

Секція 6. Соціально-психологічна підтримка та комунікація в кризових умовах та умовах невизначеності

Діагностика задоволення життям молоді в умовах війни та його вплив на прийняття рішень

Вартанова Олена Вікторівна

*доктор економічних наук, професор,
професор кафедри управління та смарт-інновацій,
Київський національний університет технологій та дизайну, м. Київ, Україна*

Актуальність теми дослідження зумовлена глибокими соціально-психологічними трансформаціями, що відбуваються в українському суспільстві внаслідок воєнних дій. Молодь є однією з найбільш вразливих категорій населення, яка водночас формує активне соціальне ядро майбутнього. Психоемоційний стан, рівень життєвої задоволеності, відчуття стабільності та безпеки значною мірою визначають особисту мотивацію, життєві орієнтири, а також якість життя молодих людей.

Гіпотеза дослідження полягає в тому, що задоволені життям люди демонструють вищу якість і раціональність у прийнятті рішень у різних сферах — від навчання до трудової активності чи міграції. В умовах війни молоді люди часто опиняються перед необхідністю вибору в критичних ситуаціях, що вимагають швидких рішень за умов невизначеності, ризиків і психологічного тиску. Тому своєчасна діагностика рівня задоволеності життям є важливим інструментом для психологів, педагогів, соціологів та управлінців у розробці ефективних механізмів підтримки молоді, зміцнення її адаптивного потенціалу, профілактики емоційного вигорання та підвищення її участі в процесах відновлення країни. Аналіз цього феномену має не лише наукову, а й практичну цінність у контексті формування державної молодіжної політики, орієнтованої на збереження людського капіталу в умовах соціально-економічної нестабільності.

Дослідження особистісних чинників задоволеності життям було проведено у жовтні–грудні 2024 року на основі методики "Задоволення життям"

Н. Мельникової (*Life Satisfaction Questionnaire*, N. Melnikova, 2021). Вибіркова сукупність дослідження становила 214 осіб віком від 18 до 24 років.

Діагностика аспектів задоволеності життям молоді охоплює такі компоненти: «Життєва залученість», «Розчарування в житті», «Втома від життя», «Хвилювання за майбутнє» та «Загальний бал». Серед них лише F1 «Життєва залученість» має позитивну конотацію; інші фактори інтерпретуються як негативні. Дані щодо результатів опитування за аспектами задоволеності життям подано в табл. 1.

Таблиця 1

Розподіл результатів за аспектами задоволеності життям (Опитувальник "Задоволеність життям" (Н. Мельникова) (Джерело: власні дослідження)

Ступінь вираженості фактору	Фактори задоволеності життям									
	F1. Життєва залученість		F2. Розчарування в житті		F3. Втома від життя		F4. Хвилювання про майбутнє		Загальний бал	
	№	%	№	%	№	%	№	%	№	%
Вище за середній	43	20,1	24	11,2	20	9,3	17	7,9	21	9,8
Середній	103	48,1	80	31,4	84	39,3	56	26,2	65	30,4
Нижче за середній	68	31,8	110	51,4	110	51,4	141	65,9	128	59,8
Усього	214	100	214	94	214	100	214	100	214	100

Згідно з результатами дослідження, майже половина респондентів (48,1%) демонструє середній рівень задоволеності життям. Рівень вище середнього мають 20% опитаних, а 31,8% – нижчий за середній. Аспект F1 "Життєва залученість" відображає ступінь насиченості життя, задоволення ним, активність та позитивне емоційне тло. Він свідчить про високий рівень залучення особи у власне життя.

Щодо аспекту F2 "Розчарування в житті", у 51,4% респондентів рівень його прояву нижчий за середній, у 31,4% – середній, а у 11,2% – вищий за середній. Цей фактор характеризується негативними емоціями, такими як досада, розчарування, відчуття несправедливості через невідповідність між

очікуваннями та реальністю. За тривалої дії він може сприяти розвитку професійного вигорання.

Аспект F3 "Втома від життя" спостерігається на рівні нижче середнього у 51,4% опитаних, середній рівень – у 39,3%, і вище середнього – у 9,3%. Цей показник свідчить про наявність астеничних проявів: втоми, емоційного та фізичного виснаження, апатії, що у професійному середовищі проявляються через байдужість, зниження ефективності та труднощі в міжособистісній взаємодії. Аспект F4 "Хвилювання про майбутнє" демонструє, що 65,9% респондентів мають показник нижче середнього, 26,2% – середній рівень, і 7,9% – вище середнього. Цей фактор пов'язаний із тривожними очікуваннями, нестабільністю та невизначеністю майбутнього, що впливає на рівень впевненості, адекватність оцінки ситуацій і здатність приймати обґрунтовані рішення.

Загальний рівень задоволення життям у більшості респондентів є зниженим: 59,9% мають рівень нижче середнього, 30,4% – середній, і лише 9,8% – вище середнього. Такий стан значною мірою зумовлений зовнішніми (війна, вимушене переміщення, еміграція) та внутрішніми факторами (підвищена тривожність, завищені вимоги до себе, низька заробітна плата, апатія). Це негативно впливає на ефективність діяльності, знижує здатність досягати цілей, сприяє розвитку тривожності та порушень у прийнятті рішень, зокрема у вигляді використання нерациональних стратегій.

Дослідження підтвердило, що рівень задоволеності життям у молодих людей тісно пов'язаний зі стратегіями прийняття рішень. Було використано Мельбурнський опитувальник прийняття рішень (МОПР), який виокремлює чотири стильових особливостей прийняття рішень, серед яких є продуктивні ("Пильність"), а також непродуктивні ("Уникнення", "Прокрастинація" і "Надпильність").

Наше дослідження демонструє значущі зв'язки між окремими аспектами задоволеності життям та копінг-стратегіями прийняття рішень. Так, зокрема, аспект "Життєва залученість" позитивно корелює зі стратегією "Пильність" ($r =$

0,30; $p \geq 0,05$), що свідчить про те, що чим більше особа відчуває повноту життя, тим більше вона схильна до раціонального, усвідомленого прийняття рішень, відкритості до невизначеності. Інші аспекти задоволення життям виявили від'ємну кореляцію з неадаптивними стратегіями прийняття рішень ("Уникнення", "Прокрастинація" і "Надпильність") ($r = -0,30$; $p \geq 0,05$; $r = -0,4$; $p \geq 0,01$). Це свідчить, що в умовах психоемоційного виснаження, тривожності та невдоволення життям особа частіше використовує неефективні підходи – уникає відповідальності, зволікає або демонструє надмірну обережність. Процес прийняття рішень вимагає значних когнітивних і психологічних ресурсів. За наявності негативного емоційного стану ці ресурси виснажуються, що знижує здатність до ефективного вибору.

Встановлено, що рівень задоволеності життям та стратегії прийняття рішень залежать від матеріального добробуту. Спостерігається позитивна кореляція між суб'єктивним рівнем доходів та всіма факторами задоволення життям, а також між об'єктивним рівнем доходів та факторами "Втома від життя" і загальним рівнем задоволення життям ($r = 0,30$; $p \geq 0,05$). Це підтверджує, що зниження доходів негативно впливає на психологічне самопочуття, тоді як активна, залучена до життя особа з оптимістичною позицією має тенденцію до вищих доходів і більшої життєвої задоволеності.

Список використаних джерел:

1. Вартанова, О., Повзун, Д. Особистісні чинники задоволення життям та їх вплив на прийняття рішень в контексті забезпечення стійкості персоналу компаній в умовах війни. Економіка та суспільство. 2024. № 68. <https://doi.org/10.32782/2524-0072/2024-68-38>
2. Савченко, О., Калюк, О. Методика діагностики когнітивних аспектів суб'єктивного благополуччя особистості. Організаційна психологія. економічна психологія, 2022. 1(25), 89-101. URL: <https://doi.org/10.31108/2.2022.1.25.10>
3. Карамушка, Л., Креденцер, О., Терещенко, К. Суб'єктивне благополуччя освітянського персоналу в умовах війни. *Організаційна психологія. Економічна*

психологія, 2023. 30(4), 23-33. URL: <https://doi.org/10.31108/2.2023.4.30.3>