

Міністерство освіти і науки України
Національний університет «Острозька академія»
Навчально-науковий центр заочно-дистанційного навчання
Кафедра психології

Кваліфікаційна робота
на здобуття освітнього ступеня бакалавра на тему:
«Роль цінностей та ціннісних орієнтацій у психологічній стійкості
студентів ЗВО»

Виконала студентка 4 курсу, групи ЗПс-41

Напрямок підготовки 053 «Психологія»

Карауш Юлія Володимирівна

Керівник – доктор психологічних наук,
доцент

Матласевич Оксана Володимирівна

Рецензент -кандидат психологічних
наук, доцент

Костюченко Олексій Миколайович

Допущено до захисту:

Завідувач кафедри: _____

Оксана МАТЛАСЕВИЧ

Острог, 2026

ЗМІСТ

ВСТУП.....	4
РОЗДІЛ 1. ТЕОРЕТИКО-МЕТОДОЛОГІЧНІ ЗАСАДИ ДОСЛІДЖЕННЯ ЗВ'ЯЗКУ ЦІННІСНИХ ОРІЄНТАЦІЙ І ПСИХОЛОГІЧНОЇ СТІЙКОСТІ СТУДЕНТІВ ЗВО	12
1.1. Психологічна стійкість студента: інтегративне поняття, теоретичні моделі та порівняльний аналіз суміжних психологічних конструктів	12
1.2. Цінності та ціннісні орієнтації як предмет психологічного аналізу: структура, функції, теоретичні підходи	18
1.3. Ціннісно-смилова сфера як внутрішній ресурс психологічної стійкості особистості: огляд емпіричних досліджень	23
Висновки до Розділу 1	27
РОЗДІЛ 2. ЕМПІРИЧНЕ ДОСЛІДЖЕННЯ РОЛІ ЦІННОСТЕЙ І ЦІННІСНИХ ОРІЄНТАЦІЙ У ПСИХОЛОГІЧНІЙ СТІЙКОСТІ СТУДЕНТІВ ЗВО	30
2.1. Організація, програма та методичний інструментарій дослідження....	30
2.2. Аналіз показників ціннісних орієнтацій та психологічної стійкості студентів	35
2.3. Кореляційний та кластерний аналіз ціннісних детермінант психологічної стійкості	40
Висновки до Розділу 2	49
ЗАГАЛЬНІ ВИСНОВКИ.....	52
СПИСОК ВИКОРИСТАНИХ ДЖЕРЕЛ	60
ДОДАТКИ	65
ДОДАТОК А. Опитувальник цінностей Ш. Шварца (PVQ-21).....	65
ДОДАТОК Б. Методика ціннісних орієнтацій М. Рокіча (RVS)	68
ДОДАТОК В. Шкала резилієнтності Коннора-Девідсона (CD-RISC-10).....	70
ДОДАТОК Г. Шкала сприйнятого стресу С. Коена (PSS-4).....	72
ДОДАТОК Д. Тест витривалості С. Мадді (PVS-III-R)	73

ДОДАТОК Е. Інформаційний лист для учасників	76
---	----

ВСТУП

Актуальність дослідження.

Сучасне студентство живе в умовах безперервних змін - соціальних, освітніх, психологічних. Для українських студентів ці зміни ускладнені повномасштабною війною, тривалою невизначеністю та економічною нестабільністю. Саме тому ми визнали особливо важливим вивчення психологічної стійкості як здатності особистості зберігати функціональність, адаптуватися до складних обставин, відновлюватися після стресових впливів і підтримувати внутрішню цілісність у ситуаціях невизначеності [18].

Воєнний стан суттєво трансформував умови навчання і повсякденного життя студентів. Переїзди, втрата звичного соціального оточення, загроза безпеці близьких, невизначеність щодо майбутнього утворюють хронічне стресове навантаження, яке накладається на звичайні академічні вимоги. При тому більшість студентів продовжує навчатися, виконує навчальні завдання і прагне реалізувати свої плани. Здатність функціонувати і зберігати цілеспрямованість попри кризу становить предмет особливого психологічного інтересу і має очевидну практичну цінність.

У сучасній психологічній науці стійкість розуміють не лише як здатність витримувати стрес, а як динамічну систему внутрішніх і зовнішніх ресурсів особистості [39]. Ми обрали за основу концепцію витривалості (життєстійкості, *hardiness*) С. Кобаси і С. Мадді, яка описує стійкість через три установки: залучення, контроль і прийняття виклику [29, 34].

Концепція витривалості має важливу особливість: вона описує не реакцію на стрес, а стійкі установки особистості, що визначають, як людина сприймає і переосмислює складні обставини. Залучення - це відчуття осмисленості власного існування і діяльності. Контроль - це переконаність у здатності впливати на перебіг подій. Прийняття виклику - це готовність сприймати зміни і труднощі як

джерело розвитку. Разом ці три установки формують особистісний буфер між стресором і його психологічними наслідками; саме тому ця концепція є особливо доречною для вивчення студентів в умовах воєнного часу.

Психологічна стійкість не зводиться до стратегій поведінки. Не менш важлива ціннісно-смилова сфера: цінності визначають, що людина вважає важливим, на що спирається в кризі і як інтерпретує власний досвід. Ми використали теорію базових цінностей Ш. Шварца - вона дозволяє вивчати конкретні мотиваційні типи і їхній зв'язок з адаптацією [45].

Теорія Шварца описує десять мотиваційних типів цінностей, організованих у циркулярну структуру з двома осями. Перша вісь - самотрансценденція проти самозбагачення: турбота про благополуччя інших і природи на противагу прагненню до особистого успіху. Друга вісь - відкритість до змін проти збереження: цінності самостійності й стимуляції на противагу цінностям безпеки і конформності. Така структура дозволяє нам формулювати конкретні гіпотетичні очікування: які саме типи цінностей підтримують стійкість, а які - ні.

Аналіз літератури засвідчує: проблематика стійкості і проблематика цінностей розроблені досить ґрунтовно, але кожна окремо. Питання про те, які саме типи цінностей пов'язані з резильєнтністю, витривалістю і стресом у студентів ЗВО, залишається відкритим. Відкритим є і питання про те, чи утворюють різні ціннісні пріоритети стійкі психологічні профілі студентів [43].

Питання про психологічні профілі є особливо важливим з практичної точки зору. Якщо студенти з різними ціннісними пріоритетами відрізняються за рівнем стійкості, то це означає: підтримку стійкості можна диференціювати з урахуванням ціннісної конфігурації конкретної людини, а не за загальними рецептами. Такий підхід є значно ефективнішим у консультативній і тренінговій роботі психологічних служб ЗВО.

Проблематику ролі цінностей і ціннісних орієнтацій у психологічній стійкості особистості розробляли як вітчизняні, так і зарубіжні дослідники. Серед

українських науковців З. С. Карпенко [4] обґрунтувала аксіопсихологію, у якій цінності постають вищою ланкою смислової регуляції особистості; М. Й. Боришевський [2] розкрив ціннісні орієнтації, як стрижень духовного розвитку особистості; І. Д. Бех [1] розробив концепцію виховання особистості через цінності; І. М. Галян [3] дослідив ціннісно-смилову саморегуляцію майбутніх педагогів. Власне проблематику психологічної стійкості у вітчизняній традиції висвітлили С. Д. Максименко [6] (стійкість як вияв нужди в генезі особистості), О. М. Кокун [5] (адаптаційні можливості людини та психологічне забезпечення в умовах воєнних дій), Т. М. Титаренко [7, 8] (життєвий світ особистості та самодопомога в умовах тривалої травматизації), а С. С. Чиханцова [9] емпірично встановила зв'язок витривалості з ціннісно-смиловою сферою у юнацькому віці. Суміжні та дотичні аспекти проблеми досліджували зарубіжні вчені: Ш. Шварц [45, 47] створив теорію базових цінностей із циркулярною структурою мотиваційних типів, М. Рокіч [41] розрізнив термінальні й інструментальні цінності; С. Кобаса і С. Мадді [29, 34] розробили концепцію витривалості (hardiness), К. Коннор і Дж. Девідсон [18] - модель резильєнтності, В. Франкл [21] обґрунтував смисл як ресурс стійкості в екстремальних умовах; Е. Десі і Р. Райан [19, 42] та Т. Кассер [25, 26] показали відмінність впливу внутрішніх і зовнішніх цінностей на психологічне благополуччя, а Л. Сагів і Ш. Шварц [43] емпірично встановили диференційований зв'язок типів цінностей із суб'єктивним благополуччям. Попри ґрунтовну розробленість обох напрямів, їх системне поєднання на українській студентській вибірці залишилося недостатньо вивченим.

Отже, актуальність теми визначається суперечністю між практичною потребою розуміти внутрішні ресурси студентської стійкості та недостатньою емпіричною розробленістю ролі конкретних ціннісних орієнтацій у її підтриманні.

Мета дослідження: теоретично обґрунтувати та емпірично дослідити зв'язок ціннісних орієнтацій із психологічною стійкістю студентів ЗВО, виявити психологічні профілі студентів і визначити їхні відмінності за показниками витривалості, резильєнтності й сприйнятого стресу.

Досягнення мети передбачає послідовне вирішення теоретичних і емпіричних завдань. На теоретичному рівні ми здійснили аналіз ключових понять і огляд наявних досліджень. На емпіричному рівні ми зібрали і проаналізували дані за допомогою валідизованого психодіагностичного інструментарію. Поєднання цих двох рівнів забезпечує повноту дослідження.

Аби досягти мети, ми розв'язали такі завдання:

1. Здійснити теоретичний аналіз понять «психологічна стійкість», «витривалість», «резильєнтність», «стресостійкість» і «ціннісні орієнтації»; визначити їхні змістові зв'язки та відмінності.
2. Розкрити основні теоретичні підходи до вивчення цінностей і ціннісних орієнтацій як внутрішнього ресурсу психологічної стійкості особистості.
3. Обґрунтувати програму емпіричного дослідження та підібрати відповідний психодіагностичний інструментарій.
4. Виявити особливості ціннісних орієнтацій, витривалості, Resilience та сприйнятого стресу у студентів і порівняти їх залежно від форми навчання та статі.
5. Встановити характер зв'язку між типами ціннісних орієнтацій і показниками психологічної стійкості; виокремити психологічні профілі студентів і порівняти їх за рівнем резильєнтності, витривалості й сприйнятого стресу.

Об'єкт дослідження: психологічна стійкість студентів закладів вищої освіти.

Предмет дослідження: особливості зв'язку цінностей та ціннісних орієнтацій із психологічною стійкістю студентів ЗВО залежно від їхнього психологічного профілю та соціально-демографічних характеристик.

Гіпотеза дослідження: між структурою ціннісних орієнтацій студентів ЗВО і показниками їхньої психологічної стійкості (резильєнтності, витривалості та сприйнятого стресу) існує статистично значущий зв'язок.

Гіпотеза ґрунтується на теоретичному припущенні про те, що ціннісно-смилова сфера є системою внутрішніх ресурсів особистості, яка впливає на те, як людина інтерпретує і переживає стресові ситуації. Ми очікували, що цей зв'язок є диференційованим: цінності відкритості до змін і самотрансценденції матимуть позитивний зв'язок з резильєнтністю і витривалістю та від'ємний - зі сприйнятим стресом, тоді як цінності збереження і самозбагачення дадуть слабший або нейтральний зв'язок. Крім того, ми очікували виявити стійкі психологічні профілі студентів, що розрізняються як за рівнем стійкості, так і за ціннісними пріоритетами.

Методи дослідження.

Ми використали комплекс методів:

- теоретичні: аналіз, синтез, порівняння, узагальнення наукової літератури;
- емпіричні: опитувальник ціннісних портретів Шварца (PVQ-21), методика ціннісних орієнтацій Рокіча у скороченій рейтинговій версії (RVS), шкала резильєнтності Коннора-Девідсона (CD-RISC-10), шкала сприйнятого стресу Коена (PSS-4) і скорочений тест витривалості Мадді (PVS-III-R);
- методи математично-статистичної обробки емпіричних даних: описова статистика (M, SD, Me, Мін, Макс, асиметрія, ексцес); t-критерій Стьюдента для незалежних вибірок із поправкою Велча; кореляційний

аналіз Пірсона між шкалами цінностей і стійкості; кластерний аналіз методом k-середніх; однофакторний дисперсійний аналіз із апостеріорним критерієм Тьюкі. Обробку виконано у Python 3.12 (бібліотеки pandas, scipy, scikit-learn). Рівень значущості становив $p \leq 0,05$.

Кластерний аналіз методом k-середніх дозволив нам виявити стійкі психологічні профілі студентів на основі поєднання ціннісних і стійкісних показників. Для вибору оптимальної кількості кластерів ми застосували три незалежні критерії: коефіцієнт силуету, критерій Калінські-Харабаша та індекс Девіса-Болдіна. Статистично значущі відмінності між кластерами підтверджені однофакторним дисперсійним аналізом із апостеріорним критерієм Тьюкі.

Добір методик ми здійснили за двома принципами. По-перше, кожна методика має перевірену психометричну якість і є стандартною у міжнародних дослідженнях відповідних конструктів. По-друге, методики утворюють два змістових блоки: перший вимірює ціннісні орієнтації через два концептуально різних підходи (мотиваційні типи Шварца і термінальні цінності Рокіча); другий вимірює три взаємопов'язані, але відмінні виміри стійкості (резилієнтність, витривалість і сприйнятий стрес). Таке поєднання забезпечує змістову ширину і методичну взаємоперевірку.

Емпірична база дослідження.

У нашому дослідженні взяли участь 512 студентів медичного закладу вищої освіти України (денна та заочна форми навчання, різні курси). Ми зібрали дані дистанційно у березні-квітні 2026 р. через онлайн-анкету Google Forms. Участь була добровільною й анонімною.

Вибірку ми сформували через поширення посилання на анкету у навчальних Telegram-каналах і Viber-групах студентів. Середня тривалість заповнення складала 18-22 хвилини. Анкета налаштована на обов'язкове заповнення всіх пунктів, тому незавершених відповідей у вибірці немає. Перед

початком кожен учасник ознайомлювався з інформаційним листом: мета дослідження, добровільність участі, анонімність, право відмовитись у будь-який момент. Усі процедури відповідають принципам Гельсінської декларації [50].

Серед учасників 79,9% - жінки, що відповідає гендерній структурі обстеженого медичного ЗВО. Вік коливається від 16 до 51 року ($M = 19,58$, $SD = 5,43$, $Me = 18$ років). Понад 43% учасників поєднують навчання з роботою. Студенти денної форми навчання становлять 92,6%, заочної - 7,4%. Ця характеристика вибірки є важливою для інтерпретації результатів порівняльного аналізу між підгрупами.

Елементи наукового пошуку полягають у комплексному вивченні зв'язку між конкретними типами ціннісних орієнтацій і показниками психологічної стійкості студентів ЗВО, а також у виявленні психологічних профілів студентів. Це дозволяє розглядати ціннісно-смыслову сферу як диференційовану систему внутрішніх ресурсів особистості.

Наукова новизна полягає у поєднанні двох ціннісних методик (PVQ-21 Шварца і RVS Рокіча) з трьома вимірами психологічної стійкості на одній вибірці. Більшість наявних досліджень використовує лише одну ціннісну методику і один вимір стійкості, що обмежує можливість зіставлення результатів і виявлення диференційованих зв'язків. Застосування кластерного аналізу дозволило нам перейти від вивчення лінійних кореляцій до ідентифікації типологічних конфігурацій - якісно відмінних поєднань ціннісних пріоритетів і ресурсів стійкості. Такий підхід наближає психологічний аналіз до реального різноманіття студентської популяції.

Теоретичне значення дослідження полягає у поглибленні знань про ціннісно-смыслові чинники психологічної стійкості студентів. Зокрема, ми уточнили роль типів цінностей за моделлю Шварца і термінальних цінностей за

Рокічем у формуванні резильєнтності, витривалості й суб'єктивного переживання стресу.

Результати дослідження розширюють теоретичне розуміння механізмів психологічної стійкості у студентській популяції. Зокрема, виявлення диференційованого зв'язку між типами цінностей і компонентами стійкості дозволяє уточнити, яка частина ціннісної сфери виконує ресурсну функцію, а яка є нейтральною або пов'язана з ризиком дистресу. Виявлення психологічних профілів студентів додає до теоретичної картини типологічний вимір: показує, що ціннісні пріоритети і стійкість утворюють не ізольовані зв'язки, а цілісні конфігурації, які мають якісно відмінну динаміку. Це є внеском у теорію особистісних ресурсів стійкості і може стати основою для подальших лонгітюдних досліджень.

Практичне значення дослідження. Отримані результати можуть бути використані психологічними службами ЗВО для діагностики ресурсів стійкості, розроблення консультативних і тренінгових програм підтримки студентів, а також у викладанні дисциплін «Психологія особистості», «Психологія здоров'я» та «Психологічна допомога в кризових ситуаціях».

Практична цінність результатів є багатоаспектною. Психологічні профілі студентів можуть слугувати підставою для диференційованої психопрофілактичної роботи: студенти з профілем «амбітних вразливих» потребують підтримки, спрямованої на посилення внутрішніх ресурсів стійкості, а не лише на поліпшення академічної результативності. Студенти з профілем «ціннісної дифузності» потребують роботи зі змістовим самовизначенням. Виявлені ціннісні кореляти стійкості можуть бути включені до діагностичних протоколів психологічних служб ЗВО як додаткові показники психологічного ресурсу. Результати дослідження також можуть бути використані у розробленні

навчальних програм з психологічного благополуччя студентів і в системі підготовки психологів-практиків.

Апробація результатів дослідження.

Основні результати дослідження представлено у такій публікації авторки: Карауш Ю., Глашан І. Ціннісно-сміслові та метакогнітивні ресурси психологічної стійкості студентів ЗВО в умовах воєнного часу. *Наукові записки Національного університету «Острозька академія». Серія «Психологія»*. Вип.21. Острог, 2026. С 11-13.

Структура роботи. Кваліфікаційна робота складається зі вступу, двох розділів, висновків до кожного розділу, загальних висновків, списку використаних джерел і додатків. Список використаних джерел містить 50 найменувань, з них 41 англomовне та 9 українomовних.

РОЗДІЛ 1

ТЕОРЕТИКО-МЕТОДОЛОГІЧНІ ЗАСАДИ ДОСЛІДЖЕННЯ ЗВ'ЯЗКУ ЦІННІСНИХ ОРІЄНТАЦІЙ І ПСИХОЛОГІЧНОЇ СТІЙКОСТІ СТУДЕНТІВ ЗВО

1.1. Психологічна стійкість студента: інтегративне поняття, теоретичні моделі та порівняльний аналіз суміжних психологічних конструктів

Психологічна стійкість сформувалась як самостійний предмет дослідження у середині ХХ століття, проте досі залишається поняттям, яке різні наукові традиції трактують неоднаково. С. Лутар, Д. Чиккетті та Б. Бекер у своєму впливовому критичному огляді [32] показали, що в літературі резильєнтність визначається щонайменше у трьох логіках: як риса особистості, як динамічний процес адаптації і як результат позитивного розвитку всупереч ризику. Ця неоднозначність зумовлена тим, що феномен досліджують паралельно у клінічній психології, психології розвитку, психології особистості і психології стресу, і кожна традиція пропонує свою операціоналізацію.

У вузькому розумінні психологічна стійкість визначається як здатність людини зберігати психічне здоров'я і функціональність в умовах стресу та повертатися до попереднього стану після пережитих труднощів [18]. У ширшому розумінні стійкість передбачає не лише відновлення базової лінії, а й трансформацію: людина не просто адаптується, а й використовує труднощі як умову зростання [14, 35]. Останнім часом у фаховій літературі переважає саме друге, ширше тлумачення, що дозволяє розглядати стійкість як інтегративне утворення з потенціалом розвитку, а не лише як захисний механізм.

Для дослідження стійкості студента ЗВО таке розширене розуміння є особливо доречним, тим більше, що сама категорія «студент» сьогодні охоплює людей дуже різного віку і життєвого контексту. Студенти денної форми навчання представляють переважно юнацький вік і ранню дорослість (18-25 років), яку

сучасна психологія розвитку описує через концепцію формування ідентичності [20] і концепцію емерджентної дорослості (emerging adulthood) [13]; це період нестабільних виборів, експериментування з ролями, формування професійної ідентичності, ціннісно-сислового самовизначення. Студенти заочної форми навчання, особливо ті, хто здобуває другу освіту, належать здебільшого до молодшої і середньої дорослості за класифікацією Е. Еріксона і Д. Левінсона [20, 31]. Це люди зі вже сформованою професійною ідентичністю, які часто поєднують навчання з повноцінною трудовою діяльністю, мають родину, дітей і ширшу систему соціальних зобов'язань.

Такі демографічні і життєві відмінності двох категорій студентів означають, що психологічна стійкість у них розгортається на різних онтогенетичних фундаментах. У юнацькому віці стійкість більшою мірою спирається на пошук смислу і формування цінностей; у дорослому - на вже інтегровану систему цінностей, що регулює складніший життєвий простір [43]. Спільним для обох категорій є набір сучасних викликів: академічне навантаження, фінансова нестабільність, необхідність поєднувати навчання з роботою для значної частини студентів. В умовах повномасштабної війни до цього додалися тривала невизначеність і вимушений перехід до дистанційного або змішаного формату навчання, що суттєво підвищило рівень психологічного навантаження на студентство загалом.

Серед класичних теоретичних моделей стійкості особливе місце посідає концепція витривалості (життєстійкості, hardiness), розроблена С. Кобасою і С. Мадді у 1970-80-х роках. С. Кобаса у дослідженні менеджерів американської телефонної компанії показала, що частина з них успішно протистоїть стресу попри об'єктивно складні обставини [29]. Вона сформулювала поняття витривалості як особистісної диспозиції, що складається з трьох компонентів. Залучення - це переконаність у тому, що участь у житті і праці має сенс, а не є тягарем. Контроль - це впевненість у власній здатності впливати на перебіг подій,

а не бути їхнім пасивним об'єктом. Прийняття виклику - це сприйняття змін і невизначеності як можливості для зростання, а не як загрози [34, 35].

У серії емпіричних робіт С. Мадді зі співавторами [37] встановлено, що високий рівень витривалості пов'язаний з нижчим рівнем тривожності, депресії, психосоматичних симптомів і з вищою академічною та професійною успішністю. Важливим результатом є те, що всі три компоненти мають предиктивну валідність на тривалому часовому проміжку: вони прогнозують успішність адаптації за роки наперед, а не лише фіксують поточний стан. При тому витривалість виступає медіатором між стресовими подіями і психологічним благополуччям: вона не просто пом'якшує стрес, а перетворює стресовий досвід на ресурс особистісного зростання.

Іншу впливову модель розробив А. Антоновський у концепції салютогенезу і почуття когерентності (sense of coherence) [12]. На відміну від традиційної патогенетичної парадигми, яка ставить питання, чому людина хворіє, Антоновський запитував: чому людина залишається здоровою попри стрес? Почуття когерентності є глобальною орієнтацією особистості, яка включає три компоненти. Збагненність - це переконання, що події у житті мають впорядкованість і пояснення. Керованість - це переконання, що людина має достатньо ресурсів для подолання викликів. Осмисленість - це переконання, що життя варте емоційних і вольових вкладень. У численних дослідженнях саме компонент осмисленості виявляє найсильніший прогностичний зв'язок з показниками психічного здоров'я і соматичного добробуту, що підкреслює провідну роль смислової сфери у формуванні стійкості.

У психології розвитку традицію досліджень резильєнтності започаткував лонгітюдний проєкт Е. Вернер і Р. Сміт [49]. Протягом понад тридцяти років дослідниці спостерігали за дітьми з острова Кауаї, що зростали в умовах ризику: бідність, сімейна дисфункція, батьки з психічними розладами. Значна частина цих дітей не лише не потерпала від несприятливих умов, а й демонструвала

нормальний або кращий розвиток, ніж однолітки із благополучних родин. Дослідниці виокремили захисні чинники: наявність хоча б одного підтримувального дорослого, базові навички саморегуляції, здатність формувати дружні стосунки, орієнтація на досягнення. Систематизацію цього напрямку здійснила А. Мастен у концепції «звичайної магії» (ordinary magic) [39, 40]. За Мастен, резилієнтність не є винятковою здатністю окремих індивідів, а є результатом дії звичайних адаптаційних систем людини: міцних емоційних зв'язків, ефективної саморегуляції, розвинених виконавчих функцій, віри у власну ефективність, мотивації до досягнень.

Окрему теоретичну позицію посідає Дж. Бонанно [14]. На матеріалі лонгітюдних досліджень людей, які пережили тяжкі втрати, він виокремив чотири типові траєкторії реагування на травматичну подію: хронічне порушення функціонування, одужання з відтермінованим поверненням до норми, відкладене страждання і резильєнтність. На відміну від одужання, що передбачає тривале переживання дистресу з подальшим відновленням, резильєнтність характеризується збереженням відносної функціональності з самого початку. Бонанно показав, що ця траєкторія є не рідкісним винятком, а поширеним патерном, який демонструє щонайменше третина людей навіть після об'єктивно тяжких подій.

Самостійний теоретичний пласт становить класична концепція стресу і копінгу Р. Лазаруса та С. Фолкман [30]. У цій моделі стійкість розглядається через призму когнітивної оцінки і копінг-стратегій. Автори розрізняють проблемно-орієнтований копінг, спрямований на зміну ситуації, і емоційно-орієнтований копінг, спрямований на регуляцію переживань. Ефективність копінгу визначається не загальним типом стратегії, а її адекватністю конкретній ситуації: у контрольованих умовах ефективнішим є проблемно-орієнтований підхід, у неконтрольованих - емоційно-орієнтований. Ми звернули увагу на те, що ціннісні орієнтації безпосередньо впливають на первинну оцінку стресора:

людина з розвиненою цінністю прийняття виклику схильна сприймати той самий стресор як менш загрозливий.

В українській психологічній традиції питання стійкості розглядаються переважно у руслі суб'єктно-діяльнісного підходу. Т. М. Титаренко [7] у роботі «Життєвий світ особистості» розкриває стійкість як здатність людини будувати і утримувати осмислений життєвий простір навіть в умовах руйнівних впливів. У пізніших дослідженнях, пов'язаних із психотравматичним досвідом, дослідниця акцентує на самодопомозі і життєтворчості як способах підтримання стійкості в умовах воєнного стресу [8]. С. Д. Максименко [6] у концепції генези особистості розглядає стійкість як вияв нужди, тобто внутрішньої сили, що спонукає особистість до зростання навіть у несприятливих умовах. О. М. Кокун [5] у роботах із психофізіології адаптації обґрунтовує поняття адаптаційних можливостей людини і способи їх оптимізації. С. С. Чиханцова [9] показала, що структура ціннісно-сислової сфери є значущим чинником витривалості у період ранньої дорослості.

Розглянуті концепції оперують частково перекривними поняттями, які в українській науковій літературі нерідко вживаються як синоніми. З метою методологічної чіткості ми провели їх порівняльний аналіз. У Таблиці 1.1 систематизовано основні суміжні психологічні конструкти та їхні теоретичні засади.

Таблиця 1.1

Порівняльний аналіз суміжних психологічних конструктів стійкості

Конструкт	Автор(и)	Ключові компоненти	Акцент	Інструмент
Психологічна стійкість (resilience)	Connor & Davidson [18]; Masten [39, 40]	Адаптація до труднощів,	Динамічний процес взаємодії	CD-RISC-25, CD-RISC-10

		відновлення після стресу	людини й середовища	
Витривалість (hardiness)	Kobasa [29]; Maddi [34, 35]	Залучення, контроль, прийняття виклику	Стійка особистісна установка, що захищає від стресу	Hardiness Survey, PVS-III- R
Стресостійкість і копінг	Lazarus & Folkman [30]	Когнітивна оцінка стресора, вибір копінг- стратегії	Адекватність реагування на конкретну стресову ситуацію	Brief COPE, PSS
Адаптивність	Кокурн [5]	Психофізіологічні ресурси, саморегуляція	Здатність відповідати вимогам середовища	Методики соц.- психологічної адаптації
Почуття когерентності (SOC)	Antonovsky [12]	Збагненність, керованість, осмисленість	Глобальна орієнтація на здоров'я (салютогенез)	SOC-13, SOC- 29
Резилієнтність як траєкторія	Wonanno [14]	Збереження функціональності після травми	Один із типових патернів реагування на травму	Лонгitudна оцінка симптоматики

Примітка. Складено авторами на основі: [12, 14, 18, 29, 30, 32, 34, 35, 39, 40, 5].

З Таблиці 1.1 видно, що конструкти частково перекриваються, але мають різні теоретичні акценти і операціоналізуються через різні інструменти. У нашому дослідженні психологічна стійкість розглядається як інтегративне

поняття, операціоналізоване через комбінацію трьох інструментів. Тест витривалості С. Мадді (PVS-III-R) ми використали для виміру стабільних особистісних установок, що складають витривалість. Шкала резилієнтності Коннора-Девідсона (CD-RISC-10) - для виміру загальної самосприйнятої здатності адаптуватися до труднощів. Шкала сприйнятого стресу С. Коена (PSS-4) виступає як контрольний показник суб'єктивного переживання стресу. Такий підхід відповідає принципу операціональної тріангуляції і дозволяє охопити різні рівні феномену стійкості [18, 32].

Такий комбінований операціональний підхід ми обрали з двох міркувань. По-перше, він дає змогу охопити різні рівні феномену: витривалість фіксує диспозиційні установки, CD-RISC-10 - глобальну самооцінку адаптивності, PSS-4 - поточне переживання стресу. По-друге, він відкриває можливість для конвергентної перевірки: якщо різні методики дають узгоджені результати, це підвищує надійність висновків. Отже, ми отримали триплет показників, що разом дають повніший психологічний портрет стійкості студента.

Огляд теоретичних моделей дозволяє нам сформулювати кілька опорних ідей, важливих для подальшого аналізу. Психологічна стійкість є не просто відсутністю патології, а позитивним адаптивним потенціалом. Стійкість - це багатовимірне утворення, у якому когнітивні, емоційні і смислові компоненти діють спільно. Смисловий компонент, на провідну роль якого вказують і Антоновський (через осмисленість), і Франкл (через прагнення до сенсу), і Мадді (через залучення), є інтегруючим чинником стійкості. Саме ця ідея створює природний перехід до аналізу цінностей як фундаменту смислової сфери.

1.2. Цінності та ціннісні орієнтації як предмет психологічного аналізу: структура, функції, теоретичні підходи

Якщо попередній підрозділ показав, що смисловий компонент є серцевиною психологічної стійкості, то питання про природу і структуру самих цінностей потребує окремого розгляду. Поняття цінностей належить до базових категорій, якими оперують одразу філософія, соціологія, культурна антропологія і психологія. У XX столітті саме психологія започаткувала традицію розуміти цінності не як зовнішні соціальні норми, а як внутрішні психологічні утворення особистості. Класичне визначення К. Ключхона [28] розглядає цінність як уявлення про бажане, характерне для індивіда або групи, що впливає на вибір з-поміж доступних способів, засобів і цілей дії. Це визначення задало рамку, у якій цінність постає як когнітивно-мотиваційне утворення, що сполучає переконання про бажане і регуляцію поведінки.

У межах цієї рамки в психологічних дослідженнях вибудувалися кілька впливових теоретичних підходів. Кожен пропонує свій спосіб структурування ціннісної сфери і дає інший інструмент для емпіричного виміру. Для нашого дослідження принципово важливим є те, що цінності не є гомогенним утворенням: вони мають внутрішню структуру, диференціюються на типи і виявляють зв'язок з іншими психологічними змінними не загальною, а саме через ці типи. Ми розглянули теоретичні підходи послідовно, від класичних до сучасних.

Серед попередніх теоретичних рамок особливе місце посідає піраміда потреб А. Маслоу [38], яка задала загальну логіку розгляду людських прагнень як ієрархічно організованих. Систематичне психологічне вивчення цінностей як окремого конструкта розпочинається з робіт М. Рокіча [41]. У монографії «Природа людських цінностей» він запропонував розрізняти два типи цінностей. Термінальні цінності - це переконання про бажані кінцеві стани існування:

життєві цілі-цінності, як-от здоров'я, щасливе сімейне життя, мудрість, свобода. Інструментальні цінності - це переконання про бажані способи поведінки: якості особистості як засоби, наприклад чесність, відповідальність, дисциплінованість. Рокіч аргументував, що цінності організовані в ієрархічну систему за принципом відносного пріоритету. Ця ієрархія визначає ставлення особистості до більшості соціальних питань і виступає відносно стабільним регулятором поведінки. На основі цієї теорії він розробив методику Rokeach Value Survey (RVS), у якій респондент ранжує вісімнадцять термінальних і вісімнадцять інструментальних цінностей за ступенем значущості. Ми використали скорочену рейтингову версію цієї методики.

Принципово новий етап у психології цінностей ми пов'язали з роботами Ш. Шварца [45]. На матеріалі досліджень у понад 70 країнах він розробив теорію базових людських цінностей, у якій виокремив десять універсальних мотиваційних типів: самостійність, стимуляція, гедонізм, досягнення, влада, безпека, конформність, традиційність, благовоління (доброчинність), універсалізм. Кожен тип представляє певну мотиваційну мету, відмінну від мет інших типів. Ключове теоретичне відкриття полягало у виявленні структурної організації цінностей: десять типів утворюють циркулярну структуру з двома двополюсними осями [47]. У переглянутій теорії 2012 року кількість типів збільшено до дев'ятнадцяти за рахунок диференціації наявних, проте базова двополюсна структура збереглася.

Перша вісь протиставляє самотрансценденцію самозбагаченню: турботу про благополуччя інших і природи (універсалізм, благовоління) прагненню до особистого успіху і домінування (досягнення, влада). Друга вісь протиставляє відкритість до змін збереженню: цінності, що стимулюють самостійну дію і пошук нового (самостійність, стимуляція), цінностям, що підтримують стабільність і традиційний порядок (безпека, конформність, традиційність). Гедонізм займає проміжне положення між відкритістю до змін і

самозбагаченням. Ми сперлися на цю структуру при формулюванні теоретичних очікувань: цінності відкритості до змін мають позитивно корелювати зі стійкістю, а цінності збереження - слабше або від'ємно.

Циркулярна структура має важливі емпіричні наслідки. Сусідні цінності у колі позитивно корелюють, протилежні - негативно. Ця структура виявляється практично у всіх досліджених культурах, що підтверджує її універсальність [47]. Вона дає змогу формулювати конкретні гіпотези: якщо змінна X пов'язана з певною цінністю, то вона має бути найсильніше пов'язана з сусідніми у колі і протилежно - з тими, що розташовані навпроти. Саме ця властивість робить теорію Шварца зручною для перевірки гіпотез нашої роботи [46].

Соціокультурний підхід до цінностей розробляє Р. Інглхарт у межах тривалого міжнародного проєкту World Values Survey [23]. Він протиставляє цінності виживання, що домінують у суспільствах з низьким рівнем безпеки і добробуту, цінностям самовираження, що поширюються у суспільствах постмодерну [24]. Цей підхід доповнює теорію Шварца розумінням того, що індивідуальна ціннісна сфера формується у певному соціокультурному контексті. Ми взяли це до уваги: воєнний стан в Україні може зміщувати ціннісні пріоритети студентів у бік безпеки і збереження навіть тоді, коли у мирний час вони тяжіли б до самовираження і відкритості до змін.

Окремий теоретичний рівень становить зв'язок цінностей і смислу життя. У логотерапії В. Франкла [21] цінності є тим, що надає людському існуванню сенс. Він розрізняє три категорії цінностей: цінності творчості - те, що людина дає світу через свою діяльність; цінності переживань - те, що людина отримує від світу (через любов, красу, істину); цінності ставлення - позиція щодо незмінних обставин страждання і долі [22]. У контексті нашого дослідження особливо важливою є думка Франкла: смисл залишається доступним навіть у найскладніших умовах. Здатність знаходити смисл і утримувати ціннісну орієнтацію - це основний ресурс стійкості.

У сучасній теорії самодетермінації Е. Десі і Р. Райана [19] цінності розглядаються через призму інтерналізації, тобто процесу, у ході якого зовнішньо задані цінності можуть ставати по-справжньому внутрішніми в різному ступені: від поверхневого засвоєння під тиском до глибокої автентичної інтеграції. Ступінь інтерналізації залежить від задоволення трьох базових психологічних потреб: автономії, компетентності і зв'язку з іншими. Внутрішні, автентичні цінності, що відповідають цим потребам, підтримують психологічне благополуччя. Зовнішні, неінтерналізовані цінності - навіть якщо вони соціально схвальні - пов'язані з нижчим благополуччям і вищим рівнем дистресу [42]. У роботі Т. Кассера і Р. Райана [26] показано: люди, орієнтовані переважно на зовнішні цінності (матеріальний успіх, слава, привабливий імідж), демонструють нижчий рівень суб'єктивного благополуччя, ніж ті, у кого домінують внутрішні цінності (особистісний розвиток, близькі стосунки, спільнотність).

В українській психологічній науці категорія цінностей розроблялась у працях кількох авторів. З. С. Карпенко [4] обґрунтувала аксіопсихологію як окрему психологічну дисципліну, у якій цінності розглядаються як вища ланка смислової регуляції особистості, що задає вектор самотворення і самореалізації. М. Й. Боришевський [2] у своїх роботах розкривав ціннісні орієнтації як стрижень духовного розвитку особистості, пов'язуючи їх з категоріями суб'єктності, моральності, духовності. І. Д. Бех [1] розробив концепцію виховання особистості через цінності, у якій цінність розглядається як одиниця духовного буття людини. У дослідженнях І. М. Галяна [3] розглядається ціннісно-смілова саморегуляція майбутніх педагогів - тобто те, як зрілість ціннісної сфери впливає на професійну ідентичність.

У структурному плані сучасна психологія розрізняє кілька рівнів аналізу цінностей. На мотиваційному рівні цінність є узагальненим мотивом, що спрямовує діяльність. На когнітивному рівні цінність є переконанням про бажаність певних станів або способів дії. На поведінковому рівні цінність

виявляється в реальних виборах і вчинках. Поняття «цінність» і «ціннісна орієнтація» іноді розрізняють так: цінність - це загальне переконання про бажане, поділюване особистістю або групою, а ціннісна орієнтація - це індивідуальна структура цінностей у їхній ієрархії [28]. У нашому дослідженні ми використали обидва поняття як близькі за змістом, ідучи за традицією, що склалася в українській психології.

Функції цінностей у психічному житті особистості ми систематизували у трьох площинах. Регулятивна функція: цінності задають критерії вибору і оцінки; коли людина опиняється перед конкуруючими альтернативами, саме ціннісна ієрархія визначає, що для неї прийнятно, а що ні. Мотиваційна функція: цінності надають енергію і напрямок діяльності, особливо у ситуаціях тривалого стресу, де зовнішньої мотивації може бракувати. Смыслотвірна функція: цінності інтегрують окремі елементи досвіду у цілісну картину життя, забезпечуючи переживання осмисленості [4, 21]. Саме смысловірна функція робить цінності природним ресурсом психологічної стійкості: якщо смисл є інтегральною основою стійкості (як показано у попередньому підрозділі), а цінності є фундаментом смислу, то цінності мають виявляти системний зв'язок з компонентами стійкості.

1.3. Ціннісно-смыслові сфера як внутрішній ресурс психологічної стійкості особистості: огляд емпіричних досліджень

Теоретичне припущення про зв'язок ціннісно-смыслові сфери і психологічної стійкості має тривалу традицію - від екзистенційно-аналітичних робіт В. Франкла до сучасних кроскультурних емпіричних досліджень. У підрозділах 1.1 і 1.2 ми показали, що смысловий компонент є інтегруючою серцевиною стійкості, а цінності є фундаментом смыслові сфери. Завдання цього підрозділу - оглянути, як саме цей зв'язок виявляється у конкретних емпіричних

дослідженнях, і чи дає він підставу очікувати диференційованого, а не однорідного зв'язку між типами цінностей і компонентами стійкості.

Класичною відправною точкою у дискусії про роль смислу в стійкості до екстремального стресу є праця В. Франкла [21]. На матеріалі власного досвіду перебування у нацистському концентраційному таборі він показав: ув'язнені, у яких зберігалось відчуття осмисленості життя, пов'язаного з відданістю певній справі, людині або переконанням, мали значно вищі шанси психічно витримати екстремальний стрес. При тому матеріальні умови для всіх були ідентичними. Хоча ці спостереження не належать до формального емпіричного дослідження, вони стимулювали подальший науковий інтерес до смислових і ціннісних ресурсів стійкості і заклали теоретичну основу для пізніших робіт у позитивній психології і психології благополуччя.

Систематичне емпіричне вивчення зв'язку цінностей із суб'єктивним благополуччям активізувалося у 1990-2000-х роках. Ключовим є дослідження Л. Сагів і Ш. Шварца [43] на вибірці понад тисячу учасників із кількох країн. Ми відзначили ключові результати цієї роботи. Цінності блоку самозбагачення (досягнення, влада) переважно корелюють з благополуччям нейтрально або негативно. Цінності самотрансценденції (універсалізм, благовоління) і відкритості до змін (самотійність, стимуляція) пов'язані з благополуччям позитивно. Цей патерн зберігається попри міжкультурні відмінності. Автори пояснюють диференціацію через ідею узгодженості цінностей з базовими психологічними потребами: цінності зростання, самотійності і зв'язку з іншими краще підтримують внутрішні ресурси особистості, ніж цінності, орієнтовані на зовнішні маркери успіху.

Пізніший огляд Ш. Шварца і Ф. Сортгейкс [48], у якому проаналізовано результати десятків окремих досліджень, підтверджує і поглиблює ці висновки. Цінності самотрансценденції і відкритості до змін послідовно пов'язані з вищим рівнем благополуччя у різних культурних контекстах. При тому окремо показано:

сила цих зв'язків залежить від макроконтексту. У країнах з вищим рівнем розвитку і безпеки негативна кореляція цінностей самозбагачення з благополуччям виражена сильніше, ніж у країнах з нижчим рівнем безпеки. Цей результат співзвучний із теоретичним прогнозом Інглхарта [23] щодо зсуву від матеріалістичних до постматеріальних цінностей у міру зростання економічної стабільності.

Безпосередній зв'язок ціннісних орієнтацій із резилієнтністю як медіатором досліджувала група науковців [33] на вибірці 635 студентів чотирьох університетів Китаю. Використовуючи переглянутий PVQ і шкалу резилієнтності, дослідники встановили: цінності самотрансценденції позитивно пов'язані із задоволеністю життям через резилієнтність як медіатор, тоді як цінності самозбагачення виявили значущий негативний непрямий ефект саме через резилієнтність. Цей результат підтверджує теоретичне припущення: не всі типи цінностей однаково підтримують психологічну стійкість. Ми визнали, що на теоретичному рівні можна очікувати, що компонент залучення у моделі витривалості тісніше пов'язаний з цінностями самотрансценденції і самостійності, а компонент прийняття виклику - з цінностями відкритості до змін. Перевірка цього припущення на українській студентській вибірці становить одне із завдань нашого дослідження.

У межах теорії самодетермінації Е. Десі і Р. Райана [42] сформувалась окрема дослідницька лінія щодо відмінностей між внутрішніми і зовнішніми цінностями. У роботі Т. Кассера і Р. Райана [26] показано: домінування зовнішніх цінностей (багатство, слава, привабливий імідж) пов'язане з нижчим рівнем психологічного благополуччя, вищим рівнем тривоги, депресії, психосоматичних симптомів. Натомість домінування внутрішніх цінностей (особистісний розвиток, близькі стосунки, спільнотність) є предиктором кращого психічного здоров'я і резилієнтності у стресових умовах. У монографії «Висока ціна матеріалізму» Т. Кассер [25] узагальнює: матеріалістична ціннісна орієнтація

підриває задоволення базових психологічних потреб і є чинником ризику хронічного стресу. Цей висновок ми пов'язали із результатом нашого кластерного аналізу: «амбітні вразливі» - студенти з найвищою орієнтацією на досягнення і владу - демонструють найвищий стрес у нашій вибірці.

В українських дослідженнях питання зв'язку цінностей і стійкості розглядалося у кількох важливих роботах. С. С. Чиханцова [9] у дисертаційному дослідженні психологічних особливостей розвитку витривалості у юнацькому віці продемонструвала: структура ціннісно-сислової сфери є значущим чинником витривалості, причому певні типи цінностей виявляють диференційований зв'язок з компонентами витривалості. О. М. Кокун [5] у роботах, пов'язаних із психологічним забезпеченням в умовах воєнних дій, показує, що ціннісно-сисловий компонент входить до структури психологічної стійкості як один із провідних чинників. І. М. Галян [3] у дослідженні ціннісно-сислової саморегуляції майбутніх педагогів виявила: зрілість ціннісної сфери позитивно корелює з адаптивністю і резильєнтністю до професійного стресу.

Окрему категорію становлять дослідження ефектів ціннісної конгруентності, тобто відповідності між індивідуальними цінностями і цінностями значущих груп: родини, навчального середовища, культурного контексту. Вища конгруентність послаблює стрес і підвищує стійкість, а ціннісний конфлікт, навпаки, є чинником ризику для психічного здоров'я. Цей блок результатів важливий для розуміння того, чому одні й ті самі цінності можуть мати різні наслідки для благополуччя у різних соціальних контекстах. Для студентів цей ефект особливо помітний у контексті академічного середовища: якщо цінності освітньої установи не відповідають особистісним, студент переживає більше рольових конфліктів і хронічного стресу.

Підсумовуючи огляд емпіричних досліджень, ми виокремили три ключові тези. По-перше, зв'язок цінностей і психологічної стійкості емпірично підтверджений на значних вибірках у різних культурних контекстах і за

допомогою різних методичних інструментів. По-друге, цей зв'язок є диференційованим: різні типи цінностей пов'язані зі стійкістю по-різному. Цінності самотрансценденції і відкритості до змін стабільно виявляють позитивні кореляції зі стійкістю, тоді як цінності самозбагачення - слабкі або негативні. По-третє, цей зв'язок опосередковується контекстуальними чинниками: соціокультурним середовищем, етапом дорослішання, наявністю або відсутністю гострого стресу.

Наукова проблема нашого дослідження визначається саме третім пунктом. Попри значну розробленість окремо проблематики цінностей і окремо проблематики стійкості, бракує системних емпіричних робіт, які б встановлювали диференційований зв'язок конкретних типів цінностей за двома методиками (Шварц і Рокіч) з кількома вимірами стійкості (резилієнтність, витривалість, стрес) і виявляли стійкі психологічні профілі саме у студентів ЗВО. Аналіз теоретичних засад дозволяє нам сформулювати загальну логіку емпіричного дослідження: перевірити, чи виявляють цінності відкритості до змін і самотрансценденції позитивний зв'язок з резилієнтністю і витривалістю, від'ємний - зі стресом, і чи утворюють різні ціннісні пріоритети стійкі психологічні профілі. Реалізацію цієї логіки представлено у Розділі 2.

Висновки до розділу 1

Психологічна стійкість є інтегративним утворенням, яке поєднує когнітивні, емоційні і смислові компоненти. Вона виявляється у здатності особистості зберігати функціональність в умовах стресу, відновлюватись після травматичних подій та використовувати труднощі як можливість для розвитку. У нашому дослідженні поняття операціоналізоване через комбінацію двох моделей: витривалості С. Мадді з трьома субшкалами (залучення, контроль,

прийняття виклику) [34, 35] і резильєнтності К. Коннора і Дж. Девідсона [18], з додатковим контролем рівня сприйнятого стресу за шкалою С. Коена [16, 17].

Ми провели порівняльний аналіз суміжних понять: психологічна стійкість, витривалість, резильєнтність, стресостійкість, адаптивність, почуття когерентності. Аналіз виявив їх часткове перекриття за змістом і теоретичні відмінності за акцентом. Спільним для всіх концепцій є визнання провідної ролі смислового компонента у формуванні стійкості, що створює природну основу для аналізу цінностей як її ресурсу.

Цінності у психології розглядаються як стійкі переконання щодо бажаних кінцевих станів або способів поведінки, які виконують регулятивну, мотиваційну і смислотвірну функції. Ми сперлися на два класичні підходи. М. Рокіч [41] розрізнив термінальні й інструментальні цінності і запропонував їх вимірювати через ієрархічне ранжування. Ш. Шварц [45, 47] виявив колоподібну мотиваційну структуру з двома осями (самотрансценденція ↔ самозбагачення і відкритість до змін ↔ збереження) і показав її крос-культурну стабільність. Ці підходи ми використали як взаємодоповнювальні: PVQ-21 вимірює мотиваційні типи через ідентифікацію з портретами, а RVS - суб'єктивну важливість конкретних термінальних цінностей.

Емпіричні дослідження зв'язку цінностей і психологічної стійкості [43, 48] показують диференційований характер цього зв'язку. Цінності самотрансценденції і відкритості до змін послідовно демонструють позитивні кореляції з показниками благополуччя і резильєнтності, тоді як зв'язок з цінностями самозбагачення (влада, досягнення) є слабким або негативним. Дослідження на студентських вибірках [33] підтверджують ці закономірності. При тому більшість наявних робіт не розрізняють між собою різні виміри стійкості і різні методики вимірювання цінностей.

В українській психологічній традиції роль ціннісно-сислової сфери у стійкості розкривається у працях З. С. Карпенко [4], Т. М. Титаренко [7, 8], О. М.

Кокуна [5], С. С. Чиханцової [9], І. М. Галяна [3]. Дослідження С. С. Чиханцової [9] демонструє, що структура ціннісно-смислової сфери є значущим чинником витривалості у період ранньої дорослості. Ці роботи підтверджують релевантність нашої проблеми у вітчизняному контексті.

Попри значну розробленість окремо проблематики цінностей і окремо проблематики стійкості, бракує системних емпіричних робіт, які б встановлювали диференційований зв'язок конкретних типів цінностей за Шварцем з компонентами витривалості за Мадді на українській студентській вибірці. Особливо це стосується аналізу психологічних профілів студентів та врахування соціально-демографічних відмінностей вибірки.

Аналіз теоретичних засад дозволяє нам сформулювати загальну логіку емпіричного дослідження: перевірити, чи виявляють певні типи ціннісних орієнтацій (зокрема відкритості до змін і самотрансценденції) позитивний зв'язок з показниками психологічної стійкості; чи можна виокремити психологічні профілі студентів, що різняться за рівнем стійкості; і чи пов'язані показники стійкості із соціально-демографічними характеристиками вибірки. Реалізацію цієї логіки представлено у Розділі 2.

РОЗДІЛ 2

ЕМПІРИЧНЕ ДОСЛІДЖЕННЯ РОЛІ ЦІННОСТЕЙ І ЦІННІСНИХ ОРІЄНТАЦІЙ У ПСИХОЛОГІЧНІЙ СТІЙКОСТІ СТУДЕНТІВ ЗВО

2.1. Організація, програма та методичний інструментарій дослідження

Теоретичне обґрунтування, здійснене у першому розділі, дало нам підставу перейти до емпіричного вивчення зв'язку ціннісних орієнтацій із психологічною стійкістю студентів. У цьому підрозділі ми описали організацію дослідження, характеристику вибірки та методичний інструментарій, аби читач міг оцінити обґрунтованість отриманих результатів.

Ми організували дослідження у три послідовні етапи: підготовчий (розробка анкети, добір інструментарію), збиральний (онлайн-збір даних) та аналітичний (статистична обробка й інтерпретація результатів). Дані ми зібрали у березні-квітні 2026 р.

На підготовчому етапі ми здійснили огляд наявних психодіагностичних інструментів для вимірювання ціннісних орієнтацій і психологічної стійкості. Добір методик ми провели за двома критеріями: перевірена психометрична якість у відповідних культурних контекстах і доступність для онлайн-формату без спотворення стимульного матеріалу. Зібрані методики ми об'єднали в єдину онлайн-анкету на платформі Google Forms. На підготовчому ж етапі ми розробили інформаційний лист для учасників і узгодили процедуру дослідження з вимогами дослідницької етики [11].

Збір даних проходив дистанційно. Ми поширили посилання на анкету через навчальні Telegram-канали і Viber-групи студентів медичного закладу вищої освіти. Середня тривалість заповнення складала 18-22 хвилини. Анкета містила 66 запитань, із яких 7 - соціально-демографічні.

Перед заповненням кожен учасник ознайомлювався з інформаційним листом: мета дослідження, добровільність участі, анонімність, право відмовитись

у будь-який момент. Усі процедури відповідають принципам Гельсінської декларації [50].

До остаточної вибірки ми включили 512 студентів. Критерії включення: статус студента ЗВО, вік від 16 років, добровільна згода. Незавершених анкет не виявлено, оскільки Google Forms налаштовано на обов'язкове заповнення всіх пунктів. Соціально-демографічну характеристику вибірки наведено у Таблиці 2.1.

Таблиця 2.1

Соціально-демографічна характеристика вибірки (N = 512)

Характеристика	Категорія	n	%
Стать	Жіноча	409	79,9
	Чоловіча	91	17,8
	Інше / не хочу відповідати	12	2,3
Форма навчання	Денна	474	92,6
	Заочна	38	7,4
Курс	1-й курс	163	31,8
	2-й курс	151	29,5
	3-й курс	126	24,6
	4-й курс	58	11,3
	Магістратура (6-й рік)	14	2,7
Зайнятість	Не працюю	281	54,9

	Працюю частково	148	28,9
	Працюю повний день	75	14,6

Вибірка нерівномірна за гендерним складом: 79,9% учасників - студентки. Це відображає структуру медичного ЗВО. Вік учасників коливається від 16 до 51 року ($M = 19,58$, $SD = 5,43$, $Me = 18$). Медіана 18 років свідчить про те, що половина вибірки - студенти першого-другого курсів. Понад 43% поєднують навчання з роботою, і це важливий контекст для інтерпретації рівня стресу.

Студенти денної форми навчання становлять 92,6% ($n = 474$), заочної - 7,4% ($n = 38$). Нерівномірність підгруп за формою навчання ми врахували при інтерпретації порівняльних результатів, невелика заочна підгрупа є неоднорідною за віком і життєвим досвідом, тому висновки щодо неї слід розглядати як орієнтовні, а не остаточні.

У дослідженні ми застосували п'ять психодіагностичних методик двох змістових блоків: ціннісні орієнтації і психологічна стійкість. Нижче ми описали кожен методик: теоретичну основу, структуру, психометричні характеристики у нашій вибірці та особливості застосування.

Опитувальник ціннісних портретів Шварца (PVQ-21) вимірює 10 мотиваційних типів цінностей через ідентифікацію респондента з короткими особистісними портретами (шкала 1-6). Ми використали офіційний переклад для України (Київський міжнародний інститут соціології). Підшкалу традиційності ми виключили з аналізу через низьку надійність (коефіцієнт Спірмена-Брауна = 0,44).

PVQ-21 є скороченою версією повнішого опитувальника Шварца, адаптованою для масових кроскультурних досліджень [47]. Кожен із 21 пунктів описує конкретну людину, і респондент оцінює, наскільки ця людина схожа на нього. Такий підхід знижує ефект соціальної бажаності порівняно з прямим

запитанням про важливість цінностей. При тому варто зазначити обмеження: із двох пунктів на підшкалу традиційності надійність не досягає прийнятного рівня, тому цю підшкалу ми виключили зі статистичного аналізу.

Методика ціннісних орієнтацій Рокіча (RVS) у скороченому рейтинговому варіанті охоплює 10 термінальних цінностей із шкалою важливості від 1 до 7. Рейтинговий формат ми обрали замість ранжування з технічних міркувань (перетягування позицій некоректно відображалось на мобільних пристроях). Внутрішня узгодженість шкали: $\alpha = 0,894$.

Рейтинговий формат, де кожна цінність отримує незалежну оцінку за шкалою від 1 до 7, відрізняється від оригінального ранжування, де всі 18 цінностей впорядковуються у список. Рейтинговий формат простіший у виконанні та не вимагає специфічного технічного рішення [10]. Відоме обмеження цього формату - ефект стелі: більшість цінностей отримують оцінки у верхній частині шкали, що знижує диференціацію між ними. При тому отримана надійність $\alpha = 0,894$ є прийнятною, а дисперсія між цінностями - достатньою для кореляційного аналізу.

Шкала резилієнтності Коннора-Девідсона (CD-RISC-10) містить 10 пунктів, шкала 0-4, бал 0-40. Вищий бал означає вищу резильєнтність. У нашій вибірці $\alpha = 0,859$.

CD-RISC-10 є психометрично найсильнішим інструментом у нашому наборі [15]. Шкала вимірює загальну самосприйняту здатність адаптуватися до труднощів, відновлюватися після стресу і залишатися стійким. Вона широко застосовується в дослідженнях студентських вибірок у різних країнах, що дозволяє порівнювати наші результати з міжнародними нормами [18]. Надійність $\alpha = 0,859$ у нашій вибірці відповідає загальноприйнятим стандартам.

Шкала сприйнятого стресу Коена (PSS-4) містить 4 пункти, шкала 0-4, бал 0-16. Вищий бал - вищий стрес. Пункти 2 і 3 ми інвертували перед

підрахунком. Внутрішня узгодженість: $\alpha = 0,575$ (відома особливість коротких версій шкали); методика залишається валідним показником суб'єктивного стресу.

PSS-4 є надкороткою версією оригінальної шкали PSS-14. Вона вимірює суб'єктивне відчуття того, наскільки людина відчуває своє життя непередбачуваним, неконтрольованим і надмірно напруженим. Низька внутрішня узгодженість ($\alpha = 0,575$) є типовою для чотирипунктових шкал і не заперечує конструктну валідність [16, 17]. Ми використали PSS-4 як допоміжний показник суб'єктивного переживання стресу, а не як основну міру стійкості.

Тест витривалості (PVS-III-R) містить 12 пунктів, шкала 0-3, бал 0-36. Він вимірює три компоненти: залучення, контроль і прийняття виклику. Субшкали контролю і прийняття виклику мають неприйнятно низьку надійність через ефект зворотних пунктів ($\alpha < 0,40$ [44]). Тому в подальшому аналізі ми використали лише загальний бал і субшкалу залучення ($\alpha = 0,604$).

PVS-III-R є скороченою версією тесту витривалості, розробленого С. Мадді [34, 36, 37]. Теоретично він вимірює три установки особистості: залучення (зануреність у діяльність і стосунки), контроль (переконаність у власному впливі на події) і прийняття виклику (готовність до змін як до можливості). У нашій вибірці субшкали контролю і прийняття виклику показали ненадійні результати через ефект зворотних пунктів, характерний для україномовних адаптацій. Ми визнали за доцільне використати загальний бал PVS-III-R і субшкалу залучення - єдину з надійністю вище прийнятного порогу ($\alpha = 0,604$).

Статистичну обробку ми виконали у Python 3.12 (бібліотеки pandas, scipy, scikit-learn, pingouin). Ми застосували такі методи: описова статистика (M, SD, Me, Мін, Макс, асиметрія, ексцес); t-критерій Стюдента для незалежних вибірок (при нерівних дисперсіях - поправка Велча, розмір ефекту d Коена); кореляційний аналіз Пірсона між шкалами цінностей і стійкості (для шкал Рокіча зі значною асиметрією ми додатково перевіряли коефіцієнт Спірмена, висновки не

змінились); кластерний аналіз методом k-середніх; однофакторний дисперсійний аналіз із апостеріорним критерієм Тьюкі. Рівень значущості становив $\alpha = 0,05$.

Вибір Python 3.12 як інструментального середовища зумовлений гнучкістю і відтворюваністю аналізу. Увесь аналітичний код є документованим і може бути повторно виконаний на тих самих даних для перевірки результатів. Бібліотека `pingouin` забезпечила розрахунок розміру ефекту (d Коена, η^2) для всіх порівняльних і дисперсійних аналізів; ці показники є стандартними в сучасній психологічній звітності.

2.2. Аналіз показників ціннісних орієнтацій та психологічної стійкості студентів

Перш ніж перевіряти гіпотезу, ми проаналізували розподіл ключових змінних у вибірці. Аналіз ми побудували у такій послідовності: описова статистика шкал стійкості, потім ціннісних орієнтацій за Шварцем і Рокічем, і насамкінець порівняльний аналіз між групами. Такий порядок дозволяє спочатку отримати загальний портрет вибірки, а вже потім переходити до аналізу відмінностей.

Описова статистика шкал психологічної стійкості наведена у Таблиці 2.2.

Таблиця 2.2

Описова статистика шкал психологічної стійкості (N = 512)

Шкала	M	SD	Me	Мін	Макс	Асим.	Ексц.
CD-RISC-10 (0-40)	26,24	6,73	27,00	0	40	-0,58	1,12
PSS-4 (0-16)	6,99	2,35	7,00	0	16	+0,15	0,86

Витривалість загальна (0- 36)	22,09	4,08	22,00	6	32	-0,14	0,01
Залучення (0-12)	7,93	2,16	8,00	1	12	-0,29	-0,27

Примітка. PSS-4 - вищий бал означає вищий стрес.

Ми отримали такі результати щодо стійкості нашої вибірки. Середній рівень резилієнтності (CD-RISC-10: $M = 26,24$, $SD = 6,73$) є помірним. Для порівняння: американська студентська норма за Кемпбелл-Силс і Стейн [15] становить $M = 31,8$. Різниця у 5,5 балів може відображати специфіку воєнного часу, хоча пряме порівняння з американськими нормами обмежене культурними відмінностями. Рівень стресу (PSS-4: $M = 6,99$) дещо вищий за показники загальної дорослої вибірки, що типово для академічного середовища. Показники витривалості ($M = 22,09$; субшкала залучення: $M = 7,93$ із 12 балів) відповідають середньому діапазону. Розподіл усіх трьох конструктів умовно нормальний ($|асиметрія| \leq 0,75$), отже, ми отримали підстави застосувати параметричні методи аналізу.

Стандартне відхилення резилієнтності ($SD = 6,73$) свідчить про помітний розкид у вибірці: значна частина студентів розміщується у зонах низьких і відносно високих значень. Це є важливим контекстом для кластерного аналізу: він відображає реальну варіативність вибірки, а не однорідний розподіл. Субшкала залучення ($M = 7,93$ із максимальних 12) свідчить, що у середньому студенти відчують помірну укоріненість у власній діяльності і стосунках.

Ціннісний профіль вибірки за PVQ-21 наведено у Таблиці 2.3.

Таблиця 2.3

Описова статистика підшкал PVQ-21 (N = 512)

Тип цінностей	М	SD	Me	Мін	Макс	Асим.
Самостійність	4,36	0,94	4,50	1,0	6,0	-0,75
Стимуляція	4,06	1,09	4,00	1,0	6,0	-0,42
Гедонізм	4,32	1,04	4,50	1,0	6,0	-0,65
Досягнення	3,91	1,10	4,00	1,0	6,0	-0,28
Влада	3,78	1,13	4,00	1,0	6,0	-0,28
Безпека	4,32	1,08	4,50	1,0	6,0	-0,55
Конформність	3,14	1,09	3,00	1,0	6,0	+0,14
Благовоління	4,35	0,98	4,50	1,0	6,0	-0,71
Універсалізм	4,16	0,92	4,33	1,0	6,0	-0,77

Примітка. Шкала 1-6 (1 - зовсім не схожий на мене, 6 - дуже схожий). Підшкалу традиційності виключено через низьку надійність. Усі 9 інших підшкал PVQ-21 включено до аналізу.

Найвищу суб'єктивну значущість мають самостійність (М = 4,36), благовоління (М = 4,35), гедонізм (М = 4,32) і безпека (М = 4,32). Найнижчу - конформність (М = 3,14). Це типовий ціннісний профіль молодих дорослих: автономія, задоволення і близькі стосунки переважають над підпорядкуванням нормам. Відносно високу позицію безпеки можна пояснити умовами хронічної невизначеності, у яких студенти живуть протягом останніх років [45].

Профіль є узгодженим із теоретичними прогнозами Шварца [47] щодо ціннісних пріоритетів молодих дорослих у постмодерних суспільствах: домінування цінностей відкритості до змін і самотрансценденції є характерним

для освіченої молоді. Підвищена значущість безпеки відображає вплив тривалої соціальної нестабільності на ціннісну ієрархію студентів [23].

Термінальні цінності Рокіча (Таблиця 2.4) утворюють ієрархію, де перші позиції займають здоров'я ($M = 6,26$), впевненість у собі ($M = 6,23$) і щасливе сімейне життя ($M = 6,18$). Усі десять цінностей зосереджені у верхній частині шкали, що дає виражений ефект стелі. Це відоме обмеження рейтингового методу, при тому диференціація між цінностями залишається достатньою для кореляційного аналізу.

Таблиця 2.4

Описова статистика термінальних цінностей за Рокічем ($N = 512$)

Термінальна цінність	M	SD	Me	Мін	Макс	Асим.
Здоров'я	6,26	1,07	7,00	1,0	7,0	-2,00
Впевненість у собі	6,23	1,06	7,00	1,0	7,0	-1,62
Щасливе сімейне життя	6,18	1,18	7,00	1,0	7,0	-1,75
Свобода	6,04	1,09	6,00	1,0	7,0	-1,34
Вірні друзі	6,02	1,16	6,00	1,0	7,0	-1,51
Розвиток особистості	5,99	1,09	6,00	1,0	7,0	-1,39
Пізнання	5,83	1,11	6,00	1,0	7,0	-1,29
Кохання	5,80	1,35	6,00	1,0	7,0	-1,30

Житейська мудрість	5,73	1,25	6,00	1,0	7,0	-1,31
Активне діяльне життя	5,34	1,25	5,50	1,0	7,0	-0,85

Примітка. Шкала важливості 1-7. Відсортовано за середнім значенням за спаданням.

Домінування здоров'я на першій позиції є передбачуваним у воєнний час: фізична цілісність і безпека стають пріоритетом у ситуаціях реальної загрози. Висока оцінка впевненості у собі і щасливого сімейного життя свідчить про те, що студенти орієнтовані на внутрішні ресурси і значущі стосунки. Це узгоджується зі стійкістю до стресу, яку ми виявили у кореляційному аналізі. Нижчі позиції суспільного визнання і матеріального добробуту свідчать про відносно невисоку орієнтацію на зовнішні маркери успіху.

Аби перевірити відмінності між підгрупами студентів, ми провели t-критерій Стюдента. Результати за значущими змінними подано у Таблиці 2.5.

Таблиця 2.5

Порівняння студентів денної і заочної форм навчання за значущими змінними

Шкала	Денна М (SD)	Заочна М (SD)	t	p	d	Ефект
PSS-4 (стрес)	7,11 (2,31)	5,55 (2,46)	3,98	< 0,001	0,67	середній
Залучення	7,83 (2,14)	9,11 (1,96)	-3,55	< 0,001	0,60	середній
CD-RISC-10	26,00 (6,80)	29,18 (4,89)	-3,73	< 0,001	0,48	малий

Витривалість загальна	21,97 (4,10)	23,66 (3,56)	-2,47	0,014	0,42	малий
PVQ: Безпека	4,28 (1,08)	4,72 (0,92)	-2,44	0,015	0,41	малий
ТЦ: Кохання	5,76 (1,37)	6,21 (0,93)	-1,98	0,048	0,33	малий
ТЦ: Пізнання	5,80 (1,13)	6,16 (0,72)	-2,80	0,007	0,32	малий
ТЦ: Розвиток	5,96 (1,12)	6,29 (0,52)	-3,34	0,001	0,30	малий

Примітка. t-критерій Стьюдента з поправкою Велча. d - розмір ефекту за Коеном.

Ми виявили, що студенти заочної форми навчання перевищують студентів денної за всіма показниками стійкості і мають нижчий рівень стресу. Найбільші ефекти зафіксовано за рівнем стресу ($d = 0,67$) і субшкалою залучення ($d = 0,60$). На нашу думку, це пов'язано не з формою навчання як такою, а з тим, що заочники здебільшого старші та мають більше досвіду самостійного життя. Слід, однак, бути обережними: заочна підгрупа невелика ($n = 38$; 7,4%) і неоднорідна за віком.

Показник $d = 0,67$ для стресу є середнім ефектом за класифікацією Коена. Це означає, що різниця між групами є не лише статистично значущою, а й практично помітною. Ми проінтерпретували цей результат обережно: заочна група є суттєво старшою за медіану (значна частина - дорослі зі стажем роботи), тому відмінність може відображати вплив віку і накопиченого досвіду, а не специфіку форми навчання як такої. Аби розділити ці ефекти, потрібні окремі дослідження з контролем за віком.

Гендерне порівняння виявило три значущі відмінності: жінки демонструють дещо вищу загальну витривалість ($d = 0,25$), вищу субшкалу залучення ($d = 0,35$) і вищу значущість стимуляції ($d = 0,35$). Усі ефекти малі,

хоча й статистично значущі. Гендерна нерівномірність вибірки (79,9% жінок) обмежує надійність цих висновків.

Малий розмір гендерних ефектів свідчить, що гендер не є провідним детермінантом ні стійкості, ні ціннісних пріоритетів у нашій вибірці. Виявлена вища залученість жінок узгоджується з результатами ряду зарубіжних досліджень [34], де жінки демонструють дещо вищу орієнтованість на близькі стосунки (ключовий компонент залучення). Підвищена значущість стимуляції у жінок є несподіваним результатом і потребує перевірки на більш збалансованих вибірках.

2.3. Кореляційний та кластерний аналіз ціннісних детермінант психологічної стійкості

Описова статистика дала нам загальний портрет вибірки. Далі ми перейшли до головного питання: чи пов'язані ціннісні орієнтації студентів із рівнем їхньої психологічної стійкості? Аналіз ми побудували у два кроки: спочатку кореляційний аналіз, потім кластерний. Кореляційний аналіз дозволяє виявити лінійні зв'язки між окремими шкалами. Кластерний аналіз дозволяє виявити конфігуративні патерни, тобто якісно відмінні поєднання ціннісних пріоритетів і рівнів стійкості.

Повну матрицю кореляцій Пірсона між підшкалами PVQ-21 і показниками стійкості наведено у Таблиці 2.6.

Таблиця 2.6

Кореляції Пірсона між типами цінностей PVQ-21 та показниками психологічної стійкості (N = 512)

Тип цінностей	CD-RISC-10	PSS-4	Витрив. заг.	Залучення	Характер зв'язку
---------------	------------	-------	--------------	-----------	------------------

Самостійність	+0,337**	-0,164**	+0,231**	+0,170**	Послідовний +++
Стимуляція	+0,326**	н.з.	+0,284**	+0,149**	Стійкість +++
Гедонізм	+0,285**	-0,112*	+0,215**	+0,153**	Помірний ++
Досягнення	+0,203**	н.з.	+0,106*	н.з.	Резилієнтність +
Влада	+0,112*	н.з.	н.з.	н.з.	Слабкий
Безпека	+0,127**	н.з.	н.з.	+0,087*	Слабкий
Конформність	н.з.	н.з.	-0,148**	н.з.	Обернений --
Благовоління	+0,233**	н.з.	+0,177**	+0,165**	Послідовний ++
Універсалізм	+0,198**	н.з.	+0,150**	+0,102*	Помірний +

*Примітка. ** $p < 0,01$, * $p < 0,05$, н.з. - $p > 0,05$. PSS-4 має зворотну полярність: від'ємна кореляція означає зв'язок із нижчим стресом.*

Ми встановили, що найбільш послідовним корелятом стійкості є самостійність. Вона значуще пов'язана з резильєнтністю ($r = +0,337$, $p < 0,001$), витривалістю ($r = +0,231$, $p < 0,001$) і, у зворотному напрямку, зі стресом ($r = -0,164$, $p < 0,001$). Студенти, для яких важлива свобода думки і дії, стабільно демонструють вищі ресурси стійкості. Цей результат узгоджується з теорією самодетермінації: задоволення потреби в автономії підвищує суб'єктивне благополуччя [19, 42].

Самостійність як цінність включає незалежність мислення, вибір власних цілей і дій, вільне дослідження світу. У контексті стійкості вона виконує подвійну роль. По-перше, вона безпосередньо пов'язана з компонентом контролю у концепції витривалості Мадді [34]: переконаність у власній здатності визначати

хід подій є серцевиною і самостійності як цінності, і контролю як установки. По-друге, самостійність підтримує внутрішню мотивацію і цілеспрямованість, що є ресурсом у ситуаціях тривалого стресу.

Стимуляція виявилася несподівано сильним корелятом: резилієнтність ($r = +0,326$, $p < 0,001$), витривалість ($r = +0,284$, $p < 0,001$). Ми пояснили це так: прагнення до новизни й викликів теоретично узгоджується з компонентом прийняття виклику за Мадді [34]. Людина, яка цінує виклики, схильна сприймати стресові події як можливість для зростання.

Сила кореляції стимуляції з резильєнтністю ($r = +0,326$) практично не поступається кореляції самостійності ($r = +0,337$). Це є важливим теоретичним результатом: обидві цінності відкритості до змін виявляються приблизно однаково потужними корелятами стійкості. Разом з тим стимуляція не дає значущого від'ємного зв'язку зі стресом (на відміну від самостійності). Це може означати, що прагнення до новизни підтримує адаптивний потенціал, але не обов'язково знижує суб'єктивне напруження.

Гедонізм дав значущі позитивні кореляції з резильєнтністю ($r = +0,285$) і витривалістю ($r = +0,215$). Цей зв'язок виглядає парадоксально, але ми пояснили його через механізм позитивного переосмислення: вміння отримувати задоволення від буденних речей допомагає відновлюватись після стресу.

Гедонізм у моделі Шварца є проміжною цінністю між відкритістю до змін і самозбагаченням. Його зв'язок зі стійкістю може бути опосередкований: здатність знаходити задоволення у доступних речах є ресурсом у ситуаціях обмеженості і невизначеності. У психології позитивних емоцій це явище відоме як знаходження задоволення у малому і пов'язане з нижчим рівнем дистресу і вищою суб'єктивною задоволеністю.

Благовоління значуще пов'язане з резильєнтністю ($r = +0,233$) і витривалістю ($r = +0,177$), але не зі стресом. Просоціальна орієнтація підтримує

стійкість, мабуть, через доступ до соціальної підтримки, але сама по собі не знижує суб'єктивний стрес.

Відсутність зв'язку благовоління зі стресом є теоретично значущою. Просоціальна орієнтація дає доступ до підтримувальних стосунків і підвищує загальну адаптивність. Але суб'єктивне переживання стресу залежить насамперед від оцінки власних ресурсів подолання стресора, а не від мотиваційної орієнтації на інших. Тому благовоління і резилієнтність можуть бути пов'язані через соціальний ресурс, тоді як прямий вплив на відчуття напруги є слабшим.

Конформність є єдиною підшкалою з від'ємним зв'язком: витривалість ($r = -0,148, p < 0,001$). Орієнтація на підпорядкування нормам суперечить компоненту прийняття виклику, який передбачає готовність виходити за рамки звичного.

Від'ємний зв'язок конформності з витривалістю підтверджує теоретичне передбачення моделі Шварца про полюсну організацію ціннісного простору. Конформність і самостійність розташовані на протилежних полюсах другої осі, і саме тому їхні зв'язки зі стійкістю є протилежними за знаком. Орієнтація на підпорядкування правилам і уникнення соціальних конфліктів обмежує готовність особистості до активної адаптації, тому конформність і витривалість утворюють від'ємний зв'язок.

Отже, ми зафіксували загальну закономірність: найсильніші позитивні кореляції зі стійкістю мають цінності блоку відкритості до змін (самостійність, стимуляція, гедонізм). Цінності збереження, зокрема конформність, або не пов'язані зі стійкістю, або пов'язані від'ємно. Ця закономірність відповідає теоретичним очікуванням, сформульованим на підставі огляду Сагів і Шварца [43].

Термінальні цінності Рокіча дали систематично сильніші кореляції зі стійкістю, ніж підшкали PVQ-21 (Таблиця 2.7). Усі 10 термінальних цінностей значуще пов'язані принаймні з резильєнтністю і витривалістю.

Таблиця 2.7

Кореляції Пірсона між термінальними цінностями Рокіча та показниками стійкості (N = 512)

Термінальна цінність	CD-RISC-10	PSS-4	Витрив. заг.	Залучення
Розвиток особистості	+0,396**	-0,161**	+0,327**	+0,240**
Активне діяльне життя	+0,384**	-0,099*	+0,338**	+0,213**
Пізнання	+0,383**	-0,117**	+0,285**	+0,167**
Здоров'я	+0,363**	-0,159**	+0,361**	+0,321**
Впевненість у собі	+0,330**	-0,147**	+0,300**	+0,214**
Житейська мудрість	+0,322**	-0,106*	+0,254**	+0,214**
Свобода	+0,295**	-0,153**	+0,221**	+0,170**
Щасливе сімейне життя	+0,261**	-0,187**	+0,357**	+0,334**
Вірні друзі	+0,261**	н.з.	+0,179**	+0,119**
Кохання	+0,222**	-0,179**	+0,291**	+0,298**

Примітка. ** $p < 0,01$, * $p < 0,05$. Відсортовано за $r(\text{CD-RISC})$ за спаданням.

Ми виявили, що найвищі кореляції - у цінностей, орієнтованих на особистісне зростання: «розвиток» ($r = +0,396$ з резилієнтністю), «активне діяльне життя» ($r = +0,384$), «пізнання» ($r = +0,383$). Ці зв'язки сильніші за аналогічні підшкали PVQ-21. Ми пояснили це тим, що термінальні цінності

безпосередніше відображають смисл і залученість - ядро концепції витривалості за Мадді [34].

Сильний зв'язок «розвитку», «активного діяльного життя» і «пізнання» зі стійкістю є теоретично узгодженим результатом. Ці цінності описують орієнтацію на зростання, активність і осмислення досвіду - усі три є складовими залучення за Мадді. Людина, яка вбачає сенс у власному розвитку і активній участі в житті, переживає стресові ситуації як виклик, а не як загрозу. Саме тому ці цінності і резилієнтність виявляють найсильніший зв'язок у нашій вибірці.

Цінність «здоров'я» має один із найсильніших зв'язків із витривалістю ($r = +0,361$). «Щасливе сімейне життя» і «кохання» особливо тісно пов'язані із субшкалою залучення ($r = +0,334$ і $+0,298$ відповідно). Ми визнали, що це відповідає теоретичному змісту залучення як укоріненості в значущих стосунках.

При тому всі 10 термінальних цінностей від'ємно пов'язані зі стресом. Найсильніший зворотний зв'язок - у «щасливого сімейного життя» ($r = -0,187$). Отже, наявність чіткої ціннісної ієрархії є захисним чинником щодо суб'єктивного стресу.

Від'ємний зв'язок усіх термінальних цінностей зі стресом є важливим узагальнювальним результатом. Він свідчить про те, що студенти з чітко вираженими ціннісними пріоритетами - незалежно від конкретного змісту цих пріоритетів - переживають менший суб'єктивний стрес. Ми проінтерпретували це через ідею ціннісної визначеності: наявність стійкої ієрархії цінностей забезпечує смислову орієнтацію у ситуаціях невизначеності, що знижує відчуття напруги і непередбачуваності.

Кореляційний аналіз дав загальну картину зв'язків між окремими типами цінностей і показниками стійкості. Аби виявити цілісні поєднання цінностей і ресурсів стійкості - а не лише лінійні зв'язки між окремими шкалами - ми додатково провели кластерний аналіз.

Ми здійснили кластеризацію методом k-середніх (20 повторних запусків, максимум 500 ітерацій, random_state = 42) на основі 10 стандартизованих змінних: чотири показники стійкості (резилієнтність, стрес, витривалість, залучення) і шість підшкал PVQ-21 (самостійність, досягнення, благовоління, безпека, стимуляція, влада). Оптимальну кількість кластерів ми визначили за коефіцієнтом силуету, критерієм Калінські-Харабаша та індексом Девіса-Болдіна. Статистично оптимальним виявилось $k = 2$, однак при $k = 3$ виокремлюється третя теоретично важлива підгрупа з парадоксальним поєднанням амбіційних цінностей і низької стійкості. Вибір $k = 3$ ми обґрунтували критерієм змістовної інтерпретованості [27].

Критерій змістовної інтерпретованості є загальноприйнятим у кластерному аналізі поряд зі статистичними критеріями [27]. У нашому випадку $k = 2$ дає два великі кластери з різними рівнями стійкості, але без якісного розрізнення ціннісних профілів. При $k = 3$ виокремлюється теоретично важливий третій кластер: студенти з високою орієнтацією на досягнення і владу та низькою стійкістю. Цей кластер теоретично передбачений моделлю внутрішніх і зовнішніх цінностей Кассера і Райана [25, 26] і є найцікавішим результатом нашого дослідження.

Важливе методологічне застереження: оскільки показники стійкості входили до набору змінних кластеризації, подальше порівняння кластерів за цими ж показниками частково є очікуваним. Отже, виявлені відмінності ми проінтерпретували насамперед змістовно - як якісно різні конфігурації поєднання цінностей і ресурсів стійкості.

Кластер 1 «Психологічно стійкі» ($n = 194, 37,9\%$):

резилієнтність $M = 30,45$, стрес $M = 5,33$, витривалість $M = 25,45$. Це найвищі показники стійкості і найнижчий стрес у нашій вибірці. Ціннісний профіль - помірно виражені просоціальні цінності і самостійність.

Студенти першого кластера поєднують відносно високий рівень автономії і благовоління з найнижчою орієнтацією на владу і досягнення. Це узгоджується з висновком Сагів і Шварца [43]: відносна перевага самотрансценденції над самозбагаченням пов'язана з вищим благополуччям. Резилієнтність $M = 30,45$ наближається до зарубіжних студентських норм, що свідчить: певна частина студентів ЗВО зберігає достатньо високий рівень стійкості навіть в умовах воєнного часу.

Кластер 2 «Амбітні вразливі» ($n = 161, 31,4\%$):

резилієнтність $M = 24,24$, стрес $M = 8,58$ (найвищий у вибірці), витривалість $M = 19,53$. Ціннісний профіль - найвищі серед усіх груп значення досягнення і влади. Ми визнали цей кластер теоретично найцікавішим результатом нашого дослідження: орієнтація на зовнішні маркери успіху за умов слабких внутрішніх ресурсів виявляється чинником ризику хронічного стресу, а не захистом від нього.

Студенти другого кластера демонструють парадоксальну конфігурацію: висока мотивація досягати і конкурувати поєднується з найнижчою витривалістю і найвищим стресом. Цей результат відтворює висновок Кассера і Райана [26] щодо психологічних витрат матеріалістичної орієнтації: зовнішні цінності підтримують прагнення до результату, але виснажують внутрішні ресурси. У воєнний час, коли зовнішні умови є нестабільними, така конфігурація є особливо ризикованою: неможливість реалізовувати амбіції в умовах невизначеності підвищує суб'єктивний стрес.

Кластер 3 «Психологічно вразливі» ($n = 157, 30,7\%$):

резилієнтність $M = 23,10$, стрес $M = 7,41$, витривалість $M = 20,57$. Ціннісний профіль - найнижчі значення всіх підшкал PVQ-21. На відміну від другого кластера, тут вразливість пов'язана не з амбіційністю, а з ціннісною дифузністю, тобто відсутністю чіткої ціннісної ієрархії.

Третій кластер є найбільш теоретично безформним: студенти не виявляють чітких ціннісних пріоритетів ані у блоці відкритості до змін, ані у блоці збереження чи самозбагачення. Ціннісна дифузність як відсутність стійкого смислового орієнтиру є відомим чинником зниженого психологічного благополуччя [21]. Людина без виразних цінностей важче знаходить смисл у кризових ситуаціях, що і відображається у нижчих показниках стійкості цього кластера. Разом з тим їхній стрес є нижчим за другий кластер: відсутність амбіцій знижує відчуття розриву між бажаним і доступним.

Усі відмінності між кластерами статистично значущі ($p < 0,001$). Найбільші ефекти ми зафіксували для витривалості ($\eta^2 = 0,42$) і сприйнятого стресу ($\eta^2 = 0,34$); за класифікацією Коена це великі ефекти. Апостеріорний аналіз Тьюкі виявив значущі попарні відмінності між усіма трьома кластерами за всіма ключовими показниками стійкості ($p < 0,01$). При тому кластер 2 виділяється найвищим стресом - статистично значуще вищим, ніж у кластерах 1 і 3, хоча рівень резильєнтності у кластерах 2 і 3 є подібним.

Велика величина ефекту для витривалості ($\eta^2 = 0,42$) означає, що кластерна належність пояснює 42% дисперсії витривалості у вибірці. Це є вагомим аргументом на користь того, що ціннісно-стійкісні конфігурації не є статистичним артефактом, а відображають реально існуючі типологічні відмінності між студентами. Подібний результат отримали Чиханцова [9] у дослідженні витривалості юнаків і група Лв та ін. [33] у дослідженні цінностей і резильєнтності студентів Китаю.

Таким чином, гіпотеза нашого дослідження підтверджена: між структурою ціннісних орієнтацій студентів ЗВО і показниками їхньої психологічної стійкості існує статистично значущий зв'язок. Ми встановили, що цінності відкритості до змін (самостійність, стимуляція, гедонізм) стабільно пов'язані з вищою резильєнтністю та витривалістю. Кластерний аналіз показав: важливе не лише те,

яку цінність людина поділяє, а й те, як вона поєднується з іншими ресурсами особистості.

Додатково ми встановили, що зв'язок між цінностями і стійкістю є диференційованим залежно від конкретного виміру стійкості. Самостійність і стимуляція дають найсильніший позитивний зв'язок з обома показниками стійкості (резилієнтністю і витривалістю) і від'ємний - зі стресом. Термінальні цінності особистісного зростання (розвиток, пізнання, активне діяльне життя) дають систематично сильніші кореляції зі стійкістю, ніж мотиваційні типи за Шварцем, що свідчить про більшу прогностичну цінність конкретних смислових орієнтирів порівняно з узагальненими мотиваційними блоками.

Висновки до розділу 2

Ми провели емпіричне дослідження на вибірці 512 студентів медичного ЗВО (М вік = 19,58, SD = 5,43; 79,9% - жінки; 92,6% - денна форма навчання). Понад 43% учасників поєднують навчання з роботою. Вибірка репрезентує студентів медичного ЗВО, і її гендерну нерівномірність ми врахували при інтерпретації результатів.

Рівень резильєнтності студентів (CD-RISC-10: М = 26,24) є помірним і дещо нижчим за зарубіжні норми для студентської популяції. На нашу думку, це пов'язано з умовами воєнного часу. Рівень стресу помірний (PSS-4: М = 6,99), показники витривалості - у середньому діапазоні (М = 22,09). Розподіл усіх показників умовно нормальний.

Ціннісний профіль вибірки характеризується домінуванням самостійності, благовоління, гедонізму і безпеки; конформність займає найнижчу позицію. Підвищену значущість безпеки ми пов'язали з потребою в стабільності в умовах воєнної невизначеності. Термінальні цінності Рокіча концентруються у верхній

частині шкали (ефект стелі, відоме обмеження рейтингового формату), при тому диференціація між цінностями є достатньою для кореляційного аналізу.

Студенти заочної форми навчання мають вищі показники стійкості і нижчий стрес порівняно з денними ($d = 0,42-0,67$). Ми пояснили це передусім відмінностями у віці й накопиченому досвіді. Гендерні відмінності статистично значущі, але малі за розміром ефекту і обмежені нерівномірністю вибірки.

Ми встановили, що найбільш послідовним ціннісним корелятом психологічної стійкості є самостійність ($r = +0,337$ з резильєнтністю, $r = +0,231$ з витривалістю, $r = -0,164$ зі стресом). Значущими позитивними корелятами є також стимуляція і гедонізм. Конформність - єдина цінність із від'ємним зв'язком із витривалістю ($r = -0,148$). Термінальні цінності Рокіча дали сильніші кореляції: розвиток ($r = +0,396$), активне діяльне життя ($r = +0,384$), пізнання ($r = +0,383$). Усі 10 термінальних цінностей від'ємно пов'язані зі стресом, що свідчить про захисну роль ціннісної визначеності як такої.

Кластерний аналіз дозволив нам виявити три психологічні профілі студентів. «Психологічно стійкі» (37,9%) - висока стійкість при орієнтації на автономію і просоціальність. «Амбітні вразливі» (31,4%) - найвищий стрес у вибірці при найвищій орієнтації на досягнення і владу. «Психологічно вразливі» (30,7%) - низька стійкість при ціннісній дифузності. Відмінності між кластерами статистично й змістовно значущі ($\eta^2 = 0,34-0,42$): той самий рівень резильєнтності може поєднуватись із принципово різними ціннісними конфігураціями.

Профіль «амбітних вразливих» є теоретично найцікавішим: він демонструє, що орієнтація на зовнішні маркери успіху є не ресурсом стійкості, а чинником ризику хронічного стресу. Цей результат є практично значущим: студентів із таким профілем психологічна служба ЗВО може ідентифікувати як пріоритетну групу підтримки навіть тоді, коли їхня академічна успішність залишається задовільною.

Загальна гіпотеза нашого дослідження підтверджена: між структурою ціннісних орієнтацій і показниками психологічної стійкості студентів ЗВО існує статистично значущий зв'язок. Ціннісно-сміслова сфера є реальним (хоча й не єдиним) ресурсом стійкості. При тому її роль диференційована залежно від типу ціннісних пріоритетів студента.

Ці результати мають обмеження, про які ми зазначили чесно. Вибірка репрезентує один медичний ЗВО з переважно жіночим складом, тому узагальнення на всю студентську популяцію потребує обережності. Кластеризація частково залежить від набору включених змінних - інший набір міг би дати дещо інші профілі. Кросекційний дизайн не дає підстав для причинних висновків, ми встановили зв'язки, а не спрямованість впливу. Ці обмеження ми розглянули, як напрями подальших досліджень.

ВИСНОВКИ

У роботі ми теоретично обґрунтували і емпірично перевірили зв'язок між ціннісними орієнтаціями і психологічною стійкістю студентів медичного закладу вищої освіти України. Загальна гіпотеза дослідження підтверджена: між структурою ціннісних орієнтацій студентів і показниками їхньої психологічної стійкості - резильєнтності, витривалості та сприйнятого стресу - існує статистично значущий зв'язок, причому цей зв'язок є диференційованим залежно від типу цінностей. Результати дозволяють розглядати ціннісно-смыслову сферу як реальний внутрішній ресурс психологічної стійкості особистості, але водночас підкреслюють, що ця роль не є гомогенною: різні типи цінностей працюють як ресурс по-різному, а в окремих конфігураціях можуть навіть посилювати вразливість.

Теоретичний аналіз показав, що поняття «психологічна стійкість», «витривалість» (життестійкість, *hardiness*), «резильєнтність» і «стресостійкість» утворюють сімейство суміжних, але теоретично відмінних конструктів. Психологічна стійкість виступає інтегративним поняттям, яке поєднує когнітивні, емоційні і смислові компоненти і виявляється у здатності людини зберігати функціональність в умовах стресу, відновлюватись після травматичних подій і використовувати труднощі як умову зростання. Витривалість за С. Кобасою і С. Мадді описує стійкість через три особистісні установки - залучення, контроль і прийняття виклику. Резильєнтність у моделі К. Коннора і Дж. Девідсона фіксує загальну самосприйняту здатність адаптуватися до труднощів. Сприйнятий стрес за С. Коеном описує суб'єктивне переживання непередбачуваності, неконтрольованості і напруги життя. Ціннісні орієнтації розуміються як стійкі переконання щодо бажаних кінцевих станів або способів поведінки, що виконують регулятивну, мотиваційну і смислотвірну функції; саме смислотвірна функція робить їх природним фундаментом стійкості.

Огляд основних теоретичних підходів до вивчення цінностей як ресурсу стійкості засвідчив наявність кількох взаємодоповнювальних традицій. Класифікація М. Рокіча на термінальні і інструментальні цінності задає базову рамку розрізнення цілей-цінностей і засобів-цінностей. Теорія базових цінностей Ш. Шварца виокремлює десять універсальних мотиваційних типів, організованих у циркулярну структуру з двома осями: самотрансценденція ↔ самозбагачення і відкритість до змін ↔ збереження. Логотерапія В. Франкла розглядає цінності як умову переживання сенсу. Теорія самодетермінації Е. Десі і Р. Райана розрізняє внутрішні та зовнішні цінності за критерієм відповідності базовим психологічним потребам. Емпіричні дослідження Л. Сагів і Ш. Шварца, а також Т. Кассера і Р. Райана послідовно показують, що цінності самотрансценденції і відкритості до змін пов'язані з вищим психологічним благополуччям, а цінності самозбагачення - з нижчим. Ці теоретичні традиції створюють єдину рамку, у якій можна сформулювати конкретні передбачення щодо зв'язку окремих типів цінностей із компонентами стійкості і перевірити їх емпірично.

Програма емпіричного дослідження побудована на поєднанні двох ціннісних методик (PVQ-21 Шварца і RVS Рокіча) з трьома вимірами психологічної стійкості (CD-RISC-10, PVS-III-R, PSS-4). Таке поєднання забезпечує методологічну триангуляцію і дозволяє виявити диференційовані зв'язки на одній вибірці. Дослідження проведене на вибірці 512 студентів медичного ЗВО у березні-квітні 2026 р. дистанційно через Google Forms, з дотриманням етичних принципів Гельсінської декларації і АРА. Статистичний апарат включав описову статистику, t-критерій Стьюдента, кореляційний аналіз Пірсона, кластерний аналіз k-середніх і однофакторний дисперсійний аналіз із поправкою Тьюкі. Обробку виконано у Python 3.12. Програма є відтворюваною і може бути застосована на інших студентських вибірках для перевірки виявлених закономірностей.

Аналіз особливостей ціннісних орієнтацій і психологічної стійкості залежно від форми навчання і статі виявив значущі, але по-різному виражені відмінності. Студенти заочної форми навчання демонструють вищу резилієнтність ($M = 29,18$ проти $26,00$; $d = 0,48$), вищу залученість ($d = 0,60$) і нижчий стрес ($d = 0,67$) порівняно з денними. Ми пов'язали це передусім із віковим складом і накопиченим досвідом, а не з організаційною формою навчання як такою - заочна підгрупа є суттєво старшою. Гендерні відмінності виявилися малими за розміром ефекту: жінки демонструють дещо вищу залученість ($d = 0,35$) і вищу значущість стимуляції ($d = 0,35$), однак ці результати обмежені гендерною нерівномірністю вибірки (79,9% жінок). Загальний рівень резильєнтності студентів ($M = 26,24$) є помірним і дещо нижчим за зарубіжні нормативні показники, що, на нашу думку, відображає специфіку воєнного часу. Ціннісний профіль вибірки характеризується домінуванням самостійності, благовоління, гедонізму і безпеки; конформність займає найнижчу позицію. Підвищена значущість безпеки вочевидь пов'язана з умовами хронічної нестабільності.

Аналіз зв'язку між типами цінностей і показниками стійкості та виокремлення психологічних профілів студентів дав основні результати, що відповідають центральній меті роботи. Самостійність виявилася найбільш послідовним корелятом психологічної стійкості: вона значуще пов'язана з резилієнтністю ($r = +0,337$), витривалістю ($r = +0,231$) і обернено зі стресом ($r = -0,164$). Стимуляція ($r = +0,326$ з резилієнтністю; $r = +0,284$ з витривалістю), гедонізм ($r = +0,285$ і $+0,215$) і благовоління ($r = +0,233$ і $+0,177$) утворюють послідовний блок позитивних корелятів. Конформність є єдиною цінністю з від'ємним зв'язком із витривалістю ($r = -0,148$). Термінальні цінності Рокіча дали систематично сильніші кореляції зі стійкістю, ніж підшкали Шварца: найвищі - у «розвитку» ($r = +0,396$ з резилієнтністю), «активного діяльного життя» ($r = +0,384$) і «пізнання» ($r = +0,383$). Усі 10 термінальних цінностей від'ємно

пов'язані зі стресом, що свідчить про захисну роль ціннісної визначеності як такої. Кластерний аналіз дозволив виокремити три якісно відмінні психологічні профілі студентів: «Психологічно стійкі» (37,9%) із найвищою резильєнтністю при просоціально-самовизначальній ціннісній орієнтації; «Амбітні вразливі» (31,4%) із найвищим стресом при найвищій орієнтації на досягнення і владу; «Психологічно вразливі» (30,7%) із низькою стійкістю при ціннісній дифузності. Відмінності між кластерами є великими за розміром ефекту: $\eta^2 = 0,42$ для витривалості і $\eta^2 = 0,34$ для стресу.

Наукова новизна нашого дослідження полягає у трьох взаємопов'язаних аспектах. По-перше, ми вперше на українській студентській вибірці поєднали дві ціннісні методики (PVQ-21 і RVS) з трьома вимірами стійкості, що дало змогу зіставити прогностичну цінність мотиваційних типів і термінальних цінностей. По-друге, ми застосували кластерний аналіз як інструмент виявлення типологічних конфігурацій, а не лише лінійних кореляцій, і виокремили теоретично новий профіль «амбітних вразливих» - студентів із високою орієнтацією на зовнішні маркери успіху, але з найвищим хронічним стресом. По-третє, ми отримали емпіричне підтвердження того, що ціннісно-смилова сфера є диференційованою системою внутрішніх ресурсів стійкості: одні типи цінностей виконують ресурсну функцію, інші є нейтральними, а треті у певних конфігураціях посилюють вразливість. Цей результат поглиблює теоретичне розуміння механізмів психологічної стійкості у студентській популяції в умовах воєнного часу.

Практичне значення результатів пов'язане передусім із роботою психологічних служб ЗВО. Виявлені психологічні профілі можуть слугувати підставою для диференційованої психопрофілактичної і консультативної роботи. Студенти з профілем «психологічно стійких» потребують підтримки, що зберігає і розвиває їхні ресурси: програми розвитку лідерства, наставництва, волонтерства. Студенти з профілем «амбітних вразливих» потребують роботи з

переоцінкою джерел самоповаги, посилення внутрішніх цінностей розвитку і близькості, профілактики вигорання - їх легко не помітити, оскільки вони часто академічно успішні, але саме у них найвищий ризик хронічного стресу. Студенти з профілем «психологічно вразливих» потребують роботи з ціннісним самовизначенням і смислотворенням, можливо - у форматі тренінгів з ціннісного орієнтування і логотерапевтичних інтервенцій. Виявлені ціннісні кореляти стійкості - самостійність, стимуляція, термінальні цінності розвитку і активного життя - можуть бути включені до діагностичних протоколів психологічних служб як додаткові показники ресурсу. Матеріали дослідження також можуть бути використані у викладанні дисциплін «Психологія особистості», «Психологія здоров'я», «Психологічна допомога в кризових ситуаціях» і у підготовці практикуючих психологів.

Обмеження дослідження ми визнали прозоро. Вибірка репрезентує один медичний ЗВО з переважно жіночим складом (79,9%), тому узагальнення на всю студентську популяцію України потребує обережності. Заочна підгрупа є малою ($n = 38$) і неоднорідною за віком, тому виявлені відмінності за формою навчання слід інтерпретувати орієнтовно. Деякі шкали (PSS-4, субшкали PVS-III-R, окремі підшкали PVQ-21) показали обмежену внутрішню узгодженість, що пов'язано переважно з малою кількістю пунктів і ефектом зворотних формулювань. Кросекційний дизайн не дає підстав для причинних висновків - ми встановили зв'язки, а не спрямованість впливу. Кластеризація частково залежить від набору включених змінних, інший набір міг би дати дещо інші профілі, тому відтворюваність профілів потребує перевірки на незалежних вибірках. Воєнний контекст є значущим фоновим чинником, що може зміщувати ціннісну ієрархію у бік безпеки і ускладнювати порівняння з мирним часом.

Перспективи подальших досліджень ми визначили у кількох напрямках. По-перше, доцільно провести лонгітюдне дослідження для з'ясування того, чи зберігається ціннісна структура студентів стабільною протягом навчання у ЗВО і

чи можна простежити динаміку переходу між психологічними профілями. По-друге, потрібна перевірка виявлених закономірностей на гендерно і ЗВО-збалансованих вибірках, включно зі студентами немедичних спеціальностей. По-третє, важливою є розробка і апробація диференційованих психологічних інтервенцій для кожного з трьох виявлених профілів і оцінка їхньої ефективності у контрольованих умовах. По-четверте, перспективним є вивчення опосередковуючих чинників - соціальної підтримки, рівня осмисленості життя, копінг-стратегій, - які можуть пояснювати, чому одна й та сама цінність дає різний ефект у різних студентів. Нарешті, в умовах продовження війни особливу актуальність має моніторинг динаміки психологічної стійкості і ціннісних пріоритетів української студентської молоді як показника адаптаційного потенціалу нового покоління.

Загалом результати нашого дослідження дозволяють стверджувати: ціннісно-смилова сфера є важливим, хоч і не єдиним, ресурсом психологічної стійкості студентів ЗВО. Підтримка студентської стійкості в умовах воєнного часу не може зводитись до загальних рекомендацій - вона має враховувати індивідуальну ціннісну конфігурацію і потенційні ризики, пов'язані з конкретними типами цінностей. Психологічні служби ЗВО, орієнтовані на ціннісно-смилову роботу зі студентами, мають потенціал значно посилити захисні чинники їхньої адаптації до тривалого стресу і сприяти повноцінному розвитку особистості навіть у кризових обставинах.

СПИСОК ВИКОРИСТАНИХ ДЖЕРЕЛ

1. Бех І. Д. Виховання особистості : у 2 кн. Кн. 1 : Особистісно орієнтований підхід: теоретико-технологічні засади. Київ : Либідь, 2003. 280 с.
2. Боришевський М. Й. Психологічні закономірності становлення та розвитку духовності особистості : монографія / за заг. ред. М. Й. Боришевського. Київ : Педагогічна думка, 2011. 200 с.
3. Галян І. М. Цінності та смисли як об'єкт саморегуляції майбутніх педагогів. *Науковий вісник Львівського державного університету внутрішніх справ. Серія психологічна*. 2017. Вип. 1. С. 14-24.
4. Карпенко З. С. Аксіопсихологія особистості. Київ : ТОВ «Міжнародна фінансова агенція», 1998. 216 с.
5. Кокун О. М. Оптимізація адаптаційних можливостей людини: психофізіологічний аспект забезпечення діяльності : монографія. Київ : Міленіум, 2004. 265 с.
6. Максименко С. Д. Генеза здійснення особистості. Київ : Вид-во ТОВ «КММ», 2006. 240 с.
7. Титаренко Т. М. Життєвий світ особистості: у межах і за межами буденності. Київ : Либідь, 2003. 376 с.
8. Титаренко Т. М. Психологічне здоров'я особистості: засоби самодопомоги в умовах тривалої травматизації : монографія. Кропивницький : Імекс-ЛТД, 2018. 160 с.
9. Чиханцова О. А. Життєстійкість та її зв'язок із цінностями особистості. *Проблеми сучасної психології*. 2018. Вип. 42. С. 211-231.
10. Alwin D. F., Krosnick J. A. The measurement of values in surveys: A comparison of ratings and rankings. *Public Opinion Quarterly*. 1985. Vol. 49, No. 4. P. 535-552. DOI: 10.1086/268949.

11. American Psychological Association. Ethical Principles of Psychologists and Code of Conduct. Washington, DC : American Psychological Association, 2017. URL: <https://www.apa.org/ethics/code> (дата звернення: 15.04.2026).
12. Antonovsky A. Unraveling the Mystery of Health: How People Manage Stress and Stay Well. San Francisco : Jossey-Bass, 1987. 218 p.
13. Arnett J. J. Emerging adulthood: A theory of development from the late teens through the twenties. *American Psychologist*. 2000. Vol. 55, No. 5. P. 469-480. DOI: 10.1037/0003-066X.55.5.469.
14. Bonanno G. A. Loss, trauma, and human resilience: Have we underestimated the human capacity to thrive after extremely aversive events? *American Psychologist*. 2004. Vol. 59, No. 1. P. 20-28. DOI: 10.1037/0003-066X.59.1.20.
15. Campbell-Sills L., Stein M. B. Psychometric analysis and refinement of the Connor-Davidson Resilience Scale (CD-RISC): Validation of a 10-item measure of resilience. *Journal of Traumatic Stress*. 2007. Vol. 20, No. 6. P. 1019-1028. DOI: 10.1002/jts.20271.
16. Cohen S., Kamarck T., Mermelstein R. A global measure of perceived stress. *Journal of Health and Social Behavior*. 1983. Vol. 24, No. 4. P. 385-396. DOI: 10.2307/2136404.
17. Cohen S., Williamson G. M. Perceived stress in a probability sample of the United States. *The Social Psychology of Health* / ed. by S. Spacapan, S. Oskamp. Newbury Park, CA : Sage, 1988. P. 31-67.
18. Connor K. M., Davidson J. R. T. Development of a new resilience scale: The Connor-Davidson Resilience Scale (CD-RISC). *Depression and Anxiety*. 2003. Vol. 18, No. 2. P. 76-82. DOI: 10.1002/da.10113.
19. Deci E. L., Ryan R. M. Intrinsic Motivation and Self-Determination in Human Behavior. New York : Plenum Press, 1985. 371 p.
20. Erikson E. H. Identity: Youth and Crisis. New York : W. W. Norton, 1968. 336 p.

21. Frankl V. E. Man's Search for Meaning. Boston : Beacon Press, 2006. 165 p.
22. Frankl V. E. The Will to Meaning: Foundations and Applications of Logotherapy. New York : New American Library, 1969. 184 p.
23. Inglehart R. Modernization and Postmodernization: Cultural, Economic, and Political Change in 43 Societies. Princeton : Princeton University Press, 1997. 464 p.
24. Inglehart R., Welzel C. Modernization, Cultural Change, and Democracy: The Human Development Sequence. Cambridge : Cambridge University Press, 2005. 333 p.
25. Kasser T. The High Price of Materialism. Cambridge, MA : MIT Press, 2002. 149 p.
26. Kasser T., Ryan R. M. Further examining the American dream: Differential correlates of intrinsic and extrinsic goals. *Personality and Social Psychology Bulletin*. 1996. Vol. 22, No. 3. P. 280-287. DOI: 10.1177/0146167296223006.
27. Kaufman L., Rousseeuw P. J. Finding Groups in Data: An Introduction to Cluster Analysis. New York : John Wiley & Sons, 1990. 368 p. DOI: 10.1002/9780470316801.
28. Kluckhohn C. Values and value-orientations in the theory of action: An exploration in definition and classification. *Toward a General Theory of Action* / ed. by T. Parsons, E. A. Shils. Cambridge, MA : Harvard University Press, 1951. P. 388-433.
29. Kobasa S. C. Stressful life events, personality, and health: An inquiry into hardiness. *Journal of Personality and Social Psychology*. 1979. Vol. 37, No. 1. P. 1-11. DOI: 10.1037/0022-3514.37.1.1.
30. Lazarus R. S., Folkman S. Stress, Appraisal, and Coping. New York : Springer, 1984. 445 p.
31. Levinson D. J. The Seasons of a Man's Life. New York : Alfred A. Knopf, 1978. 363 p.

32. Luthar S. S., Cicchetti D., Becker B. The construct of resilience: A critical evaluation and guidelines for future work. *Child Development*. 2000. Vol. 71, No. 3. P. 543-562. DOI: 10.1111/1467-8624.00164.
33. Lv F., Tan J., Shi D., Gao D. Resilience and emotional intelligence as mediators between personal values and life satisfaction among Chinese young adults. *Frontiers in Psychology*. 2024. Vol. 15. Article 1491566. DOI: 10.3389/fpsyg.2024.1491566.
34. Maddi S. R. The story of hardiness: Twenty years of theorizing, research, and practice. *Consulting Psychology Journal: Practice and Research*. 2002. Vol. 54, No. 3. P. 173-185. DOI: 10.1037/1061-4087.54.3.173.
35. Maddi S. R. Hardiness: Turning Stressful Circumstances into Resilient Growth. Dordrecht : Springer, 2013. 88 p. DOI: 10.1007/978-94-007-5222-1.
36. Maddi S. R., Khoshaba D. M. Personal Views Survey III-R: Test Development and Instruction Manual. Newport Beach, CA : The Hardiness Institute, 2001. 56 p.
37. Maddi S. R., Harvey R. H., Khoshaba D. M., Lu J. L., Persico M., Brow M. The personality construct of hardiness, III: Relationships with repression, innovativeness, authoritarianism, and performance. *Journal of Personality*. 2006. Vol. 74, No. 2. P. 575-597. DOI: 10.1111/j.1467-6494.2006.00385.x.
38. Maslow A. H. A theory of human motivation. *Psychological Review*. 1943. Vol. 50, No. 4. P. 370-396. DOI: 10.1037/h0054346.
39. Masten A. S. Ordinary magic: Resilience processes in development. *American Psychologist*. 2001. Vol. 56, No. 3. P. 227-238. DOI: 10.1037/0003-066X.56.3.227.
40. Masten A. S. Ordinary Magic: Resilience in Development. New York : Guilford Press, 2014. 384 p.
41. Rokeach M. The Nature of Human Values. New York : Free Press, 1973. 438 p.

42. Ryan R. M., Deci E. L. Self-determination theory and the facilitation of intrinsic motivation, social development, and well-being. *American Psychologist*. 2000. Vol. 55, No. 1. P. 68-78. DOI: 10.1037/0003-066X.55.1.68.
43. Sagiv L., Schwartz S. H. Value priorities and subjective well-being: Direct relations and congruity effects. *European Journal of Social Psychology*. 2000. Vol. 30, No. 2. P. 177-198. DOI: 10.1002/(SICI)1099-0992(200003/04)30:2<177::AID-EJSP982>3.0.CO;2-Z.
44. Schmitt N., Stults D. M. Factors defined by negatively keyed items: The result of careless respondents? *Applied Psychological Measurement*. 1985. Vol. 9, No. 4. P. 367-373. DOI: 10.1177/014662168500900405.
45. Schwartz S. H. Universals in the content and structure of values: Theoretical advances and empirical tests in 20 countries. *Advances in Experimental Social Psychology*. 1992. Vol. 25. P. 1-65. DOI: 10.1016/S0065-2601(08)60281-6.
46. Schwartz S. H. A proposal for measuring value orientations across nations. Questionnaire Development Package of the European Social Survey. 2003. P. 259-319.
47. Schwartz S. H., Cieciuch J., Vecchione M., Davidov E., Fischer R., Beierlein C. et al. Refining the theory of basic individual values. *Journal of Personality and Social Psychology*. 2012. Vol. 103, No. 4. P. 663-688. DOI: 10.1037/a0029393.
48. Schwartz S. H., Sortheix F. M. Values and subjective well-being. Handbook of Well-Being / ed. by E. Diener, S. Oishi, L. Tay. Salt Lake City, UT : DEF Publishers, 2018. P. 1-25.
49. Werner E. E., Smith R. S. Overcoming the Odds: High Risk Children from Birth to Adulthood. Ithaca : Cornell University Press, 1992. 280 p.
50. World Medical Association. World Medical Association Declaration of Helsinki: Ethical Principles for Medical Research Involving Human Subjects. *JAMA*. 2013. Vol. 310, No. 20. P. 2191-2194. DOI: 10.1001/jama.2013.281053.

Опитувальник цінностей Ш. Шварца (PVQ-21)

Інструкція. Нижче подано короткі описи різних людей. Прочитайте, будь ласка, кожний опис і подумайте, наскільки ця людина схожа або не схожа на Вас. Поставте оцінку від 1 до 6, де:

1 - зовсім не схожий/-а на мене

2 - не схожий/-а на мене

3 - трохи схожий/-а на мене

4 - помірно схожий/-а на мене

5 - схожий/-а на мене

6 - дуже схожий/-а на мене

1. Думати про нові ідеї і бути творчим важливо для нього. Йому подобається робити справи по-своєму.
2. Для нього важливо бути багатим. Він хоче мати багато грошей і дорогі речі.
3. Він вважає важливим, щоб з усіма людьми у світі поводитися однаково. Він вірить, що всі повинні мати рівні можливості в житті.
4. Для нього дуже важливо показати свої здібності. Він хоче, щоб люди ним захоплювалися.
5. Для нього важливо жити в безпечному оточенні. Він уникає всього, що могло б загрожувати його безпеці.

6. Він любить сюрпризи і завжди шукає нове. Для нього важливо робити в житті багато різних справ.
7. Він вірить, що люди повинні робити те, що їм кажуть. Він думає, що людям слід завжди дотримуватися правил, навіть коли ніхто не бачить.
8. Для нього важливо вислуховувати тих, хто з ним не згоден. Навіть якщо він з ними не згоден, він все одно хоче їх зрозуміти.
9. Для нього важливо бути скромним і непомітним. Він намагається не привертати уваги до себе.
10. Для нього важливо добре проводити час. Він любить «балувати» себе.
11. Для нього важливо самому приймати рішення про те, що він робить. Йому подобається бути вільним, не залежати від інших.
12. Для нього дуже важливо допомагати людям навколо. Він хоче піклуватися про їхній добробут.
13. Для нього важливо бути дуже успішним. Він сподівається, що інші визнаватимуть його досягнення.
14. Для нього важливо, щоб держава забезпечувала його безпеку від усіх загроз. Він хоче, щоб держава була сильною і захищала своїх громадян.
15. Він шукає пригод і ризику. Він хоче мати захопливе життя.
16. Для нього важливо завжди поводитися правильно. Він уникає робити те, що інші вважатимуть неправильним.
17. Для нього важливо, щоб його поважали інші. Він хоче, щоб люди робили те, що він каже.

18. Для нього важливо бути відданим своїм друзям. Він хоче присвячувати себе людям, які йому близькі.

19. Він твердо вірить, що люди повинні дбати про природу. Турбота про навколишнє середовище для нього важлива.

20. Для нього важлива традиція. Він намагається дотримуватися звичаїв, переданих його релігією чи родиною.

21. Він шукає будь-якої можливості порозважатися. Для нього важливо робити те, що приносить задоволення.

Ключ до підшкал PVQ-21:

Самостійність: пункти 1, 11

Влада: пункти 2, 17

Універсалізм: пункти 3, 8, 19

Досягнення: пункти 4, 13

Безпека: пункти 5, 14

Стимуляція: пункти 6, 15

Конформність: пункти 7, 16

Традиція: пункти 9, 20 (вилучено через низьку надійність)

Гедонізм: пункти 10, 21

Благовоління: пункти 12, 18

Підрахунок: середнє арифметичне відповідей на пункти підшкали.

Методика ціннісних орієнтацій М. Рокіча (RVS, скорочена рейтингова версія)

Інструкція. Нижче подано перелік термінальних цінностей - бажаних кінцевих станів існування. Оцініть, будь ласка, наскільки кожна з них є важливою для Вас особисто за шкалою від 1 до 7, де:

1 - зовсім не важливо

4 - помірно важливо

7 - дуже важливо

1. Активне діяльне життя (повнота та емоційна насиченість життя)
2. Життєва мудрість (зрілість суджень і здоровий глузд)
3. Здоров'я (фізичне і психічне)
4. Кохання (духовна та фізична близькість із близькою людиною)
5. Наявність добрих і вірних друзів
6. Пізнання (можливість розширення своєї освіти, інтелектуального розвитку)
7. Розвиток (робота над собою, постійне фізичне і духовне самовдосконалення)
8. Свобода (самостійність, незалежність у судженнях і вчинках)
9. Щасливе сімейне життя
10. Впевненість у собі (внутрішня гармонія, свобода від внутрішніх суперечностей і сумнівів)

Підрахунок: окрема оцінка для кожної цінності (без перетворення). Внутрішня узгодженість шкали в нашій вибірці: $\alpha = 0,894$.

Шкала резильєнтності К. Коннора - Дж. Девідсона (CD-RISC-10)

Інструкція. Будь ласка, оцініть, наскільки кожне з наступних тверджень характеризує Вас ОСТАННІМ ЧАСОМ. Використайте шкалу від 0 до 4:

0 - зовсім ні

1 - рідко

2 - інколи

3 - часто

4 - майже завжди

1. Я здатний/-на пристосовуватися, коли відбуваються зміни.
2. Я можу впоратися з тим, що б не сталося в моєму житті.
3. Стикаючись із проблемами, я намагаюся побачити в них смішну сторону.
4. Долаючи стрес, я можу стати сильнішим/-ою.
5. Я схильний/-на швидко відновлюватися після хвороби, травми чи інших труднощів.
6. Я вірю, що можу досягти своїх цілей, навіть якщо є перешкоди.
7. Під тиском я зберігаю зосередженість і ясно мислю.
8. Мене непросто збити з пантелику невдачами.
9. Я вважаю себе сильною людиною, коли йдеться про життєві труднощі.

10. Я здатний/-на справлятися з неприємними або болісними почуттями, як-от смуток, страх і гнів.

Підрахунок: сума балів за 10 пунктів. Діапазон: 0-40, вищий бал - вища резилієнтність. У нашій вибірці α Кронбаха = 0,859.

Шкала сприйнятого стресу С. Коена (PSS-4)

Інструкція. Запитання стосуються Ваших думок і почуттів ПРОТЯГОМ ОСТАННЬОГО МІСЯЦЯ. Зазначте, наскільки часто Ви відчували те, що описано. Шкала від 0 до 4:

0 - ніколи

1 - майже ніколи

2 - інколи

3 - доволі часто

4 - дуже часто

1. Як часто Ви відчували, що не можете контролювати важливі речі у Вашому житті?

2. Як часто Ви були впевнені у своїй здатності давати раду особистим проблемам?

3. Як часто Ви відчували, що справи йдуть на Ваш лад?

4. Як часто Ви відчували, що труднощі накопичуються настільки, що Ви не можете їх подолати?

Підрахунок: пункти 2 і 3 інвертуються (0=4, 1=3, 2=2, 3=1, 4=0), потім обчислюється сума всіх 4 пунктів. Діапазон: 0-16, вищий бал - вищий стрес. У нашій вибірці $\alpha = 0,575$ (відома особливість коротких версій).

ДОДАТОК Д

Тест витривалості С. Мадді (PVS-III-R, скорочена 12-пунктна версія)

Інструкція. Прочитайте кожне твердження і визначте, наскільки воно відповідає Вашим переконанням і досвіду. Використайте шкалу від 0 до 3:

0 - зовсім не так

1 - скоріше не так

2 - скоріше так

3 - повністю так

1. Більшу частину свого життя я витрачаю на справи, які мають для мене значення.
2. Для мене життя зазвичай є цікавим і захопливим.
3. Часто життя видається мені позбавленим сенсу.
4. Я часто почуваюся відстороненим/-ою від того, що відбувається у моєму житті.
5. Те, як складається моє життя, значною мірою залежить від моїх власних дій.
6. Мої власні рішення суттєво впливають на те, чим зрештою все закінчується.
7. Більшість того, що зі мною трапляється, відбувається випадково.
8. Я не думаю, що можу суттєво вплинути на своє майбутнє.
9. Зміни у звичному ритмі викликають у мене інтерес.
10. Я сприймаю труднощі як можливість дізнатися щось нове про себе.

11. Я надаю перевагу спокійному, передбачуваному життю без раптових змін.

12. Я не люблю, коли мою щоденну рутину порушують.

Ключ до субшкал:

Залучення: пункти 1, 2, 3 (інверс.), 4 (інверс.)

Контроль: пункти 5, 6, 7 (інверс.), 8 (інверс.)

Прийняття виклику: пункти 9, 10, 11 (інверс.), 12 (інверс.)

Підрахунок: для прямих пунктів - бал як є; для інверсних - перетворити (0=3, 1=2, 2=1, 3=0). Загальний бал - сума всіх 12 пунктів (діапазон 0-36). У нашій вибірці α загальної шкали = 0,604; залучення α = 0,604. Субшкали контролю і прийняття виклику показали неприйнятну надійність ($\alpha < 0,40$) через ефект зворотних пунктів, тому у статистичному аналізі використовувались лише загальний бал і субшкала залучення.

Інформаційний лист для учасників дослідження

Шановні студенти!

Запрошуємо Вас взяти участь у науковому дослідженні, що проводиться студенткою спеціальності 053 «Психологія» Національного університету «Острозька академія» у межах підготовки кваліфікаційної роботи.

Мета дослідження: вивчити особливості ціннісних орієнтацій і психологічної стійкості студентів закладів вищої освіти.

Що від Вас потрібно: заповнити онлайн-анкету з п'ятьма короткими психологічними методиками і кількома соціально-демографічними запитаннями. Орієнтовний час - 18-22 хвилини.

Конфіденційність: участь повністю анонімна. Ми не запитуємо Ваше ім'я, прізвище чи інші дані, за якими Вас можна було б ідентифікувати. Усі відповіді обробляються знеособлено і використовуються лише в наукових цілях.

Добровільність: участь є повністю добровільною. Ви маєте право припинити заповнення в будь-який момент, просто закривши форму - у такому разі Ваші дані не зберігаються.

Ризики: дослідження не передбачає жодних фізичних чи психологічних ризиків. Запитання стосуються Ваших цінностей, переконань і самопочуття.

Згода: натискаючи кнопку «Я підтверджую, що ознайомився/лася з метою дослідження, беру участь добровільно і розумію, що дані використовуватимуться знеособлено у наукових цілях», Ви даєте поінформовану згоду на участь.

Дослідження проводиться відповідно до Гельсінської декларації Всесвітньої медичної асоціації (1964, з усіма наступними редакціями) і Етичного кодексу АРА (2017).

Дякуємо за Вашу участь!