

**ХЕРСОНСЬКИЙ ДЕРЖАВНИЙ УНІВЕРСИТЕТ  
ФАКУЛЬТЕТ ПСИХОЛОГІЇ, ІСТОРІЇ ТА СОЦІОЛОГІЇ  
КАФЕДРА ПСИХОЛОГІЇ**

**ЗМІНА ЖИТТЄВИХ ПЕРСПЕКТИВ У СИТУАЦІЇ НЕВИЗНАЧЕНОСТІ  
(НА ПРИКЛАДІ ВИМУШЕНИХ ПЕРЕСЕЛЕНЦІВ)**

Кваліфікаційна робота (проект)  
на здобуття ступеня вищої освіти «бакалавр»

Виконала: студентка 4 курсу групи 07-431  
спеціальності 053 Психологія

Освітньо-професійної програми  
«Психологія»

Олена ШЕВЧЕНКО

Керівник: к.психол.н., доцентка

Наталія ТАВРОВЕЦЬКА

Рецензент: докторка психологічних наук,  
професорка, завідувачка кафедри  
загальної та практичної психології

Кам'янець-Подільського національного  
університету імені Івана Огієнка

Ліана ОНУФРІЄВА

## ЗМІСТ

<b>ВСТУП</b> .....	<b>3</b>
<b>РОЗДІЛ 1. ТЕОРЕТИЧНЕ ДОСЛІДЖЕННЯ ЗМІНИ ЖИТТЄВИХ ПЕРСПЕКТИВ У СИТУАЦІЇ НЕВИЗНАЧЕНОСТІ.</b> .....	<b>6</b>
1.1. Визначення ситуації невизначеності та її основні характеристики.	6
1.2. Життєві перспективи як невід’ємна характеристика особистості.	10
1.3. Аналіз впливу невизначеності на життєві перспективи осіб, що зазнали переселення .....	13
<b>РОЗДІЛ 2. МЕТОДОЛОГІЯ ТА АНАЛІЗ ДОСЛІДЖЕННЯ ЗМІНИ ЖИТТЄВИХ ПЕРСПЕКТИВ У СИТУАЦІЇ НЕВИЗНАЧЕНОСТІ</b> ....	<b>17</b>
2.1. Характеристика вибірки дослідження та його методологія. ....	17
2.2. Аналіз результатів дослідження рівня невизначеності та життєвих перспектив вимушених переселенців. ....	20
2.3. Емпіричне дослідження рівня невизначеності на життєві перспективи вимушених переселенців. ....	26
<b>ВИСНОВКИ.</b> .....	<b>28</b>
<b>СПИСОК ВИКОРИСТАНИХ ДЖЕРЕЛ.</b> .....	<b>30</b>
<b>ДОДАТОК А.</b> .....	<b>34</b>

## ВСТУП

**Актуальність дослідження.** Тематика кваліфікаційної роботи є вкрай актуальною і важливою в сучасному соціокультурному контексті. Обрана проблема стосується великої кількості людей, які змушені залишати свої домівки через конфлікти, природні катастрофи або інші негативні обставини. Дослідження цієї теми має безпосереднє практичне значення та може принести вагомий внесок у розумінні та підтримці вимушених переселенців.

Основні аспекти актуальності даної теми – це глобальний характер проблеми. Вимушена міграція стає актуальною в умовах світових конфліктів, природних катастроф, соціально-економічних труднощів, тому дослідження цього явища має міжнародне значення. Глибокий соціокультурний вплив – переселення може суттєво впливати на всі аспекти життя людини, включаючи соціальні, економічні, психологічні та культурні аспекти. Розуміння цих змін є ключовим для створення ефективних програм підтримки та адаптації.

Сприяння гуманітарним цілям – дослідження може сприяти розробці рекомендацій для політики, спрямованої на полегшення становища вимушених переселенців, а також формуванню гуманітарних програм для їхньої інтеграції в новому оточенні.

Важливість психологічної підтримки – переселенці зазнають серйозного стресу та травм унаслідок втрати рідного оточення. Розуміння та вивчення психологічних аспектів зміни життєвих перспектив може слугувати основою для розробки програм психологічної підтримки. Співвідношення з сучасними тенденціями – в контексті сучасного світу, де вимушені міграції є важливим фактором, вивчення цієї проблеми відповідає вимогам часу та може привертати увагу як академічної, так і загальної громадськості.

Враховуючи вищезазначені обставини, наукова робота на цю тему може внести вагомий внесок у наукову сферу, а також сприяти покращенню якості життя вимушених переселенців через розробку конкретних рекомендацій та програм підтримки.

В Україні проблема вимушеної міграції та переселенців вивчається різними науковими установами та дослідницькими групами. Інститут демографії та соціальних досліджень імені М. В. Птухи НАН України проводить дослідження у сфері демографії, включаючи аналіз вимушеної міграції та її впливу на населення України. Центр міграційних досліджень спеціалізується на вивченні міграції в усіх її аспектах, включаючи аналіз політики, статистику та аспекти інтеграції. Український науковий інститут соціальної та релігійної психології може розкривати психосоціальні аспекти адаптації вимушених переселенців. Центр міграційних досліджень Київського національного університету імені Тараса Шевченка може вести дослідження та організовувати наукові конференції з питань міграції та переселенців. Також слід звертати увагу на діяльність ГО «Право на захист», яка спеціалізується на правах людини та міграційних питаннях.

Зазначені організації та інші наукові установи в Україні активно досліджують проблеми вимушеної міграції та переселенців, що сприяє збагаченню наукового розуміння цих явищ та розробці ефективних стратегій взаємодії з вимушеними переселенцями.

Дослідженням дотичних до нашої роботи тем займалися такі вчені: Т. Алексєєва, В. Андрущенко, В. Білодід, О. Буковська, І. Галян, О. Зарецька, В. Кириченко, О. Клименко, І. Мартинюк, Ю. Мельник, О. Павленко та ін.

**Метою дослідження** є дослідження впливу вимушеної міграції на життєві перспективи і психологічний стан осіб, які зазнали такого досвіду; виокремлення факторів, що впливають на процес адаптації та зміни життєвих планів у таких умовах.

На основі визначеної мети нами було виокремлено наступні **завдання дослідження**:

1. Визначити концепції розуміння поняття ситуації невизначеності та її особливостей.
2. Теоретично проаналізувати вплив невизначеності на життєві перспективи вимушених переселенців.

3. Провести емпіричне дослідження впливу невизначеності на перспективи вимушених переселенців.

**Об'єктом дослідження** є життєві перспективи вимушених переселенців.

**Предметом дослідження** є процеси зміни життєвих перспектив у ситуації невизначеності вимушених переселенців.

**Методи та методики дослідження:** теоретичні (аналіз, синтез та узагальнення інформації, опитування), емпіричні (опитувальник тимчасової перспективи Зімбардо (ZPTI), методика «Оцінка рівня життєвих домагань» Титаренко Т. М., методика «Особистісна готовність до змін» (автори: Роднік, Хезер, Голд, Хал; адаптація: Бажанова Н. А., Бардієр Г. Л.) та коефіцієнт кореляції рангів Спірмена).

**Практичне значення:** проєкт включає такі емпіричні результати, які можуть надалі використовуватися для розробки і впровадження конкретних заходів підтримки та поліпшення якості життя вимушених переселенців. Крім того, результати дослідження можуть бути використані для створення програм соціальної адаптації, які включатимуть у себе вивчення мов, професійну підготовку та підтримку у пошуку роботи.

**Апробація результатів дослідження.** Результати дослідження обговорювалися на засіданні кафедри психології від 31.05.2024 року протокол № 16, представлені у публікації: «Особливості життєвих перспектив у контексті ситуацій невизначеності вимушених переселенців» Зб. наук праць за матеріалами ІХ Усеукраїнської науково-практичної конференції молодих вчених, аспірантів та студентів «Соціально-психологічні технології розвитку особистості» (м. Івано-Франківськ, 05 квітня 2024 р.).

**Структура роботи** складається зі вступу, двох розділів, висновків. Список використаних джерел налічує 33 найменування. Обсяг роботи становить 35 сторінок.

## РОЗДІЛ 1

### ТЕОРЕТИЧНЕ ДОСЛІДЖЕННЯ ЗМІНИ ЖИТТЄВИХ ПЕРСПЕКТИВ У СИТУАЦІЇ НЕВИЗНАЧЕНОСТІ

#### 1.1. Визначення ситуації невизначеності та її основні характеристики

Невизначеність як фактор існування людини багатогранна. Так, В. Андрущенко вказує на те, що якщо тварини мешкають у стійких умовах середовища та їх поведінка запрограмована вродженими факторами, то людина, навпаки, живе в невизначеному середовищі, що надає його існуванню нестійкість і вимагає гнучких патернів поведінки [2].

Невизначеність як чинник людського існування має свої позитивні та негативні сторони. Так, тривале перебування у ситуації невизначеності може викликати стану напруги, фрустрації стресу, негативно впливає на здоров'я людини, викликаючи неврози і провокуючи соматичні захворювання. Здатність без напруги переносити невизначеність – рідкість.

В. Левченко у своєму дослідженні виявила, що колективізм та індивідуалізм, нехай неоднозначно, можуть визначати вибір способів подолання стресом. Так, колективістичні риси особистості впливають на вибір субстилю (соціальне відволікання, звернення за допомогою) та інтерпретацію результатів додання як результату допомоги інших людей. Люди з високим рівнем індивідуалізму схильні уникати рішення або вибирати проблемно-орієнтований стиль співвлади, але не схильні вдаватися до допомоги інших і шукати соціальну підтримку [14].

Н. Татенко узагальнила фактори, що впливають на вибір стратегії поведінки у ситуації невизначеності: здатність до оцінки ситуації, впевненість у контролі ситуації та можливості її зміни; здатність пророкувати розвиток подій [29].

Н. Родіна визначає, що становлення проблеми виявлення характеристик ситуації невизначеності почалося в психології мислення, де

ситуація невизначеності розглядалася як проблемна ситуація, яка вводить суб'єкта у суперечність та детермінує його пошукову активність [24].

Сприйняття людиною ситуації невизначеності і переживання цього стану може змінюватись від абсолютного підбудови до неприйняття, на що може вплинути фактор, який О. Саннікова показала на прикладі праці вчителя і пов'язала з нестачею, суперечливістю, нечіткістю та надмірністю інформації. На її думку, мета, засоби досягнення, програма дій у ситуації невизначеності є динамічними, мінливими, що залежать від різних факторів, змінних, у тому числі та протиріч, що виникають між суб'єктивними параметрами особистості [26].

О. Буковська вказує, що ситуація невизначеності «може викликати у свідомості дві різноспрямовані тенденції: з одного боку, пошук сенсу того, що відбувається, і вирішення завдань, що виникають у невизначеності, з іншого - необхідність у додаткових особистісних, когнітивних і поведінкових ресурсах при неможливості знайти необхідне рішення» [7].

Дослідник І. Галян розробив експериментальну ситуацію, що дозволяє виявити особливості осмислення діяльності з невирішеним результатом і досліджувати процеси сенсоположення як особливої активності по побудові смислової моделі дійсності в ситуації невизначеності. Були сформульовані положення, у яких автор визначає, що сенс у психологічному плані – це встановлена відповідність між об'єктом та потребою індивіда. Категорія «сенс» фіксує корисність чи новизну для суб'єкта функціональних властивостей, зв'язків та відносин об'єкта [8].

О. Зарецька, проаналізувавши зарубіжні та вітчизняні джерела, виділив характеристики ставлення особистості до невизначеності: толерантність, коли є багато інтерпретацій чи інтерпретацій немає зовсім; догматизм та відкритість до досвіду; потреба у когнітивній замкнутості; орієнтація на невизначеність/визначеність [9].

Аналізуючи джерела, що описують компоненти невизначеності, В. Кириченко вказує когнітивний, емоційний і вольовий. Причому поряд з

негативними емоціями (огидою, страхом, ненавистю, тривогою) іноді невизначеність може викликати позитивні емоції. Прояв волі пов'язується із суб'єктивним контролем над ситуацією [10].

Автор вказує на психологічні умови, які визначають готовність підлітків та юнацтва до прийняття рішень у проблемних ситуаціях та ситуації невизначеності. До цих умов належать: мотивація до пізнання та творчості, формально-логічне та абстрактне мислення, теоретичне мислення (на відміну від емпіричного), критичне мислення, розвиток самосвідомості та механізми пізнавальної та особистісної рефлексії, особистісна автономія та самостійність мислення, готовність до морального вибору ситуації моральної дилеми, здатність до вибору та вирішення проблемних ситуацій, включаючи ситуації невизначеності (Кириченко В.) [10].

Позитивною стороною ситуації невизначеності є її особливість, що розвиває, за умови, що особистість, що володіє суб'єктивністю, сама створює «зони невизначеності, в яких будуть породжуватися шляхи розвитку і робитися вибір між ними. Механізмом створення при цьому виступає усвідомлення альтернатив за рахунок виходу за межі очевидної даності ситуації та свідомого осмислення життя як палітри можливостей у кожний момент існування» (Масюк А.) [17].

Важливу роль ситуації невизначеності грає активність особистості, на яку вона є джерелом, дає мотивацію до дослідницької діяльності. Відомо, що активна дія в ситуації невизначеності та позитивний досвід подолання її підвищують стійкість до важких ситуацій.

Повноцінний прояв відповідальності, на думку О. Стуліки, можливий за умови ціннісного ставлення до цього феномену. «Ціннісне ставлення до відповідальності доцільно подати як інтегративну особистісну освіту, що включає знання про співвіднесеність відповідальності з цінністю людини і суспільства через ідеї єдності культури, відповідального суб'єкта, свободи як морального вибору, Іншого як цінності; усвідомлення відповідальності як



особистісно та соціально значущої цінності, емоційно-сміслові ставлення до неї та реалізацію діяльнісних аспектів відносини» [28].

Автор вказує на те, що виникнення відповідальності за майбутнє – результат здатності суб'єкта усвідомлювати особисту відповідальність за здійснення своїх обов'язків і передбачати наслідки власної діяльності. Від простої здатності усвідомлювати відповідальність до її перетворення на стійку якість особистості досить далеко. Саме формування відповідальності як риси характеру особистості, що сприяє прийняттю відповідальності заздалегідь, свідомо та добровільно». Протягом свого розвитку відповідальна людина проходить етап від рядового виконавця до активного, ініціативного діяча завдяки появі додаткового внутрішнього механізму контролю за своїми діями та вчинками, а не лише зовнішнього [28].

На нашу думку, ситуація невизначеності містить у собі альтернативні можливості дії, отже, можливість вибору. Можливість вибору, своєю чергою, впливає інтелектуальну активність, емоційне ставлення і вольове поведінка. Факторами, що впливають на вибір стратегії поведінки в передбачуваній ситуації невизначеності, є уявлення про особливості ситуації, досвід подолання подібних ситуацій, у реальній ситуації – особистісні характеристики та міра свідомості того, що відбувається, можливість вийти за межі очевидних рішень.

Відповідальність як інтегративна властивість особистості поширюється у тимчасовій перспективі з минулого у майбутнє людини, роблячи суб'єкта усвідомленим творцем свого життя та діяльності. Відповідальність і активність дають можливість суб'єкту діяти в ситуації невизначеності оптимально на межі своїх можливостей, контролюючи якість напруги, що здійснюється в межах допустимої для себе, усвідомлюючи міру і співвідношення своїх можливостей і ситуації, що долається.

Суб'єкт вчення у ситуації невизначеності (навчальної ситуації) шукає альтернативні способи вирішення/виходу із ситуації, використовуючи свій попередній досвід, водночас, «синтезуючи» нові підходи, змінюється сам,

прояснюючи і перетворюючи невизначеність. У ситуації безвиході із ситуації невизначеності (неможливості знайти його) суб'єкт вчення, випробувавши всі можливі варіанти рішення, визнається у своєму тимчасовому незнанні (Мельник Ю.) [19].

Суб'єкт вчення використовує проблемно-орієнтовані стратегії виходу із ситуацій невизначеності. Емоційно-орієнтовані стратегії необхідні йому для саморегуляції у ситуації невизначеності, що виникла. Можливість вибору стратегій та способів поведінки у ситуації невизначеності надає рішенням суб'єкта про свою поведінку високий рівень відповідальності. Активність, усвідомленість і відповідальність суб'єкта навчання за свою поведінку в ситуаціях невизначеності можливі на певному етапі, що пов'язано з його психологічними можливостями (мотивацією, мисленням, самосвідомістю, рефлексією, особистісною автономією, готовністю до морального вибору ситуації моральної дилеми тощо).

Отже, ситуація невизначеності – це стан, коли людина чи організація стикаються з непередбачуваними обставинами або невідомими факторами, які ускладнюють прийняття рішень або передбачення наслідків дій. Основні характеристики такої ситуації включають непередбачуваність, коли обставини піддаються впливу невідомих факторів, нестабільність, коли ситуація постійно змінюється, невпевненість, коли недостатня інформація або впевненість щодо можливих наслідків, ризик, коли існує ймовірність негативних наслідків внаслідок прийнятих рішень, і потреба в адаптації, коли необхідно швидко адаптуватися до нових умов та змінювати стратегії дій для досягнення цілей.

## **1.2. Життєві перспективи як невід'ємна характеристика особистості**

У літературі немає чіткого визначення поняття «життєва перспектива». В. Білополий зазначив: «Життєва перспектива – це потенційна можливість розвитку особистості, неминучість певних змін у майбутньому житті»

(Білополий В.) [4]. Цікава думка М. Реви: «Життєва перспектива є цілісною картиною майбутнього в складному, суперечливому взаємозв'язку програмованих і очікуваних подій, від яких залежить його соціальна цінність і сенс життя» (Рева М.) [23].

Таким чином, виходячи з наведених вище визначень, особистість активно впливає на обставини свого життя, здійснює вчинки, здатні змінити життєві перспективи. Від того, наскільки особистість активна, наскільки вона прагне реалізації своєї мети, залежить побудова життєвої перспективи.

Життєва перспектива характеризується як просторово-часова композиція, особистісна організація часу життя та діяльності, у якому протягом життєвого шляху будуються ціннісні відносини особистості зі світом (Хавула Р.) [31].

Для аналізу способів організації життя було висунуто три поняття, що характеризують життєву перспективу з погляду просторово-часових ціннісно-сміслових утворень: «життєва позиція», «життєва лінія», «життєва перспектива» (Перегончук Н.) [22].

Перша є результатом досягнення особи, що включає її минулий досвід та виступає потенціалом її майбутнього. «Життєва лінія» характеризується як траєкторія життєвого шляху, що має висхідний чи низхідний, уривчастий чи безперервний характер, що має залежність від самовираження та самореалізації особистості. Разом з тим, як підкреслює автор, життєва перспектива – це не тільки майбутні цілі, цінності, а й темп життєвого руху, що виражається в оптимальності розвитку, прояви активності особистості, його цілеспрямованості (Шевчук Н.) [33].

Життєві перспективи виступають як необхідна умова активного існування особистості сучасному суспільстві, є запорукою його продуктивного розвитку. Осмислена позиція особистості стосовно свого майбутнього формується у молодості, у процесі життєвого самовизначення. Даний віковий етап характеризується тим, що особистість набуває досвіду прийняття самостійних рішень, виявляє прагнення їх реалізації, несе

відповідальність за власні дії, побудова життєвих планів, висування цілей і пошук оптимальних шляхів їх досягнення, адекватних можливостям і здібностям особистості. Даний віковий етап життя задає ті напрями його діяльності, які визначають його майбутнє. На побудову життєвої перспективи істотно впливає ціннісне самовизначення особистості (Фролов С.) [30].

На думку Г. Рудь, ціннісне самовизначення особистості представляється як процес самодетермінації, своєї активності, усвідомленого прагнення особистості зайняти певну позицію, у якому задіяні як зовнішні, і внутрішні чинники, але внутрішній момент самовизначення є центральним [25].

У ході ціннісного самовизначення особистість усвідомлює, що є важливим у його житті, які його цілі та перспективи, чого він прагне і чого хоче досягти. Він розставляє свої пріоритети, визначає, що для нього цінно, йде до досягнення мети і тим самим формує свій життєвий шлях (Кухта М.) [13].

Даючи аксіологічну інтерпретацію життєвої перспективи О. Павленко стверджує що аксіологічний підхід сприяє передбаченню майбутніх станів соціального та індивідуального розвитку особистості студента, у тому випадку, якщо здійснюється реалізація його ціннісно-сислового ставлення до життя, до цінностей, до професії, до себе, якщо у нього розвивається потреба у ціннісному осмисленні результатів своєї діяльності. За підсумками ціннісних орієнтацій особистість вибирає собі мети, усвідомлює повною мірою життєві перспективи [21].

Сімейне, вікове, професійне самовизначення у житті істотно впливає формування життєвої перспективи. Процес її формування залежить передусім від самої особистості, від її активності, соціальної та соціально-психологічної зрілості (Хавула Р.) [32].

Необхідно відзначити, що для активізації потреби в побудові життєвої перспективи вирішальне значення має виявлення того, наскільки домагання, наміри, склад особистості виражаються в її життєвих проявах, який вплив це

на зміну мотивів людини, її характер та розвиток здібностей. Інакше кажучи, необхідно знати, наскільки життєва практика особистості, а чи не окремі її вчинки відповідає її намірам, задумам, ціннісним орієнтаціям (Большакова А.) [5].

У формуванні життєвої перспективи велику роль відіграє активність (Клименко О.) [11].

Активність є джерелом пробудження у людині його потенціалів. Її роль як потреби у діяльності, виявляється у визначенні основних напрямів та мотивів. Активність особистості проявляється, перш за все, у її прагненні до саморозвитку, до руху, реалізації своїх цілей (Мельник Ю.) [18].

Таким чином, побудова життєвої перспективи особистості, як правило, відбувається в умовах поступової реалізації життєвих очікувань, набуття соціального досвіду спілкування та самостійного ухвалення визначальних рішень. Разом з тим, процес реалізації життєвих очікувань особистості часто визначається розвитком цілісного, об'єктивного сприйняття та осмислення власного життя, посиленням прагнення реалізації життєвих задумів, розвитком здатності використання негативного досвіду (Крутько С.) [12].

Отже, життєва перспектива постає як сукупний взаємозв'язок програмованих і очікуваних подій, яких безпосередньо залежить соціальна цінність людини і сенс її життя. Побудова життєвої перспективи має стратегічне значення, вона визначає основні напрями життєвого шляху людини, напрями її діяльності. На побудову життєвої перспективи вирішальний вплив має ціннісне самовизначення, що допомагає особистості усвідомити основні цілі та напрями розвитку власного життя.

### **1.3. Аналіз впливу невизначеності на життєві перспективи осіб, що зазнали переселення**

У сучасному світі питання переселення та міграції стає надзвичайно актуальним, особливо в контексті воєнних конфліктів, природних катастроф та інших факторів, що вимушують людей залишити свої сталі місця

проживання. Вимушене переселення несе в собі багато викликів, і одним з головних є невизначеність, яка виникає від втрати звичного середовища та потреби адаптуватися до нових умов (Степаненко Л.) [27].

Основним аспектом впливу невизначеності є психологічний стан осіб, що зазнали переселення. Втрата стабільності та відчуття невизначеності може викликати стрес, тривогу та депресію. Особи, які пережили переселення, часто стикаються з труднощами в адаптації до нового оточення, втрачаючи впевненість у майбутньому.

Соціальна інтеграція стає ще однією ключовою складовою, що визначає життєві перспективи переселенців. Зміна соціального середовища може вплинути на їхню взаємодію з оточуючими та можливості знаходження нових соціальних контактів. Питання доступу до освіти та роботи стають важливими в умовах невизначеності, визначаючи можливості самореалізації та розвитку (Алексєєва Т. В.) [1].

Особливу увагу слід приділити впливу невизначеності на плани освіти та кар'єрного розвитку переселенців. Невизначеність може ускладнювати процес вибору професії, планування майбутнього кар'єрного шляху та досягнення освітніх цілей. Враховуючи вищевикладене, вивчення впливу невизначеності на життєві перспективи осіб, що зазнали переселення, вимагає комплексного підходу та застосування різноманітних методів та методик, що дозволить зрозуміти механізми адаптації та розвитку в умовах невизначеності, а також розробити ефективні стратегії підтримки та супроводу цієї вразливої категорії населення (Білодід В.) [3].

Зміна місця проживання, особливо в умовах вимушеного переселення, відкриває новий етап у житті особистості. Дана ситуація невизначеності породжує комплекс проблем, які впливають на життєві перспективи мігрантів. Культурний шок виступає ключовим фактором, оскільки різниця у культурних та соціальних цінностях може змінювати уявлення про майбутнє. Мігранти стикаються із завданням переосмислити свої життєві цілі та адаптуватися до нового оточення (Бугославська О.) [6].

Економічна нестабільність, пов'язана зі зміною місця проживання, впливає на фінансову безпеку мігрантів. Невизначеність щодо можливостей зайнятості може змінити їхні плани та перспективи. Мовна ізоляція може впливати на соціальну інтеграцію та усвідомлення нових життєвих цілей. Проблеми з мовою ускладнюють взаємодію та сприйняття нового середовища (Мартинюк І.) [16].

Юридичні аспекти, такі як візовий статус та правовий захист, стають джерелом невизначеності, що може впливати на тривалість перебування та плани на майбутнє. Соціальна ізоляція та стрес можуть змінити уявлення мігрантів про сімейні цінності та особисте щастя. Втрата соціальної підтримки впливає на їхні плани щодо особистого життя (Левченко В.) [15].

Психологічний тиск через невизначеність може вплинути на психічне здоров'я мігрантів і змінити їхні життєві пріоритети. Важливо враховувати специфіку сприйняття соціального середовища, оскільки невизначеність може визначити можливості для розвитку та успіху в новому соціумі (Мирончук Н.) [20].

Аналіз впливу невизначеності на життєві перспективи осіб, що зазнали переселення, є критично важливим, оскільки ця категорія осіб часто стикається зі складними викликами у новому середовищі. Перш за все, переселення може викликати значний емоційний стрес та психологічну напругу внаслідок втрати стабільності та соціальних зв'язків. Також важливо враховувати економічні аспекти, оскільки переселенці часто стикаються з фінансовими труднощами, зокрема, з нестабільністю на ринку праці та високими витратами на житло.

Соціальна адаптація також є складним процесом для переселенців, оскільки вони змушені відновлювати соціальні зв'язки та звички в новому оточенні. Невизначеність стосовно майбутнього також може негативно впливати на їхні життєві плани та мотивацію. Крім того, переселення може викликати втрату ідентичності через розрив з рідним середовищем та культурою.

Загальний вплив невизначеності на переселенців включає ризик зниження емоційного благополуччя, труднощі у встановленні нового життя та пошуку стабільності в незнайомому середовищі. Урахування цих факторів є критичним для розробки ефективних програм та стратегій підтримки, спрямованих на полегшення процесу адаптації та покращення життєвих перспектив переселенців.



## РОЗДІЛ 2

### МЕТОДОЛОГІЯ ТА АНАЛІЗ ДОСЛІДЖЕННЯ ЗМІНИ ЖИТТЄВИХ ПЕРСПЕКТИВ У СИТУАЦІЇ НЕВИЗНАЧЕНОСТІ

#### 2.1. Характеристика вибірки дослідження та його методологія

Дослідницька група налічувала 54 студенти з Херсонського державного університету, що перемістилися у межах України з Херсонської області через військові дії, середній вік респондентів 21 рік. Експеримент відбувався протягом жовтня-листопада 2023 року. В опитуванні взяли участь 32 жінки та 24 чоловікі, які виявили добровільність у взятті участі. У рамках дослідження застосовувались такі методи:

1. Опитувальник тимчасової перспективи Зімбардо (Zimbardo Time Perspective Inventory, ZTPI) є психологічним інструментом, розробленим Філіпом Зімбардо та його колегами. Даний опитувальник дозволяє оцінити, як індивіди орієнтуються в часі, що, в свою чергу, впливає на їхні рішення, дії, психологічне благополуччя та загальну поведінку.

Опитувальник ZTPI складається з ряду тверджень, які оцінюються респондентами за п'ятибальною шкалою від «дуже характерно» до «зовсім не характерно», що дозволяють визначити, як люди сприймають минуле, сьогодення та майбутнє, відображаючи їхню тимчасову перспективу.

Головною метою опитувальника є виявлення домінантної тимчасової перспективи особистості та того, як ця орієнтація в часі впливає на її поведінку та вибір. Розуміння тимчасової перспективи допомагає в ідентифікації потенційних психологічних проблем, спонукає до рефлексії над власними життєвими стратегіями та може сприяти розробці інтервенцій, спрямованих на покращення психологічного благополуччя.

Опитувальник включає п'ять основних шкал, кожна з яких відображає різні аспекти тимчасової орієнтації: минуле-позитивне (сконцентрованість на позитивних спогадах та досвіді минулого), минуле-негативне (схильність до рефлексії над негативними аспектами минулого та жалю за прожитим),

сьогодення-гедоністичне (орієнтація на насолоду моментом, схильність до ризику та недбале ставлення до майбутнього), сьогодення-детерміноване (сприйняття сьогодення як обмежене через минулий досвід, відчуття вимушеності жити «тут і зараз»), майбутнє (планування, віра у значення майбутніх цілей та зусиль, відкладання задоволення в ім'я майбутнього успіху).

Кожна з цих шкал допомагає в ідентифікації специфічних аспектів особистісної орієнтації в часі, дозволяючи глибше зрозуміти мотиваційні та емоційні основи поведінки людини.

2. Методика «Оцінка рівня життєвих домагань» Титаренко Т. М. позиціонується як проєктивна техніка, призначена для ідентифікації та оцінки індивідуальних цілей та амбіцій особистості. Вона дозволяє оцінити, наскільки важливими є певні життєві домагання для особи та які зусилля вона готова прикласти для їх досягнення. Основна мета методики – дослідити індивідуальні життєві орієнтації, пріоритети та мотивацію щодо реалізації особистісних цілей.

Методика включає в себе кілька кроків, кожен з яких спрямований на виявлення та оцінку життєвих домагань респондента:

1. Визначення життєвих домагань: учасникам пропонується закінчити речення «Мої життєві домагання...», надавши десять варіантів своїх життєвих домагань, до реалізації яких вони планують наполегливо спрямовувати свої зусилля.

2. Оцінка значущості домагань: респондентам запропоновано ранжувати кожне з десяти вказаних домагань за ступенем їх важливості для себе, де 1 означає найменшу важливість, а 10 – найбільшу.

3. Оцінка міри наполегливості: потім, учасники оцінюють рівень зусиль (від 1 до 10), які вони готові вкласти для досягнення кожного з домагань, де 1 означає найменші зусилля, а 10 – найбільші.

Методика дозволяє отримати глибинне розуміння особистісних цінностей, мотивації та орієнтацій у житті, що може бути використане у

психологічному консультуванні, кар'єрному плануванні та особистісному розвитку. Вона також надає інформацію для психологічної діагностики та може слугувати основою для розробки індивідуальних стратегій досягнення життєвих цілей.

Використання цієї методики в практиці допомагає особам краще зрозуміти себе, визначити свої пріоритети та змобілізувати ресурси для досягнення особистісного та професійного успіху.

3. Методика «Особистісна готовність до змін» (автори: Роднік, Хезер, Голд, Хал; адаптація: Бажанова Н. А., Бардієр Г. Л.) є психологічним інструментом, призначеним для оцінювання ступеня готовності індивіда до змін у різних сферах життя. Дана методика дозволяє визначити, наскільки людина відкрита до нового досвіду, готова до саморозвитку та здатна адаптуватися до змінних умов середовища.

Методика «Особистісна готовність до змін» включає низку пунктів або тверджень, що оцінюються респондентом. Зазначені пункти зазвичай зосереджені на таких аспектах: відкритість до нового досвіду, активність у саморозвитку, адаптивність, емоційна стійкість.

Методика застосовується для діагностики готовності до змін, індивідуальних стратегій саморозвитку, кар'єрного зростання, підвищення адаптивності та емоційної стійкості, консультування. Використання результатів тестування для підтримки особистісного зростання клієнтів у професійній діяльності, особистому житті, управлінні змінами.

Процедура проведення: учасникам пропонується оцінити кожне твердження за шкалою відповідей, що відображає ступінь їх згоди або незгоди. Результати аналізуються для визначення загального рівня готовності до змін та окремих її аспектів. Важливо пам'ятати, що психологічні тести та методики вимагають кваліфікованого підходу при інтерпретації результатів та розробці подальших рекомендацій.

## 2.2. Аналіз результатів дослідження рівня невизначеності та життєвих перспектив вимушених переселенців

Опитувальник тимчасової перспективи Зімбардо (ZTPІ) включає п'ять основних шкал, які допомагають визначити індивідуальні орієнтації в часі. Дані орієнтації мають значний вплив на поведінку, рішення, емоційне благополуччя та загальну життєву стратегію особистості. Отримані показники представлені у вигляді таблиці 2.1.

Таблиця 2.1.

### Результати за опитувальником тимчасової перспективи Зімбардо (ZTPІ)

Шкала	Високий рівень	Низький рівень
Минуле-позитивне	77%	23%
Минуле-негативне	63%	37%
Сьогодення-гедоністичне	51%	49%
Сьогодення-детерміноване	83%	17%
Майбутнє	28%	72%

На основі отриманих показників ми було визначено і сформовано наступні висновки за кожною шкалою:

*Минуле-позитивне.* Особистості з високими показниками (77%) за цією шкалою схильні з теплотою та ностальгією згадувати минуле. Вони зосереджені на позитивних спогадах та досвіді, що сприяє їхньому емоційному благополуччю. Такі особи зазвичай мають високий рівень життєвої задоволеності та позитивне ставлення до життя. Особистості з низькими показниками (23%) за цією шкалою можуть зазнавати труднощів із згадуванням минулого з позитивної перспективи. Вони можуть менше цінувати або не звертати увагу на позитивні події свого життя, що може впливати на їх загальне відчуття щастя та задоволеності життям.

*Минуле-негативне.* Люди з високими оцінками (63%) у цій шкалі схильні переживати розчарування, жаль чи образи, пов'язані з минулим.

Вони можуть мати тенденцію до песимізму та нижчого рівня життєвого задоволення. Розуміння цієї орієнтації може допомогти у фокусуванні на терапевтичних підходах для переосмислення минулого досвіду та зниження впливу негативних спогадів. Низькі показники за цією шкалою мають 37% осіб, такі результати можуть свідчити про меншу схильність до румінації або переживання негативних подій минулого, що може бути ознакою здорового ставлення до минулих невдач або проблем, але також може вказувати на уникнення або заперечення негативного досвіду.

*Сьогодення-гедоністичне.* 51% осіб мають високі показники за цією шкалою, такі люди живуть «тут і зараз», прагнучи максимальної насолоди та уникаючи болю. Вони схильні до ризикованих поведінкових стратегій та можуть мати проблеми з плануванням майбутнього або відкладенням задоволення, що може вказувати на потребу в розвитку навичок самоконтролю та довгострокового планування. Низькі показники мають 49% досліджуваних, що свідчить про те, що у них менша схильність до насолоди поточним моментом та менша відкритість до нових досвідів. Це може свідчити про більш консервативний підхід до життя або перевагу більш планованого та організованого способу життя.

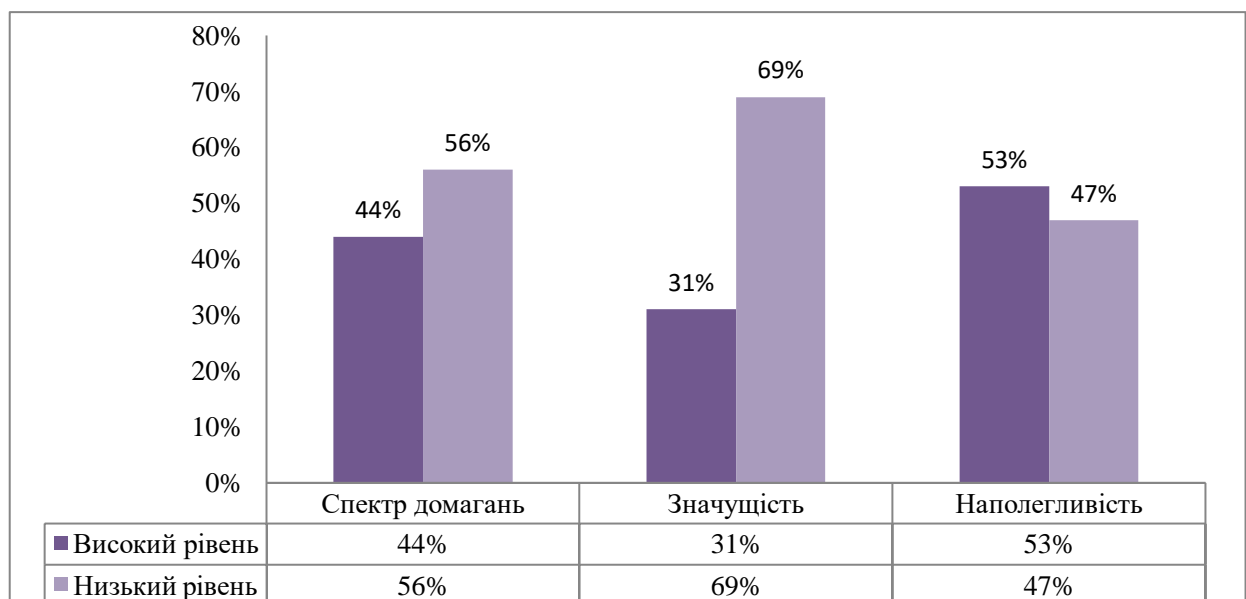
*Сьогодення-детерміноване.* Особистості, які набирають високі бали, а це 83%, за цією шкалою, можуть відчувати, що їхнє життя обмежене обставинами минулого. Вони можуть мати відчуття втрачених можливостей або відсутності контролю над власним життям. Підвищення їх відчуття автономії та контролю може бути важливим аспектом психологічної допомоги. Особистості з низькими показниками (17%) за цією шкалою можуть менше відчувати себе обмеженими минулим досвідом і мати більшу віру в можливість змін та власний вплив на майбутнє. Вони можуть бути більш відкриті до змін та мати оптимістичний погляд на майбутнє.

*Майбутнє.* 28% досліджуваних мають високі показники за шкалою майбутнього орієнтовані на планування та досягнення довгострокових цілей. Вони мають високий рівень самодисципліни та здатність до відкладення

задоволення в ім'я майбутнього успіху. Дана орієнтація асоціюється з кращим психологічним благополуччям та ефективністю у досягненні цілей. Низькі показники за шкалою майбутнього мають 72% осіб і можуть свідчити про меншу орієнтованість на планування та досягнення майбутніх цілей. Такі особистості можуть бути більш схильні жити «тут і зараз» без значного фокусу на довгострокове планування, що може бути корисно для адаптації до швидко змінних обставин, але також може вплинути на здатність досягати довгострокових цілей.

Отже, використання ZTPІ дозволяє ідентифікувати домінуючі часові перспективи особистості, що є ключовим для розуміння мотиваційних та поведінкових моделей. Результати можуть вказувати на потребу в певних корекціях або розвитку в психологічному та особистісному плані, наприклад, зменшення впливу негативних спогадів, розвиток стратегій для кращого планування майбутнього, або збільшення здатності насолоджуватися поточним моментом без шкоди для довгострокових цілей.

Проаналізувавши результати опитування за методикою «Оцінка рівня життєвих домагань» Титаренко Т. М. було отримано наступні результати (див. рис. 2.2.):



**Рис. 2.2. Результати за методикою «Оцінка рівня життєвих домагань» Титаренко Т. М.**

Особистості з широким спектром домагань, 44% особи, можуть легко визначити та описати різноманітні життєві домагання, зазвичай виявляють високий рівень особистісної відкритості, креативності та мотивації. Вони мають чітке бачення свого майбутнього та високу внутрішню мотивацію до саморозвитку та досягнення поставлених цілей.

Особистості з обмеженим чи нечітким визначенням домагань, 56% осіб, яким важко визначити свої життєві домагання або які не можуть надати конкретні відповіді, можуть відчувати невизначеність у своєму життєвому напрямку, що може свідчити про потребу в саморефлексії, самопізнанні та більш глибокому розумінні власних бажань та потреб.

Високу значущість мають 31% досліджуваних, що свідчить про те, що такі індивіди, які присвоюють високу значущість своїм домаганням, зазвичай демонструють сильну внутрішню мотивацію та глибоке розуміння своїх особистих цінностей. Вони орієнтовані на досягнення та відчувають високий рівень відповідальності за власне життя.

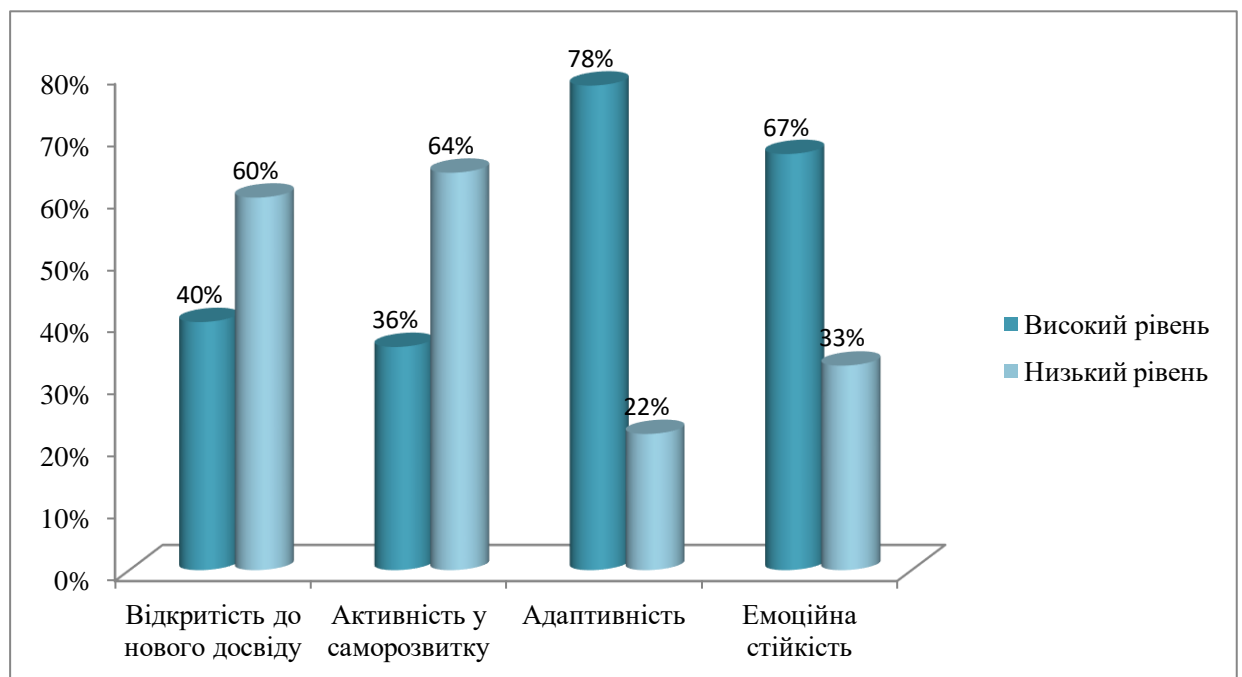
Низька значущість прослідковується у 69% досліджуваних. Люди, що оцінюють свої домагання як менш значущі, можуть відчувати меншу впевненість у виборі життєвого шляху або менше мотивовані до досягнення цілей, що може бути ознакою потреби в розвитку самосвідомості та переосмисленні особистих пріоритетів.

Високу наполегливість мають 53% індивідів, які готові докладати максимальні зусилля для досягнення своїх домагань, виявляють високий рівень рішучості, самодисципліни та стійкості. Вони мають здатність подолати перешкоди та використовувати свої ресурси для досягнення цілей.

Низька наполегливість мають 47% особистостей, які вказують на низьку готовність докладати зусиль, можуть стикатися з викликами у мотивації, самоконтролі та витримці, що може вказувати на потребу в розвитку стратегій самомотивації, встановленні реалістичних цілей та зміцненні віри у власні сили.

Методика «Оцінка рівня життєвих домагань» Титаренко Т.М. надає цінну інформацію про індивідуальні цілі, мотивацію та готовність особистості до самовдосконалення. Аналіз відповідей за цими параметрами може допомогти ідентифікувати ключові аспекти для подальшого особистісного розвитку та планування ефективних життєвих стратегій.

Методика «Особистісна готовність до змін», адаптована Бажановою Н.А. та Бардієром Г.Л., є важливим інструментом для оцінки, наскільки особистість є відкритою до змін та нових викликів у своєму житті. Аналіз за шкалами дозволяє глибше зрозуміти, як індивід готовий адаптуватися до змінних умов та які аспекти його особистості можуть бути підсилені для кращого саморозвитку. Отримані у ході проведення методики результати представлені у вигляді рисунку 2.3.



**Рис. 2.3. Результати за методикою «Особистісна готовність до змін», адаптована Бажановою Н.А. та Бардієром Г.Л.**

За шкалою «Відкритість до нового досвіду» високі показники мають 40% осіб. Такі досліджувані виявляють високу відкритість до нового досвіду, зазвичай є допитливими, творчими та готовими до експериментів. Вони легко адаптуються до нових обставин та відкриті до різноманітності життєвих ситуацій, що сприяє їхньому особистісному зростанню та розвитку.



Низькі показники мають 60% респондентів. Такі люди з низькою відкритістю до нового досвіду можуть відчувати опір перед змінами та новими викликами. Вони можуть уникати ризику та віддавати перевагу стабільності, що може обмежувати їхні можливості для особистісного розвитку.

За шкалою «Активність у саморозвитку» високі показники мають 36% осіб, вони активні у саморозвитку, постійно шукають можливості для навчання та вдосконалення своїх навичок. Вони мотивовані до самовдосконалення та реалізації свого потенціалу, що є ключовим фактором успішної адаптації до змін. Низькі показники мають 64% людей, вони мають низький рівень активності у саморозвитку можуть не відчувати потреби у самовдосконаленні або вважати, що вони вже досягли необхідного рівня знань та навичок, що може перешкоджати їхній готовності до змін та адаптації.

За шкалою «Адаптивність» високі показники мають 78% респондентів, вони ефективно вирішують проблеми в нових або змінних умовах та легко знаходять способи подолання труднощів. Вони гнучкі у своєму мисленні та поведінці, що сприяє їхній ефективній адаптації до змін. Низькі показники мають 22% осіб. Такі люди можуть відчувати труднощі при необхідності швидко адаптуватися до нових ситуацій. Вони можуть переживати стрес у мінливих обставинах, що обмежує їхню готовність до змін.

За шкалою «Емоційна стійкість» високі показники мають 67% опитуваних людей. Особи з високою емоційною стійкістю здатні зберігати позитивний настрій та ефективно справлятися зі стресом навіть у складних та непередбачуваних ситуаціях, що дозволяє їм легше адаптуватися до змін та подолати виклики. Низькі показники мають 33% осіб. Особистості з низькою емоційною стійкістю можуть відчувати значні емоційні труднощі при зіткненні зі стресом або змінами. Вони можуть бути схильні до переживань, тривоги та менш ефективні в адаптації до нових обставин.

Методика «Особистісна готовність до змін» надає цінну інформацію про важливі аспекти особистості, які впливають на здатність індивіда

адаптуватися та реагувати на зміни в його житті. Аналіз показників за шкалами відкритості до нового досвіду, активності у саморозвитку, адаптивності та емоційної стійкості може вказувати на потенційні сильні сторони та області для розвитку, спрямовані на підвищення особистісної готовності до змін.

### **2.3. Емпіричне дослідження рівня невизначеності на життєві перспективи вимушених переселенців**

Аналіз емпіричних зв'язків між різними шкалами особистісних характеристик набуває особливої важливості при розгляді теми зміни життєвих перспектив у ситуації невизначеності, особливо на прикладі вимушених переселенців. Розуміння цих зв'язків може допомогти у виявленні психологічних ресурсів та бар'єрів, які впливають на адаптацію до нових умов життя, планування майбутнього та відновлення від травматичного досвіду. За допомогою коефіцієнта кореляції Спірмена, ми отримали статистично значимі прямі зв'язки між шкалами методик:

1. «Відкритість до нового досвіду» та «Активність у саморозвитку» ( $r=0,17$ , при рівні статистичної значущості  $p \leq 0,05$ ). Зазначені характеристики є критично важливими для вимушених переселенців, оскільки адаптація до нового соціального та культурного середовища вимагає відкритості та готовності до навчання. Люди, які активно шукають новий досвід і можливості для саморозвитку, мають кращі шанси на успішну інтеграцію та побудову нових життєвих стратегій.

2. «Адаптивність» та «Емоційна стійкість» ( $r=0,44$ , при рівні статистичної значущості  $p \leq 0,05$ ). У ситуаціях невизначеності, таких як вимушене переміщення, здатність до адаптації та емоційна рівновага стають ключовими факторами психологічного виживання. Емоційна стійкість допомагає зберігати позитивний настрій та оптимізм попри зовнішні виклики, тоді як адаптивність забезпечує гнучкість у прийнятті рішень та здатність до швидкої зміни планів.

3. «Відкритість до нового досвіду» та «Емоційна стійкість» ( $r=0,65$ , при рівні статистичної значущості  $p \leq 0,05$ ). Зв'язок між цими двома аспектами може вказувати на важливість позитивного ставлення до нових викликів та здатність справлятися зі стресом, що виникає в процесі адаптації. Особистості, що відкриті до нових досвідів і емоційно стійкі, здатні ефективніше впоратися з втратами та почати нове життя в невизначеній ситуації.

4. «Високі показники Минуле-позитивне» та «Висока наполегливість» ( $r=0,56$ , при рівні статистичної значущості  $p \leq 0,05$ ). Позитивне сприйняття минулого та висока наполегливість можуть служити ресурсами для вимушених переселенців, допомагаючи їм зберегти зв'язок зі своєю ідентичністю та культурними коріннями. Дані аспекти сприяють розвитку відчуття продовження життя та здатності до досягнення нових цілей в нових умовах.

5. «Широкий спектр домагань» та «високі показники шкали «Майбутнє»» ( $r=0,94$ , при рівні статистичної значущості  $p \leq 0,05$ ). Вимушені переселенці з широким спектром домагань та орієнтацією на майбутнє мають кращі перспективи для планування та реалізації нового життя. Вони здатні встановлювати довгострокові цілі, що може допомогти їм відновити відчуття контролю над власним життям і сприяти психологічному відновленню після пережитих травм.

Отже, виявлені зв'язки підкреслюють важливість комплексного підходу до психологічної підтримки вимушених переселенців, акцентуючи на розвитку адаптивності, емоційної стійкості, відкритості до нового досвіду та активності у саморозвитку як ключових компонентів ефективної адаптації до нових життєвих умов.

## ВИСНОВКИ

У ході проведення теоретично та емпіричного дослідження нами було сформовано низку висновків:

Ситуація невизначеності – це стан, коли існують невизначені або неясні обставини, фактори або умови, які ускладнюють прийняття рішень або передбачення майбутніх подій. Ситуація невизначеності може виникати у різних сферах життя, таких як бізнес, особисте життя, політика, технології тощо, і може мати різні причини, включаючи недостатню інформацію, змінність умов, непередбачувані події або невизначені цілі.

Ситуація невизначеності в житті людини, особливо в контексті вимушених переселенців, вимагає глибокого психологічного аналізу, оскільки вона може одночасно виступати як джерело стресу та каталізатор особистісного зростання. Вплив невизначеності на життєві перспективи вимушених переселенців є значущим. Невизначеність викликає емоційне напруження через неспроможність передбачити майбутні події та втрату рідного середовища й соціальних зв'язків. Фінансова нестабільність також є проблемою, оскільки переселенці можуть втрачати роботу та зазнавати великих витрат на переїзд. Адаптація до нового соціального середовища та культурних норм вимагає часу та зусиль, тоді як невизначеність щодо майбутнього ускладнює розробку планів на життя.

Аналіз за методиками дослідження підкреслює важливість розуміння як позитивних, так і негативних аспектів минулого досвіду, ставлення до сьогодення та планування майбутнього. Він також вказує на необхідність розвитку навичок самоконтролю, довгострокового планування, адаптивності та емоційної стійкості для ефективного реагування на зміни та виклики в житті.

Зрештою, результати за цими методиками можуть слугувати основою для розробки індивідуальних та групових програм психологічної підтримки, спрямованих на підвищення життєвого задоволення, ефективності у досягненні цілей та поліпшення загального благополуччя особистості.

Зв'язки між різними шкалами особистісних характеристик, виявлені за допомогою коефіцієнта кореляції Спірмена, відіграють важливу роль у розумінні процесів адаптації вимушених переселенців до нових умов життя. Позитивне сприйняття минулого, емоційна стійкість, відкритість до нового досвіду, активність у саморозвитку та орієнтація на майбутнє є ключовими психологічними ресурсами, які сприяють успішній адаптації та побудові нових життєвих стратегій у ситуації невизначеності.

Таким чином, для підтримки вимушених переселенців важливо не тільки забезпечити їх базовими потребами, але й зосередитися на психологічних аспектах їхньої адаптації, розвиваючи стратегії, що сприяють позитивній життєвій перспективі, відновленню від травм та побудові успішного майбутнього в нових умовах.

## СПИСОК ВИКОРИСТАНИХ ДЖЕРЕЛ

1. Алексєєва Т. В. Відповідальність як компонента часової перспективи життєвих планів майбутнього фахівця. *Проблеми сучасної психології*. 2014. Вип. 26. С. 22.
2. Андрущенко В. Ціннісна невизначеність особистості та її подолання засобами освіти. *Вища освіта України*. 2015. № 3. С. 5.
3. Білодід В. М. Особливості освітньої соціалізації студента: профілі майбутньої життєвої перспективи. *Наукові записки [Ніжинського державного університету ім. Миколи Гоголя]. Психолого-педагогічні науки*. 2015. № 2. С. 14.
4. Білополий В. В. Психологічна готовність до особистісних змін та толерантності до невизначеності сучасного світу студентів будівельного ЗВО (ДВНЗ ПДАБА). *Вісник Придніпровської державної академії будівництва та архітектури*. 2020. № 2. С. 16.
5. Большакова А. М. Особистісні ресурси подолання складних життєвих ситуацій та часові перспективи осіб юнацького віку. *Наука і освіта*. 2013. № 1-2. С. 17.
6. Бугославська О. О. Тривожність особистості як чинник індивідуального стилю харчування в умовах невизначеності карантинних обмежень. *Габітус*. 2021. Вип. 25. С. 70.
7. Буковська О. О. Психологічний аналіз життєвої перспективи особистості у кризовий період. *Вісник Чернігівського національного педагогічного університету. Серія : Психологічні науки*. 2015. Вип. 126. С. 17.
8. Галян І. Психологія вибору особистості у ситуації невизначеності. *Проблеми гуманітарних наук. Серія : Психологія*. 2015. Вип. 37. С. 137.
9. Зарецька О. О. Особистість у ситуаціях зовнішньої і внутрішньої невизначеності: психологічний аналіз. *Вчені записки Таврійського національного університету імені В. І. Вернадського. Серія : Психологія*. 2023. Т. 34(73), № 1. С. 6.

10. Кириченко В. В. Психологічний аналіз толерантності особистості до невизначеності в сучасному інформаційному суспільстві. *Науковий вісник Херсонського державного університету. Серія : Психологічні науки.* 2020. Вип. 1. С. 133.
11. Клименко О. Є. Конструювання життєвої перспективи крізь призму ситуації інвалідності. *Проблеми сучасної психології.* 2013. Вип. 22. С. 215.
12. Крутько С. В. Диференціація потреб і можливостей досягнення провідних цінностей як основи життєвих перспектив особистості. *Наука і освіта.* 2013. № 1-2. С. 56.
13. Кухта М. Життєві перспективи людей похилого віку: теоретичний аналіз. *Соціальні виміри суспільства.* 2014. Вип. 6. С. 253.
14. Левченко В. В. Особливості професійного розвитку особистості в ситуації невизначеності. *Вісник Київського інституту бізнесу та технологій.* 2017. № 3. С. 47.
15. Левченко В. В. Ситуація невизначеності: трансформація особистісно-професійного розвитку дорослих. *Освіта дорослих: теорія, досвід, перспективи.* 2017. Вип. 1. С. 40.
16. Мартинюк І. О. Взаємозв'язок життєвих проблем і перспектив людей похилого віку: соціологічний аналіз. *Соціальні технології: актуальні проблеми теорії та практики.* 2015. Вип. 67-68. С. 139.
17. Масюк А. Толерантність до невизначеності та особливості особистості як чинники читацьких уподобань молоді. *Вчені записки Таврійського національного університету імені В. І. Вернадського. Серія : Психологія.* 2021. Т. 32(71), № 3. С. 38.
18. Мельник Ю. В. Оцінка особистістю життєвої ситуації як невизначеної в різних сферах її життєдіяльності. *Психологічний часопис.* 2019. Т. 5, № 11. С. 191.
19. Мельник Ю. В. Психологічна характеристика ситуації невизначеності в життєвому просторі особистості. *Габітус.* 2021. Вип. 21. С. 83.

20. Мирончук Н. М. Цілі професійної діяльності в системі життєво важливих перспектив студентів магістратури. *Педагогічні науки: теорія, історія, інноваційні технології*. 2015. № 10. С. 126.
21. Павленко О. В. Формування життєвої перспективи в ситуації невизначеності. *Актуальні проблеми психології*. 2015. Т. 7, Вип. 39. С. 232.
22. Перегончук Н. В. Ситуація невизначеності перехідного періоду розвитку суспільства як психологічна умова формування професійної компетентності майбутнього психолога. *ScienceRise*. 2016. № 3(1). С. 41.
23. Рева М. М. Особливості життєвої перспективи в підлітковому та юнацькому віці. *Психологія і особистість*. 2015. № 2(1). С. 126.
24. Родіна Н. В. Копінг-поведінка особистості в ситуаціях невизначеності та ризику. *Габітус*. 2021. Вип. 24(2). С. 90.
25. Рудь Г. В. Особливості впливу гендерних відмінностей на процес формування життєвих перспектив юнацтва в період трансформації суспільства. *Науковий вісник Львівського державного університету внутрішніх справ. Серія психологічна*. 2012. Вип. 2(2). С. 240.
26. Саннікова О. П. Толерантність до невизначеності як предиктор прийняття рішень особистістю. *Вісник післядипломної освіти. Серія : Соціальні та поведінкові науки*. 2020. Вип. 12. С. 98.
27. Степаненко Л. В. Особливості взаємозв'язку особистісних емоційних рис студентів із вибором стратегій поведінки в невизначених ситуаціях. *Вісник Харківського національного педагогічного університету імені Г. С. Сковороди. Психологія*. 2017. Вип. 57. С. 303.
28. Стуліка О. Б. Психологічні механізми особистісного реагування в ситуації невизначеності. *Молодий вчений*. 2021. № 3(2). С. 193.
30. Татенко Н. О. Ефективне прогнозування майбутнього: балансування особистості у невизначеності. *Наукові студії із соціальної та політичної психології*. 2011. Вип. 25. С. 88.



31. Фролов С. М. Перспективи використання методу оцінки життєвого циклу в системі управлінні відходами в Україні. *Ефективна економіка*. 2013. № 2. С. 55.
32. Хавула Р. Життєва перспектива особистості в юнацькому віці. *Актуальні питання гуманітарних наук*. 2015. Вип. 11. С. 343.
33. Хавула Р. Роль особистісної автономії у побудові життєвої перспективи в юнацькому віці. *Проблеми гуманітарних наук. Серія : Психологія*. 2015. Вип. 35. С. 313.
34. Шевчук Н. Формування та перспективи динаміки життєвого потенціалу на період трудової діяльності. *Україна: аспекти праці*. 2012. № 3. С. 38.

**КОДЕКС АКАДЕМІЧНОЇ ДОБРОЧЕСНОСТІ  
ЗДОБУВАЧА ВИЩОЇ ОСВІТИ ХЕРСОНЬСЬКОГО  
ДЕРЖАВНОГО УНІВЕРСИТЕТУ**

я, Шевченко Олена Юріївна, учасник(ця) освітнього процесу Херсонського державного університету, **УСВІДОМЛЮЮ**, що академічна доброчесність – це фундаментальна етична цінність усієї академічної спільноти світу.

**ЗАЯВЛЯЮ**, що у своїй освітній і науковій діяльності **ЗОБОВ'ЯЗУЮСЯ**:

– дотримуватися:

- вимог законодавства України та внутрішніх нормативних документів університету, зокрема Статуту Університету;
- принципів та правил академічної доброчесності;
- нульової толерантності до академічного плагіату;
- моральних норм та правил етичної поведінки;
- толерантного ставлення до інших;
- дотримуватися високого рівня культури спілкування;

– надавати згоду на:

- безпосередню перевірку курсових, кваліфікаційних робіт тощо на ознаки наявності академічного плагіату за допомогою спеціалізованих програмних продуктів;
- оброблення, збереження й розміщення кваліфікаційних робіт у відкритому доступі в інституційному репозитарії;
- використання робіт для перевірки на ознаки наявності академічного плагіату в інших роботах виключно з метою виявлення можливих ознак академічного плагіату;

– самостійно виконувати навчальні завдання, завдання поточного й підсумкового контролю результатів навчання;

– надавати достовірну інформацію щодо результатів власної навчальної (наукової, творчої) діяльності, використаних методик досліджень та джерел інформації;

– не використовувати результати досліджень інших авторів без використання покликань на їхню роботу;

– своєю діяльністю сприяти збереженню та примноженню традицій університету, формуванню його позитивного іміджу;

– не чинити правопорушень і не сприяти їхньому скоєнню іншими особами;

– підтримувати атмосферу довіри, взаємної відповідальності та співпраці в освітньому середовищі;

– поважати честь, гідність та особисту недоторканність особи, незважаючи на її стать, вік, матеріальний стан, соціальне становище, расову належність, релігійні й політичні переконання;

– не дискримінувати людей на підставі академічного статусу, а також за національною, расовою, статевою чи іншою належністю;

– відповідально ставитися до своїх обов'язків, вчасно та сумлінно виконувати необхідні навчальні та науково-дослідницькі завдання;


– запобігати виникненню у своїй діяльності конфлікту інтересів, зокрема не використовувати службових і родинних зв'язків з метою отримання нечесної переваги в навчальній, науковій і трудовій діяльності;

– не брати участі в будь-якій діяльності, пов'язаній із обманом, нечесністю, списуванням,

- фабрикацію;
- не підроблювати документи;
  - не поширювати неправдиву та компрометуючу інформацію про інших здобувачів вищої освіти, викладачів і співробітників;
  - не отримувати і не пропонувати винагород за несправедливе отримання будь-яких переваг або здійснення впливу на зміну отриманої академічної оцінки ;
  - не залякувати й не проявляти агресії та насильства проти інших, сексуальні домагання;
  - не завдавати шкоди матеріальним цінностям, матеріально-технічній базі університету та особистій власності інших студентів та/або працівників;
  - не використовувати без дозволу ректорату (деканату) символіки університету в заходах, не пов'язаних з діяльністю університету;
  - не здійснювати і не заохочувати будь-яких спроб, спрямованих на те, щоб за допомогою нечесних і негідних методів досягти власних корисних цілей;
  - не завдавати загрози власному здоров'ю або безпеці іншим студентам та/або працівникам.

**УСВІДОМЛЮЮ**, що відповідно до чинного законодавства у разі недотримання Кодексу академічної доброчесності буду нести академічну та/або інші види відповідальності й до мене можуть бути застосовані заходи дисциплінарного характеру за порушення принципів академічної доброчесності.

29.09.2020  
(дата)

  
(підпис)

Олена Шевченко  
(ім'я, прізвище)