

Віктор СІТКАР

*Кандидат психологічних наук, доцент,
Тернопільський національний педагогічний університет
імені Володимира Гнатюка
Sitkarv@gmail.com*

Степан СІТКАР

*Кандидат педагогічних наук, доцент,
Тернопільський національний педагогічний університет
імені Володимира Гнатюка,
Тернопіль, Україна*

СОЦІАЛЬНО-ПСИХОЛОГІЧНИЙ АСПЕКТ ДИНАМІКИ ЖИТТЄВИХ ЦІННОСТЕЙ ПІД ЧАС ВІЙНИ

Актуальність. «Російсько-українська війна дуже виразно розгортається у просторі світу цінностей. Ця сфера проявилася дуже яскраво. Найбільш помітно різні ієрархії цінностей по обидва боки воєнного фронту. Ще невідомо – з огляду на короткий проміжок часу, – якими будуть наслідки», – зазначає професор Марек Мельник у своїй статті «Аксіологія війни» [1].

Війна змінює не тільки навколишній світ, але й кожного з нас всередині. Іноді здається, що зовні всі ми такі самі, але всередині – все інше. Там, де колись був спокій, тепер боротьба. Боротьба зі страхом, з болем, з тим, що бачиш і відчуваєш. Але серед цього хаосу є щось справжнє – твоя сила, твоя людяність. Збереження цього – твоя головна перемога [3].

Війна – це величезний ціннісний струс, який призводить до переосмислення найголовніших етичних принципів. Через кров і біль війна увиразнює, що стається з людьми, коли вони ці принципи топчуть, і спонукає до переформатування ціннісної платформи. Згодом довкола по-новому переосмислених цінностей формується міжнародний консенсус, з якого може вирости нова конфігурація системи глобальної безпеки [9].

Все вищезазначене зумовило **мету статті**, а саме – висвітлити з позицій соціально-психологічного підходу динаміку життєвих цінностей українців в умовах війни.

Виклад основного матеріалу. У сучасному світі, особливо в умовах війни, цінності стають важливими підпорами для особистості, допомагаючи зберегти психологічну стійкість та здатність адаптуватися до складних ситуацій. Вони забезпечують стабільність і впевненість у собі, незважаючи на екстремальні обставини, формують стресостійкість особистості.

Цінності – це те, у що ми віримо і до чого прагнемо. Це наші переконання. Вони є стандартом та критерієм для оцінювання як власних дій, так і дій інших людей. Цінності обґрунтовують наші рішення. Це чесноти, які цементують

наше життєве кредо, і «червоні» лінії, за які ми не повинні заступати. Важливо навчитися розрізняти/розділяти два поняття: «ціна» і «цінність». Коли мова йде про «ціну» – говорять про матеріальні блага (речі), що можна обрахувати грішми. Коли мова йде про «цінності» – мають на увазі чесноти людини, говорять про її внутрішній стан, переконання, силу, що є всередині кожного з нас і нами керує: визначає поведінку, підказує вибір між альтернативами. Те, що прийнято називати «цінністю» немає ціни – безцінне! (Свобода, гідність, рівність, справедливість, довіра, солідарність, толерантність, права людини, любов, патріотизм, повага, визнання, шляхетність, хоробрість, креативність, цілеспрямованість, чесність, навчання, досконалість, доброта) [5].

У час війни по-іншому бачиш цінність життя людини. Звідси виникає запитання: *«Що ж є ціннісними підпорами особистості в умовах російсько-української війни?»* В наукових джерелах виявлено такі основні та внутрішні опори особистості (табл. 1).

Таблиця 1

Ціннісні підпори для особистості під час війни [10]

Основні опори	Внутрішні опори
1. Люди	1. Впевненість у собі та самодостатність
2. Дім	2. Формування внутрішніх опор
3. Тіло	3. Відповідальність за реальність

Вважаємо за доцільне розглянути детальніше зазначені вище компоненти. Отже, **перша основна опора** – **люди**. Це найближчі до вас батьки, подружжя, родичі чи близькі друзі. Їхня підтримка надає відчуття безпеки та стабільності.

Друга опора – **дім**. Це місце, де можна відчувати себе в безпеці. Навіть якщо умови проживання скромні, важливо мати особистий простір для комфорту.

Третя опора – **тіло**. Фізичний комфорт є запорукою внутрішньої стабільності. Необхідно піклуватися про своє тіло, адже його стан впливає на загальне самопочуття.

До внутрішніх опор включають: 1) **Впевненість у собі та самодостатність**. У складних ситуаціях важливо звертатися за підтримкою не лише до інших, а й до себе. Зовнішні опори, такі як підтримка від інших людей, важливі, але внутрішні опори – знання та розуміння себе, своїх цінностей та світогляду – є основою стійкості. 2) **Формування внутрішніх опор**. Навіть якщо внутрішня опора не була сформована в дитинстві, її можна розвинути в будь-якому віці. Важливо знати себе, розуміти свої емоції, розрізняти їх, бути чутливими до запасу своїх сил та енергії, а також знати, що може слугувати ресурсом. 3) **Відповідальність за реальність**. Світ – це дзеркало, і відносини з іншими відображають наше справжнє обличчя. Прийняття цієї реальності,

навіть якщо вона не відповідає ідеальним образам, створеним нашою психікою, вимагає відповідальності та готовності до змін [10].

В умовах російсько-української війни, як зазначає психолог Іван Рудий, «... наше життя поділилось на «До» і «Після». Люди потрапили в ситуацію зміни звичного способу речей, ситуацію травматичного досвіду війни. Але нам необхідно жити, єднатися, допомагати один одному. Питання цінностей, якими ми керуємось у нашому житті, є дуже важливим, особливо у воєнний період. (...) В умовах найважчих випробувань цінності не зникають з нашого життя і суттєво не змінюються. Цінності, що їх пережила, відчула людина, залишаються з нею впродовж усього життя. Феномен людських цінностей полягає у тому, що за певних умов, особливо таких як війна, у наше поле зору потрапляють найактуальніші цінності (орієнтири) [5].

До того ж, аналіз теоретичних джерел, щодо динаміки життєвих цінностей в умовах війни виявив, думку, яка стосується всіх нас. Зокрема, життя обнулилося, хтось поїхав і ще сам не знає, що назавжди. Хтось залишився і чекає на диво, не знаючи, що все буде не так, як він малює собі в картинках. Хтось повернеться і почне все спочатку. Колишнього життя більше немає, але життя є і все буде, не так, отже, інакше, але якось буде! І зараз найголовніше бути готовим приймати нову реальність і не чинити опір їй. Бути гнучким і йти вперед, попереду двері до невідомості, яку кожному необхідно відкрити та увійти самотійно. Страшно? Дуже! Але це дорога до життя! Зараз від кожного з нас вимагається лише одне – йти вперед і не зупинятися, бо зупинка – це крок у депресію та апатію, це крок назустріч смерті [8].

В контексті зазначеного заслуговує на увагу і розмова з **Ігорем Попком** – сержантом з матеріального забезпечення 53-ї окремої механізованої бригади імені князя Володимира Мономаха, про те, **як він себе почував психічно і емоційно в умовах війни?** Воїн зазначає: *«Морально війна дуже виснажує, це стан постійної невідомості та небезпеки. Але тримає на плаву віра у краще та певні люди, які тебе оточують, яких розумієш вже з пів слова, навіть з погляду. Все це дає можливість абстрагуватися від того, що відбувається навколо. Ми тримаємося одне за одного. Просто приходить вище розуміння, що так треба і все. Що ми виконуємо своє бойове завдання тут і зараз. Що ми призначені для цього завдання і хто, як не ми. Головне – не прокручувати у голові якісь сумніви, типу «а ось я міг би піти в інший підрозділ чи в іншу бригаду» і таке інше. Так, іноді буває, що хтось не так щось скаже чи зробить те, що нам не до вподоби, але ти береш свої емоції в міцний кулак та чимось відволікаєшся чи знову пропускаєш ситуацію через гумор. Бо емоційно важко багато чого сприймати, бо наші нерви вже на межі. Але військові не можуть*

діяти емоційно. Ми маємо бути сильні, як фізично, так і психічно. Не можемо собі дозволити «розвалитися» [6].

На думку професора М. Мельника, війна, за своєю суттю, так би мовити, переоцінює погляд на реальність. Ми переважно змушені стикатися з болючою правдою, що змінює наявний порядок цінностей. Це означає новий спосіб переживання самого існування цінності. Це той час, коли життя набирає іншої цінності. **Це справжня переоцінка реальності; це насамперед зміна, яка робить те, що є цінністю в мирний час, несуттєвим.** Постають запитання, відповідь на які не є простою та очевидною, як у часи миру і природного почуття безпеки. Під час війни те, що є очевидним у мирний час, вимагає глибшої оцінки цінностей. Раптом **з'являються «нові» цінності: захист життя, небо без бомб і літаків, безпека тощо [1].**

Війна підсвітила справжні цінності. За 1166 днів від початку повномасштабного вторгнення рашистів в Україну, 4093 дні від початку окупації ними Криму та Севастополя, українці не просто навчилися воювати – вони переосмислили своє ставлення до держави та цінностей громадян. За період війни, зазначають філософи Вікторія та Володимир Фуркало, рівень очікувань та претензій стосовно задоволення власних потреб знизився. З кожним днем війни люди все більше починають розуміти, що всіх чекає важкий та досить тривалий процес відновлення. Всі люди намагаються зберегти власну цілісність і захистити себе від негативного та психотравматичного впливу війни [7, с. 60].

Ми, українці, опинилися між двома ціннісними системами – колективістською (в якій індивід повинен жертвувати своїми інтересами заради колективних інтересів, як їх визначає авторитарний правитель) та індивідуалістською (в якій пріоритет надається самовираженню особи). Загрозами для нас є як авторитаризм, так і надмірний індивідуалізм. Як у будь-якому демократичному суспільстві ми маємо знайти баланс між колективізмом та індивідуалізмом, завдяки якому особистість знайде повноту самореалізації, але також зможе вписати себе в захист і розвиток спільноти, при цьому не втрачаючи себе та своєї особистої гідності [9].

Про те, що війна підсвітила справжні цінності зазначає також комбриг «Хартії» Ігор Оболенський. Він розповідає, як за три роки війни переосмислив **цінність держави Україна.** Війну я, як і багато хто, розпочинав словами «Я воюю за свою родину і за свободу». Тоді доєднався до добровольчого формування «Хартія» і більшість часу проводив в окопі з хлопцями. Перебування поруч із людьми давало відчуття впевненості, бо я робив те, що міг особисто контролювати. Війна показала, що є цінним. Через біль і

випробування приходить усвідомлення, що саме треба відстоювати та оберігати.

Держава потрібна, щоб захистити тебе від насильства. Бо інші можуть підтримати, а можуть і ні. Крім своєї держави, ти нікому не потрібен – кожна країна дбає передусім про своїх громадян. Щоб держава вистояла, потрібні мова й національна свідомість. Не вчиш свою – вчитимеш чужу. Те саме зі свідомістю суспільства. Держава потрібна, щоб людям було краще. Але це «краще» залежить від нашої навченості та розуміння, що кожен може змінювати світ довкола на краще. Від того, наскільки добре ми усвідомимо природу та цінність людини й власної держави [4].

На запитання *«Чого, нам, українцям, зараз, під час війни, бракує для остаточної перемоги?»* капелан Майдану, професор Українського католицького університету о. Михайло Димид, зазначає: «Сьогодні ми втрачаємо внутрішній спокій, бо хотіли б якогось чуда. Нам потрібно дякувати Богові й людям за все, що маємо, – нам бракує вдячності. Також треба просити мудрості, щоб розуміти, що маємо робити в цьому моменті. Ми добре боремося, але не є одним кулаком, – нам треба єдності в боротьбі. Має бути пошана до кожного, хто бореться» [2].

Висновки. Війна є однією з найбільш стомлюючих та дестабілізуючих подій для психіки людини. Вона може мати дуже серйозні наслідки, які можуть переслідувати людину навіть після закінчення конфлікту – нестабільність психіки, емоційні качелі тощо.

Вже в перші дні війни багато хто зрозумів, що життя кардинально змінилося, зруйнувалися плани і змінилися наші цінності. Хтось зняв з себе маски і сказав, «я більше так не хочу, я більше так не можу жити...». Дехто побачив своїх партнерів, з якими живе, з іншого боку. І не кожен був до цього готовий.

Через війну змінилися цінності, важливішим стало саме життя, близькі люди, час із ними. Хочеться дати більше дітям, любити і шанувати рідну землю, мову. До того ж війна може змінювати переконання людей. Важливість миру, свободи, людського життя та співчуття зазвичай зазнають переоцінки під впливом війни. Люди можуть переосмислювати свої погляди на політику, військові дії та міжнаціональні відносини. Війна може змінювати свідомість людей, підсилюючи націоналістичні настрої та збільшуючи групову ідентичність. Люди можуть відчувати більшу приналежність до своєї нації чи групи, активніше підтримувати її цінності та цілі, а також бути більш обережними або неприйнятливими до інших національностей чи груп.

ЛІТЕРАТУРА

1. Головна небезпека цієї війни – щоб вона не перетворилася у «священну». URL: <https://credo.pro/2022/05/319478/>
2. Від Революції Гідності до війни: життєві цінності та настанови капелана Майдану отця Михайла Димида. URL: <https://ucu.edu.ua/news/vid-revolutsiyi-gidnosti-do-vijny-zhyttyevi-tsinnosti-ta-nastanovy-kapelana-majdanu-ottsya-myhajla-dymyda/>
3. Війна змінює не тільки навколишній світ, але й тебе всередині. URL: <https://www.threads.net/@iins.wolff/post/DBFz-5Yojfw>
4. Війна підсвітила справжні цінності. Комбриг «Хартії» Ігор Оболенський розповідає, як за три роки війни він переосмислив цінність держави Україна. URL: <https://forbes.ua/leadership/viyna-pidsvitila-spravzhni-tsinnosti-kombrig-khartii-igor-obolenskiy-rozpovidaє-yak-za-tri-roki-viyni-vin-pereosmisliv-tsinnist-derzhavi-ukraina-26022025-27547>
5. Суспільні цінності та пріоритети в умовах війни. URL: https://www.citizen.in.ua/photos/topic/f/20230315_102423_1.5.pdf
6. У час війни по-іншому бачиш цінності життя людини. URL: <https://nasze-slowo.pl/u-chas-vijny-po-inshomu-bachysh-czinnist-zhyttya-lyudyny/>
7. Фуркало В, Фуркало В. Життєві цінності під час війни. Knowledge, Education, Law, Management. 2022, № 4 (48). С. 57-61.
8. Це про всіх нас. URL: <https://www.facebook.com/photo.php?fbid=1007670529944722&id=245389386172844&set=a.245391082839341>
9. Цінності в час війни. URL : https://lb.ua/blog/pershe_grudnya/650470_tsinnosti_chas_viyni.html
10. Цінності як опори під час війни. URL: <https://top-people.com.ua/articles/cinnosti-yak-opori-pid-chas-viyni>