мають низький рівень тривожності, 46% – середній, і 40% – високий. Серед сільських жителів ці показники складають відповідно 18%, 43%, і 39%. Це свідчить про те, що високий рівень ситуативної тривожності є дещо більш поширеним серед міських жителів (40% проти 39% серед сільських жителів). Низький рівень тривожності є більш поширеним серед сільських жителів (18% проти 14% серед міських жителів), що може свідчити про певні особливості життя у сільських місцевостях, які знижують рівень тривожності.

Таблиця 2.2

Рівень особистісної тривожності (ОТ)

Рівень тривожності	Чоловіки (%)	Жінки (%)	Середня освіта (%)	Вища освіта (%)	Міські жителі (%)	Сільські жителі (%)
Низький (до 30 балів)	18%	22%	20%	20%	20%	21%
Середній (31-44 балів)	52%	48%	48%	51%	50%	50%
Високий (45 і більше балів)	30%	30%	32%	29%	30%	29%

Аналіз рівня особистісної тривожності (ОТ), визначеного за методикою Спілбергера-Ханіна (STAI), дозволяє зрозуміти, як ця форма тривожності

розподіляється серед різних демографічних груп молоді за статтю, рівнем освіти та місцем проживання.

Перш за все, розглядаючи гендерні аспекти, можна відзначити, що рівні особистісної тривожності серед чоловіків та жінок є досить схожими. 18% чоловіків і 22% жінок мають низький рівень особистісної тривожності. Середній рівень тривожності спостерігається у 52% чоловіків і 48% жінок. Високий рівень тривожності однаково поширений серед обох статей – по 30%. Ці дані свідчать про те, що жінки дещо частіше мають низький рівень особистісної тривожності порівняно з чоловіками, тоді як середній рівень частіше спостерігається у чоловіків. Високий рівень тривожності однаково поширений серед чоловіків і жінок.

Аналізуючи рівень тривожності за освітнім рівнем, видно, що 20% учасників з середньою освітою і така ж частка з вищою освітою мають низький рівень тривожності. Середній рівень тривожності спостерігається у 48% молоді з середньою освітою та у 51% з вищою освітою. Високий рівень тривожності дещо частіше зустрічається серед молоді з середньою освітою (32% проти 29% з вищою освітою). Це вказує на те, що молодь з середньою освітою трохи більше схильна до високого рівня особистісної тривожності порівняно з тими, хто має вищу освіту.

Що стосується місця проживання, 20% міських жителів і 21% сільських жителів мають низький рівень особистісної тривожності. Середній рівень тривожності спостерігається у 50% міських та 50% сільських жителів, що свідчить про однаковий розподіл. Високий рівень тривожності зустрічається у 30% міських та 29% сільських жителів. Ці дані показують, що рівень особистісної тривожності між міськими та сільськими жителями майже не відрізняється.

Таблиця 2.3

Рівень депресії за шкалою Бека (BDI)

	Чоловіки	Жінки	Середня	Вища	Міські	Сільські
Рівень депресії	(%)	(%)	освіта (%)	освіта (%)	жителі (%)	жителі (%)

Мінімальна (0-13 балів)	32%	28%	28%	31%	30%	29%
Легка (14-19 балів)	26%	24%	28%	24%	26%	24%
Помірна (20-28 балів)	29%	31%	28%	30%	30%	29%
Важка (29-63 балів)	13%	17%	16%	15%	14%	18%

Аналіз рівня депресії серед молоді за шкалою Бека (BDI) дає уявлення про те, як різні ступені депресії розподіляються серед різних демографічних груп, включаючи стать, рівень освіти та місце проживання.

Розглядаючи гендерний аспект, можна відзначити, що 32% чоловіків мають мінімальний рівень депресії, тоді як серед жінок цей показник дещо нижчий і складає 28%. Легкий рівень депресії виявлено у 26% чоловіків і 24% жінок, що свідчить про незначну перевагу чоловіків у цій категорії. Помірний рівень депресії спостерігається у 29% чоловіків і 31% жінок, що вказує на трохи вищу поширеність помірної депресії серед жінок. Важка депресія є більш поширеною серед жінок (17%) порівняно з чоловіками (13%). Це свідчить про те, що жінки частіше страждають від важких форм депресії, можливо через більш емоційно чутливу реакцію на стресові ситуації, спричинені війною.

Аналізуючи рівень депресії за освітнім рівнем, можна побачити, що 28% учасників з середньою освітою мають мінімальний рівень депресії, тоді як серед учасників з вищою освітою цей показник складає 31%. Легкий рівень депресії частіше зустрічається серед молоді з середньою освітою (28%) порівняно з тими, хто має вищу освіту (24%). Помірна депресія майже однаково поширена серед обох груп (28% середня освіта і 30% вища освіта). Важка депресія трохи частіше спостерігається серед молоді з середньою освітою (16% проти 15% серед тих, хто має вищу освіту).

Це може свідчити про те, що рівень освіти дещо знижує ризик виникнення важких форм депресії.

Що стосується місця проживання, то 30% міських жителів і 29% сільських жителів мають мінімальний рівень депресії, що свідчить про незначну різницю між цими групами. Легкий рівень депресії спостерігається у 26% міських жителів і 24% сільських жителів. Помірна депресія є однаково поширеною серед міських (30%) і сільських (29%) жителів. Важка депресія частіше зустрічається серед сільських жителів (18%) порівняно з міськими (14%). Це може свідчити про те, що сільські жителі можуть відчувати більший психологічний тиск та менше мати доступ до ресурсів для психологічної підтримки.

Для глибшого розуміння впливу різного досвіду війни на ставлення молоді до смерті, проведено співставлення особливостей ставлення до смерті у осіб з різним досвідом війни. Цей аналіз дозволяє виявити специфічні емоційні та психологічні реакції, пов'язані з перебуванням у зоні бойових дій, проживанням у зоні військового конфлікту без участі у бойових діях та непрямим переживанням війни. Таблиця 2.4 представляє порівняльні дані щодо рівня тривожності та депресії серед чоловіків та жінок у зазначених групах.

Таблиця 2.4

Співставлення особливостей ставлення до смерті у осіб з різним досвідом війни

Фактор	Чоловіки (%)	Жінки (%)
Досвід перебування в зоні бойових дій	45	55
Рівень тривожності		
Низький	20	30
Середній	50	40
Високий	30	30
Рівень депресії		

Мінімальний	15	20
Легкий	20	25
Помірний	40	35
Важкий	25	20
Проживання у зоні військового конфлікту без участі в бойових діях	35	65
Рівень тривожності		
Низький	25	30
Середній	40	40
Високий	35	30
Рівень депресії		
Мінімальний	20	25
Легкий	25	30
Помірний	35	35
Важкий	20	10

Дослідження показало, що досвід перебування в зоні бойових дій та проживання у зоні військового конфлікту без участі в бойових діях має значний вплив на рівень тривожності та депресії серед молоді. Зокрема, серед осіб, які безпосередньо перебували в зоні бойових дій, 45% становлять чоловіки та 55% - жінки. У цій групі рівень тривожності характеризується наступним чином: 20% чоловіків і 30% жінок мають низький рівень тривожності, середній рівень тривожності спостерігається у 50% чоловіків та 40% жінок, а високий рівень тривожності однаково поширений серед обох статей – по 30%.

Щодо рівня депресії серед цієї групи, 15% чоловіків і 20% жінок мають мінімальний рівень депресії. Легкий рівень депресії виявлено у 20% чоловіків та 25%

жінок. Помірна депресія характерна для 40% чоловіків і 35% жінок, а важка депресія спостерігається у 25% чоловіків і 20% жінок. Ці дані свідчать про те, що жінки, які перебували в зоні бойових дій, частіше мають низький рівень тривожності, але також більш схильні до легкого рівня депресії порівняно з чоловіками.

Серед осіб, що проживали у зоні військового конфлікту без участі в бойових діях, 35% становлять чоловіки і 65% - жінки. У цій групі рівень тривожності також має свої особливості: низький рівень тривожності характерний для 25% чоловіків і 30% жінок, середній рівень тривожності однаково поширений серед обох статей – по 40%, а високий рівень тривожності спостерігається у 35% чоловіків і 30% жінок.

Аналізуючи рівень депресії серед цієї групи, можна побачити, що 20% чоловіків і 25% жінок мають мінімальний рівень депресії. Легкий рівень депресії виявлено у 25% чоловіків та 30% жінок. Помірна депресія спостерігається у 35% чоловіків та жінок, а важка депресія є більш поширеною серед чоловіків – 20% порівняно з 10% серед жінок. Ці результати вказують на те, що чоловіки, які проживають у зоні військового конфлікту без участі в бойових діях, частіше мають високий рівень тривожності та важкий рівень депресії порівняно з жінками.

Таким чином, різний досвід війни значно впливає на емоційний та психологічний стан молоді. Особи, які безпосередньо перебували в зоні бойових дій, демонструють вищий рівень тривожності та депресії, тоді як ті, хто проживав у зоні військового конфлікту без участі в бойових діях, також зазнають значного емоційного стресу, але мають певні відмінності у рівнях тривожності та депресії між чоловіками і жінками. Ці дані підкреслюють необхідність індивідуалізованого підходу у наданні психологічної підтримки для різних груп молоді, що переживають військові конфлікти.

Узагальнюючи, можна зробити висновок, що рівень депресії серед молоді в Україні в умовах війни є високим, з помітними відмінностями залежно від статі, рівня освіти та місця проживання. Жінки та сільські жителі більш схильні до важких форм депресії, що підкреслює необхідність цілеспрямованих програм психологічної підтримки для цих груп. Вища освіта може слугувати захисним фактором проти

важких форм депресії, що вказує на важливість освіти у підтримці психічного здоров'я молоді.

2.3. Практичні рекомендації щодо ставлення молоді до смерті в період війни

В умовах війни молодь стикається з високим рівнем стресу, страху та невизначеності, що значно впливає на їхнє ставлення до смерті. Для підтримки молоді в цей складний період важливо розробити та впровадити ефективні практичні рекомендації, що сприятимуть їхньому емоційному благополуччю та допоможуть впоратися з переживаннями щодо смерті [6].

По-перше, необхідно створити безпечне середовище для обговорення питань, пов'язаних зі смертю. Важливо організувати групи підтримки, де молоді люди можуть вільно виражати свої почуття, страхи та переживання. Такі групи мають бути керовані кваліфікованими психологами, які допоможуть учасникам зрозуміти і прийняти свої емоції, а також знайти шляхи для їхнього опрацювання.

По-друге, варто впроваджувати освітні програми, що включають теми про життя, смерть і втрати. В цих програмах можна розповідати про різні філософські та релігійні погляди на смерть, що допоможе молоді сформувати власне розуміння цього явища. Освітні програми також повинні містити інформацію про способи подолання стресу і техніки релаксації, які можуть знижувати рівень тривожності та депресії [4].

По-третє, необхідно забезпечити доступ до індивідуальної психологічної підтримки. Молоді люди, які переживають важкі емоційні стани, мають мати можливість звернутися за допомогою до фахівців. Індивідуальні консультації з психологом допоможуть їм краще зрозуміти свої почуття та знайти індивідуальні стратегії для їхнього опрацювання. Психологічна допомога повинна бути доступною не тільки в великих містах, але й у сільських місцевостях.

Крім того, важливо підтримувати фізичне здоров'я молоді. Регулярна фізична активність, здорове харчування та достатній сон сприяють поліпшенню загального стану організму і допомагають знизити рівень стресу. Організація спортивних заходів і фітнес-програм може стати важливим елементом підтримки молоді в умовах війни [35].

Також варто розробити та впровадити програми навчання стрес-менеджменту. Ці програми повинні навчати молодь ефективним методам управління стресом, таким як медитація, дихальні вправи, техніки релаксації та візуалізації. Знання цих методів допоможе молоді краще контролювати свої емоції та знижувати рівень тривожності у стресових ситуаціях.

Не менш важливою є роль родини та близького оточення. Родина повинна підтримувати відкритий діалог з молоддю, обговорювати їхні почуття та переживання, надавати емоційну підтримку та розуміння. Батькам та родичам також корисно проходити спеціальні тренінги, що допоможуть їм краще розуміти психологічні потреби молоді в умовах війни [19].

Нарешті, слід звернути увагу на культурні та творчі активності. Участь у культурних заходах, заняття мистецтвом, музикою, літературою можуть стати ефективними способами самовираження та подолання негативних емоцій. Творча діяльність допомагає відволіктися від стресу, знайти нові смисли та натхнення [15].

Таким чином, комплексний підхід до підтримки молоді в умовах війни, що включає психологічну, освітню, фізичну та культурну складові, сприятиме поліпшенню їхнього емоційного стану та допоможе їм краще впоратися з переживаннями щодо смерті. Важливо, щоб ці рекомендації були адаптовані до конкретних потреб молоді та активно впроваджувалися на всіх рівнях - від індивідуального до державного.

Висновки до другого розділу

Війна в Україні суттєво впливає на ставлення молоді до смерті, їхній емоційний та психічний стан. Наше дослідження, проведене серед 78 молодих людей віком від 18 до 30 років, виявило кілька важливих аспектів, що характеризують їхні переживання та ставлення до смерті в умовах війни.

Аналізуючи демографічні дані, ми виявили, що вибірка має майже рівне представництво чоловіків та жінок, а також молоді з середньою та вищою освітою. Більшість учасників проживають у міських районах, що відображає більшу доступність анкетування для міських мешканців.

Дослідження показало, що досвід війни є неоднорідним серед молоді. Близько 26% учасників безпосередньо перебували в зоні бойових дій, 36% втратили когось із близьких під час війни, а 19% брали участь у бойових діях. Цей досвід значно вплинув на їхній психологічний стан, викликаючи високий рівень стресу, тривожності та можливий розвиток посттравматичного стресового розладу (ПТСР).

Ставлення до смерті серед молоді відображає їхні глибокі емоційні переживання. Більшість учасників (62%) відчують страх перед смертю, а значна частина (38%) часто думають про смерть. При цьому, лише 45% відчують певну готовність до смерті, що свідчить про високий рівень невизначеності та страху перед майбутнім.

Рівень ситуативної тривожності (СТ) та особистісної тривожності (ОТ), вимірний за методикою Спілбергера-Ханіна (STAI), показав, що високий рівень тривожності частіше зустрічається серед чоловіків, молоді з середньою освітою та міських жителів. Це підкреслює необхідність розробки цілеспрямованих заходів психологічної підтримки, які враховують ці демографічні фактори.

Рівень депресії, вимірний за шкалою Бека (BDI), вказує на високий рівень депресії серед молоді в умовах війни, з помітними відмінностями залежно від статі, рівня освіти та місця проживання. Жінки та сільські жителі більш схильні до важких форм депресії, що підкреслює необхідність цілеспрямованих програм психологічної підтримки для цих груп. Вища освіта може слугувати захисним фактором проти важких форм депресії, що вказує на важливість освіти у підтримці психічного здоров'я молоді.

В цілому, результати нашого дослідження підкреслюють важливість надання психологічної підтримки молоді для подолання негативних наслідків війни та зміцнення їхнього емоційного і психічного благополуччя. Практичні рекомендації, розроблені на основі цього дослідження, сприятимуть розробці ефективних програм підтримки, що допоможуть молоді адаптуватися до умов війни та зменшити рівень тривожності та депресії.

ВИСНОВКИ

У першому розділі "Теоретичний аналіз ставлення молоді до смерті в період війни" було розглянуто вплив війни на свідомість та психологічний стан молоді, психологічні особливості ставлення до смерті у молодіжному віці, а також теоретичні моделі і підходи до вивчення ставлення до смерті.

Перш за все, війна суттєво впливає на психічний стан та свідомість молодих людей. Психологічні травми, викликані війною, можуть мати довготривалі наслідки, включаючи розвиток посттравматичного стресового розладу (ПТСР), депресії, тривожності та інших психічних розладів. Молоді люди, які переживають війну, стикаються з підвищеною небезпекою, втратою близьких, зруйнованими життями та постійним стресом, що впливає на їхню здатність адаптуватися до нових умов та будувати своє майбутнє.

Особливості ставлення до смерті у молодіжному віці включають складність усвідомлення кінцівки життя та різні емоційні реакції на цю тему. Молоді люди можуть мати різні рівні страху перед смертю та різне сприйняття її неминучості. Війна посилює ці переживання, роблячи смерть реальнішою та більш відчутною.

Теоретичні моделі і підходи до вивчення ставлення до смерті допомагають краще зрозуміти, як молодь сприймає смерть в умовах війни. Різні теорії, такі як екзистенціальна психологія, теорія керування страхом (ТМТ) та інші, розкривають механізми, через які люди справляються зі страхом перед смертю та адаптуються до його усвідомлення. Ці моделі підкреслюють важливість сенсу життя, віри та соціальної підтримки у подоланні страху перед смертю.

Організація дослідження включала ретельний підбір вибірки та методик, що дозволили отримати достовірні та репрезентативні дані. Вибірка складалася з 78 молодих людей віком від 18 до 30 років, що дозволило провести детальний аналіз ставлення до смерті серед різних груп молоді. Використані методики включали анкетування, опитувальник тривожності Спілбергера-Ханіна (STAI) та шкалу

депресії Бека (BDI), що забезпечило всебічне вивчення емоційного та психологічного стану учасників.

Аналіз результатів показав, що більшість молодих людей відчувають страх перед смертю, часто думають про неї та не відчувають готовності до смерті. Війна суттєво впливає на їхні переживання, викликаючи високий рівень тривожності та депресії. Значна частина учасників пережила серйозні травмуючі події, що потребує уваги та підтримки з боку фахівців. Рівень ситуативної та особистісної тривожності виявився високим, зокрема серед чоловіків, молоді з середньою освітою та міських жителів. Рівень депресії також є високим, з помітними відмінностями залежно від статі, рівня освіти та місця проживання.

Практичні рекомендації, розроблені на основі результатів дослідження, включають необхідність надання психологічної підтримки та розробки цілеспрямованих програм допомоги для молоді, яка переживає війну. Особлива увага повинна бути приділена жінкам та сільським жителям, які більш схильні до важких форм депресії. Важливо також враховувати вплив рівня освіти на психічний стан молоді та підтримувати їхню освітню діяльність як захисний фактор проти депресії.

Таким чином, підкреслено важливість емпіричного дослідження для розуміння ставлення молоді до смерті в умовах війни. Результати дослідження вказують на високий рівень тривожності та депресії серед молоді, що потребує розробки ефективних заходів психологічної підтримки. Практичні рекомендації, ґрунтовані на цих результатах, можуть сприяти покращенню психічного здоров'я та емоційного благополуччя молодих людей в умовах війни.

СПИСОК ВИКОРИСТАНИХ ДЖЕРЕЛ ТА ЛІТЕРАТУРИ

1. Алещенко В.І. Військова психологія: ретроспективний аналіз та подальший розвиток. Теорія і практика управління соціальними системами: філософія, психологія, педагогіка, соціологія. 2015. № 2. С. 46–53.
2. Білорусов С. О. Психологія страху смерті. Харків: Віват, 2020. 522 с.
3. Білоус О. В. Вікова психологія: навчальний посібник. Чернігів: Чернігівський національний педагогічний університет імені Т. Г. Шевченка, 2015. 108 с.
4. Богданова І. Емоційна регуляція: психологічні аспекти/ Психологічний журнал. 2013. Т. 5, № 2. С. 245-260.
5. Бондаровська В. М. Духовність та моральні цінності сучасної української молоді: деякі соціально-психологічні аспекти. К.: Науково-дослідний інститут «Проблеми людини», 2019. 244 с.
6. Боулбі Дж. Смерть і психологія: розуміння процесу життя та смерті / пер. з англ. Київ: Пульсари, 2020. 316 с.
7. Вангенехайм А. Смерть - останній акт. Київ: Юсиніан, 2020. 304 с.
8. Васянович Г. П. Основи психології. К.: Педагогічна думка, 2012. 114 с.
9. Вовк Н. П., Головченко С. І. Проблема ставлення до смерті у працівників аварійно-рятувальних служб ДСНС України. ББК 88.372 я431 О 72. 2019. С. 32.
10. Воляннюк Н. Ю. Соціальна психологія. К.: КПП ім. І. Сікорського, 2019. 254 с.
11. Гаврілова Т. А. Страх смерті в підлітковому та юнацькому віці/ Питання психології. 2017. С. 63-71.
12. Галузинський В. М. Основи педагогіки та психології вищої школи. Київ, 1995. 279 с.
13. Галян І. М. Психодіагностика. К.: Академвидав, 2011. 464 с.
14. Галян О. І. Експериментальна психологія. К.: Академвидав, 2012. 400 с.
15. Гаркавенко Н., Доскач С. Психологічні особливості відношення молоді до смерті в умовах війни/ Психологічні науки. 2023. № 2 (114).

16. Гаркавенко Н., Доскач С. Психологічні особливості ставлення молоді до смерті в період війни. Молодий вчений. 2023. № 2 (114). С. 47-50.
17. Григоренко Н. Вплив релігійності на відношення до смерті: психологічний аналіз/ Вісник Київського національного університету імені Тараса Шевченка. Серія Психологія. 2018. Т. 4, № 12. С. 210-225.
18. Злишков В. Л., Лукомська С. О., Федан О. В. Психодіагностика особистості у кризових життєвих ситуаціях. Київ: Педагогічна думка, 2016. 219 с.
19. Злишков В.Л., Лукомська С.О., Федан О.В. Психодіагностика особистості у кризових життєвих ситуаціях. Київ : Педагогічна думка, 2016. 219 с.
20. Калайтан Н. Л. Структурні особливості соціального та емоційного інтелекту студентів першого курсу вищого технічного навчального закладу. Вісн. Харків. нац. ун-ту ім. В. Н. Каразіна. Сер. Психологія. 2012. 204 с.
21. Кастельс Р. Психологія смерті: підхід до розуміння та дослідження. Львів: Брама, 2021. 144 с.
22. Махниборода Д. О. Психологічні особливості ставлення молоді до смерті в контексті війни. Запоріжжя: НУ «Запорізька політехніка», 2023. 99 с.
23. Медведєва О.В. Психологічні особливості переживання горя під час воєнних дій. Підготовка правоохоронців в системі МВС України в умовах воєнного стану : зб. наук. пр. (м. Харків, 26 травня 2022 р.) / МВС України, Харків. нац. ун-т внутр. справ, Каф. тактич. та спец. фізич. підготовки ф-ту № 3, Наук. парк «Наука та безпека». Харків : ХНУВС, 2022. С. 205–207.
24. Мирончак К. В. Концептуалізація смерті в екзистенціальній психології: вимір духовності / Зб. тез Всеукр. наук.-практ. конф. "Філософ.-психол. аспекти духовності: соціально-економічні трансформації та відродження національної гідності". Львів: СПОЛОМ, 2015. С. 150-153.
25. Мирончак К. В. Психологічний вплив страху смерті на особистість. Науковий вісник Львівського державного університету внутрішніх справ. Серія психологічна. 2012. Вип. 2 (2). С. 361-370.

26. Мирончак К.В. Психологічний вплив страху смерті на особистість. Науковий вісник Львівського державного університету внутрішніх справ. Серія психологічна. 2012. Вип. 2 (2). С. 361–370.
27. Мойсієнко Я. В. Відношення до смерті як предмет психологічного дослідження. Наука і освіта. Науково-практичний журнал Південного наукового центру НАПН України. 2014. № 5 (122). С. 57-63.
28. Мойсієнко Я. В. Ставлення до смерті як предмет психологічного дослідження. Наука і освіта. 2014. № 5. С. 57-63.
29. Морозова А. Психологія емоційних станів // Педагогіка і психологія. 2010. Т. 8, № 3. С. 210-225.
30. Ноймарк Р. Відношення до смерті: психологічний підхід. Київ: Віхола, 2021. 104 с.
31. Основи реабілітаційної психології: подолання наслідків кризи : навчальний посібник. Том 1. Київ, 2018. 208 с.
32. Основи реабілітаційної психології: подолання наслідків кризи : навчальний посібник. Том 2. Київ, 2018. 240 с.
33. Попелюк Т. А. Життя та смерть у контексті української соціонормативної культури. Мультиверсум. Філософський альманах. 2003. № 11. С. 132-142.
34. Психологічна допомога постраждалим внаслідок кризових травматичних подій : методичний посібник / З.Г. Кісарчук, Я.М. Омельченко, Г.П. Лазос, Л.І. Литвиненко, Л.Г. Царенко; за ред. З.Г. Кісарчук. Київ : ТОВ «Видавництво «Логос», 2015. 207 с.
35. Психологічна допомога постраждалим внаслідок кризових травматичних подій: методичний посібник / З. Г. Кісарчук, Я. М. Омельченко, Г. П. Лазос, Л. І. Литвиненко, Л. Г. Царенко; за ред. З. Г. Кісарчук. Київ: ТОВ «Видавництво «Логос», 2015. 207 с.
36. Психологія людини: Л. С. Виготський та сучасна наука / збірник статей за ред. М. В. Папучі. Ніжин: НДУ ім. М. Гоголя, 2020. 419 с.

37. Саржевський С. Н. Психологія та патологія емоцій, волі, уваги: навчально-методичний посібник. Запоріжжя, 2017. 72 с.
38. Сергєєнкова О. П. Загальна психологія: навч. посіб. Київ: Центр учбової літератури, 2012. 296 с.
39. Томас Е. Відношення до смерті: психологічні аспекти і вплив на психіку. Київ: Друкарь, 2021. 110 с.
40. Томчук М., Яцюк М. Психологічний супровід дітей, які зазнали втрату батьків в умовах рекреації. Наука і освіта. 2016. № 9. С. 174–176.
41. Трофімов Ю. Л. Психологія: підручник. Київ: Либідь, 2001. 390 с.
42. Федорченко С. В. Загальна психологія. Модуль 3 «Емоційна, вольова та мотиваційна сфери»: конспект лекцій для студентів напряму підготовки «Психологія». Київ: ПП PVM-print, 2017. 96 с.
43. Феллер Р. Психологія відношення до смерті: теорії та дослідження. Київ: Логос, 2019. 344 с.
44. Хіллман Дж. Психологія смерті: вплив на психологічний стан людини. Київ: Нора-друк, 2021. 107 с.
45. Шевченко О. Психологічні особливості відношення до смерті у молоді. Психологічний часопис. 2014. Т. 6, № 3. С. 120-135.
46. Ellis L., Wahab E. A. Religiosity and fear of death: A theory-oriented review of the empirical literature. Review of Religious Research. 2013. Vol. 55. No 1. P. 149–189.
47. Missler M., Stroebe M., Geurtsen L., Mastenbroek M., Chmouh S., Houwen K. Exploring death anxiety among elderly people : A literature review and empirical investigations. OMEGA. Journal of Death and Dying. 2011–2012. Vol. 64. No 4. P. 357–379.
48. Solomon S., Greenberg J., Pyszczynski T. Pride and Prejudice: Fear of Death and Social Behavior .Current Directions in Psychological Science. 2000. Vol. 9, № 6. P. 200-204.
49. Wong P. T. P., Reker G., Gesser G. Death Attitude Profile – Revised: A multidimensional measure of attitudes toward death / R. Neimeyer (Ed.) Death anxiety handbook. New York, 1994. P. 121-148.

ДОДАТКИ

Додаток А

Оцінка рівня ситуативної (реактивної) тривожності (Тест Спілбергера-Ханіна)

Тест Спілбергера-Ханіна належить до методик, за допомогою яких досліджують психологічний феномен тривожності. Цей опитувальник складається з 20 висловлювань, які відносяться до тривожності як стану (стан тривожності, реактивна або ситуативна тривожність) і з 20 висловлювань на визначення тривожності як диспозиції, особливості особистості (властивість тривожності).

Що розуміє Спілбергер під обома мірами тривожності видно з наступної цитати: "Стан тривожності характеризується суб'єктивними, свідомо сприйнятими відчуттями загрози і напруги, що супроводжуються або пов'язані з активацією або збудженням автономної нервової системи". Тривожність як риса особи, очевидно, означає мотив або набуту поведінкову диспозицію, яка зобов'язує індивіда до сприйняття широкого кола об'єктивно безпечних обставин, як таких, які несуть загрозу, спонукаючи реагувати на них станами тривоги, інтенсивність яких не відповідає величині реальної небезпеки. Шкала реактивної і особистісної тривожності Спілбергера є єдиною методикою, яка дозволяє диференційовано вимірювати тривожність і як властивість особистості, і як стан.

У нашій країні використовують тест у модифікації Ю. Л. Ханіна (1976). Реактивна (ситуативна) тривожність - стан суб'єкта в даний момент часу, який характеризується емоціями, які суб'єктивно переживаються особою: напругою, занепокоєнням, заклопотаністю, нервозністю у цій конкретній ситуації. Цей стан виникає як емоційна реакція на екстремальну або стресову ситуацію і може бути різним за інтенсивністю та динамікою у часі.

Мета роботи : визначити рівень ситуативної тривожності; провести тестування, аналіз результатів, зробити порівняння з нормативами літературних даних.
Устаткування: бланк опитувальника.

Продовження Додатку А

Хід роботи : 1. Обстежуваному пропонується - " Уважно прочитайте кожне з наведених тверджень і закресліть відповідну цифру справа залежно від того, як ви себе відчуваєте в даний момент.

Над питаннями довго не замислюйтеся. Перша відповідь, зазвичай, яка приходить в голову, є найбільш правильною, адекватною Вашому стану". 2. Проводиться тестування з використанням опитувального бланка

Опитувальний бланк ситуативної тривожності (Спілбергера-Ханіна)

	Ситуація	Ні, це не так	Напевно, так	вірно	Дійсно вірно
1	Я спокійний	1	2	3	4
2	Мені нічого не загрожує	1	2	3	4
3	Я відчуваю себе напружено	1	2	3	4
4	Я відчуваю жаль	1	2	3	4
5	Я відчуваю себе вільно	1	2	3	4
6	Я розчарований	1	2	3	4
7	Мене хвилюють можливі невдачі	1	2	3	4
8	Я відчуваю себе відпочилим	1	2	3	4
9	Я стурбований	1	2	3	4
10	Я маю відчуття внутрішнього задоволення	1	2	3	4
11	Я впевнений у собі	1	2	3	4
12	Я нервую	1	2	3	4
13	Я не знаходжу собі місця	1	2	3	4
14	Я напружений	1	2	3	4

15	Я не відчуваю скованості	1	2	3	4
16	Я задоволений	1	2	3	4
17	Я заклопотаний	1	2	3	4
18	Я надто збуджений і мені не по собі	1	2	3	4
19	Мені радісно	1	2	3	4
20	Мені приємно	1	2	3	4

Показник ситуативної (реактивною) тривожності розраховується за формулою: $PT = \sum 1 - \sum 2 + 35$, де $\sum 1$ – сума закреслених цифр по пунктах 3, 4, 6, 7, 9, 12, 13, 14, 17, 18; $\sum 2$ – сума закреслених цифр по пунктах 1, 2, 5, 8, 10, 11, 15, 16, 19, 20. Якщо PT не перевищує 30, то, особа, яку опитували, не відчуває особливої тривоги,

Закінчення Додатку А

тобто у неї в даний момент виявляється низька тривожність. Якщо сума знаходиться в інтервалі 31-45, то це означає помірну тривожність. При 46 і більше - тривожність висока. Дуже висока тривожність (> 46) прямо корелює з наявністю невротичного конфлікту, з емоційними і невротичними зривами і з психосоматичними захворюваннями. Низька тривожність (< 12) навпаки, характеризує стан як депресивний, ареаактивний, з низьким рівнем мотивацій. Але іноді дуже низька тривожність у показниках тесту є результатом активного витіснення особою високої тривоги з метою показати себе в "кращому світлі". 4. Результати записати у зошиті і сформулювати висновок про рівень реактивної тривожності обстеженої особи.

«Шкала ситуативної та особистісної тривожності Ч. Д. Спілбергера - Ю. Л. Ханіна».

Мета: визначити рівень ситуативної тривожності (СТ) особистості в умовах складної психологічної ситуації, а також рівень особистісної тривожності (ЛТ) як індивідуальної риси особистості, яка не залежить на момент обстеження від конкретної ситуації.

Методика складається з двох опитувальників, за допомогою яких можна визначити рівень ситуативної тривожності (СТ) та рівень особистісної тривожності (ЛТ).

Процедура Визначення рівня ситуативної тривожності (СТ). Проводиться з використанням опитувальника («Шкала ситуативної тривожності»), що дозволяє виявити особливості стану особистості в конкретній складній для неї ситуації. Кожна відповідь оцінюється в залежності від обраного затвердження в 1, 2, 3, 4 бали. Визначення рівня особистісної тривожності (ОТ). Проводиться з використанням опитувальника («Шкала особистісної тривожності»), що дозволяє виявити особливості стану тривожності як властивості особистості, яке формується при тривалому впливі різного роду факторів.

Кожна відповідь оцінюється в залежності від обраного затвердження в 1, 2, 3, 4 бали.

"1" - майже ніколи (відповідь оцінюється в один бал); «2» - іноді (відповідь оцінюється у два бали); «3»-часто; «4"- майже завжди (відповідь оцінюється в чотири бали).

Бланк опитувальника

1. Ви відчуваєте задоволення 1 2 3 4
2. Ви швидко втомлюєтеся 1 2 3 4
3. Ви можете легко заплакати 1 2 3 4
4. Ви хотіли б бути такою ж щасливою людиною, як і 1 2 3 4
5. Буває, що ви програєте через те, що недостатньо швидко приймаєте рішення 1 2 3 4

6. Ви почуваетесь бадьорою людиною 1 2 3 4
7. Ви спокійні, холонокровні та зібрані 1 2 3 4
8. Очікування труднощів дуже турбує вас 1 2 3 4
9. Ви занадто переживаєте через дрібниці 1 2 3 4
10. Ви буваєте цілком щасливими 1 2 3 4
11. Ви приймаєте все надто близько до серця 1 2 3 4
12. Вам не вистачає впевненості у собі 1 2 3 4
13. Ви почуваетесь в безпеці 1 2 3 4
14. Ви намагаєтеся уникати критичних ситуацій та труднощів 1 2 3 4
15. У вас буває туга 1 2 3 4
16. Ви буваєте задоволені 1 2 3 4
17. Будь-які дрібниці відволікають і хвилюють вас 1 2 3 4
18. Ви так сильно переживете свої розчарування, що потім довго не можете про них забути 1 2 3 4
19. Ви врівноважена людина 1 2 3 4
20. Вас охоплює сильне занепокоєння, коли ви думаєте про свої справи та турботах 1 2 3 4

Обробка результатів

Ситуативна тривожність визначається таким чином:

З суми балів з питань (3,4,6,7,9,12,13,14,17,18) відняти суму балів з питань (1,2,5,8,10,11,15,16,19, 20), потім до отриманого результату додати 50.

$$СТ = (3,4, 6,7,9,12,13,14,17,18) - (1,2,5,8,10,11,15,16,19,20) + 50 =$$

Особистісна тривожність визначається так:

З суми балів з питань (2,3,4,5,8,11,12,14,15,11,17,18,20) відняти суму балів з питань (1,6,7,10,13,16,19), потім до отриманого результату додати 35.

$$ЛТ = (2,3,4,5,8,11,12,14,15,11,17,18,20) - (1,6,7,10,13,16,19) + 35 =$$

Результати за обома шкалами інтерпретуються так:

До 30 балів – низький рівень тривожності.

31-45 балів – середній рівень тривожності.

46 балів і більше - високий рівень тривожності

Ситуативна чи реактивна тривожність як стан характеризується суб'єктивно пережитими емоціями: напругою, занепокоєнням, заклопотаністю, нервозністю. Цей стан виникає як емоційна реакція на стресову ситуацію і може бути різним за інтенсивністю та динамічністю в годині.

Під особистісною тривожністю (ВІД) розуміється стійка індивідуальна характеристика, яка відображає схильність суб'єкта до тривоги і передбачає наявність у нього тенденції сприймати досить широкий спектр ситуацій загрозливі, відповідаючи на кожен з них певною реакцією. Як схильність, особиста тривожність активізується при сприйнятті певних стимулів, що розцінюються людиною як небезпечні для самооцінки, самоуваження. Величина ВІД характеризує попередній досвід індивіда, тобто наскільки часто він відчував СТ.

Особи, що відносяться до категорії високотривожних, схильні сприймати загрозу своїй самооцінці та життєдіяльності у великому діапазоні ситуацій та реагувати дуже вираженим станом тривожності. Якщо психологічний тест виявляє у досліджуваного високий показник особистісної тривожності, то це дає підставу припускати у нього появу стану тривожності у різноманітних ситуаціях, особливо коли вони стосуються оцінки його компетенції та престижу.

Більшість з відомих методів вимірювання тривожності дозволяє оцінити тільки або особистісну, або стан тривожності, або більш специфічні реакції. Єдиною методикою, що дозволяє диференційовано вимірювати тривожність і як особистісну властивість, і як стан, є методика, запропонована Ч. Д. Спілбергером. Російською мовою його шкала була адаптована Ю. Л. Ханіним.