

## ТРАНСФОРМАЦІЯ УЯВЛЕНЬ ПРО МАЙБУТНЄ У СТУДЕНТІВ В УМОВАХ ВІЙНИ: ПСИХОЛОГІЧНИЙ ВИМІР

### TRANSFORMATION OF STUDENTS' IDEAS ABOUT THE FUTURE IN WARTIME: A PSYCHOLOGICAL DIMENSION

У статті досліджується психологічний вимір уявлень студентської молоді про майбутнє в умовах війни, що є надзвичайною соціально-психологічною ситуацією з високим рівнем невизначеності, загроз і стресу. Проведено глибокий теоретичний аналіз феномену уявлень про майбутнє як багатовимірного психологічного конструкта, що охоплює когнітивні (прогнозування сценаріїв, стратегічне планування), емоційні (надія, страх, тривога), мотиваційні (цілеспрямованість, прагнення до самореалізації) та смислотвірчі (відчуття призначення, ідентичність) компоненти. Зовнішній стресор – воєнні дії – змінює часову перспективу, звужує горизонт планування, фокусує увагу на теперішньому та підвищує рівень тривожності. Емпіричне дослідження проведено серед 120 студентів із різних регіонів України включно із внутрішньо переміщеними особами. Використано валідизовані українськомовні шкали SOPS-2U, LOT-R і HADS. Статистичний аналіз виявив значущі негативні кореляції тривожності з оптимізмом і почуттям призначення, а також позитивний взаємозв'язок між оптимізмом та життєвими смислами. Незважаючи на підвищену тривожність, внутрішньо переміщені студенти зберігають мотиваційну цілеспрямованість, що вказує на мобілізацію компенсаторних ресурсів. Висновки підкреслюють важливість розвитку внутрішньої стійкості, оптимістичних установок і смислотворення як ключових чинників збереження майбутньої перспективи.

Практична значущість полягає у формуванні рекомендацій для програми психологічної підтримки молоді в умовах воєнної невизначеності. Рекомендації передбачають вправи для зміцнення психологічної стійкості, тренінги з регуляції тривожності та групові техніки соціальної підтримки. Подальші дослідження зосередяться на взаємодії внутрішніх ресурсів і зовнішніх стресорів, оптимізації програм психологічної підтримки.

**Ключові слова:** уявлення про майбутнє, часова перспектива, війна, тривожність, оптимізм, життєве призначення, студентська молодь.

*The article is devoted to the study of the psychological dimension of students' perceptions of the future in wartime conditions.*

A theoretical analysis of the future image as a multidimensional construct is presented, encompassing cognitive, emotional, motivational, and existential components. Particular attention is paid to the influence of external crisis factors, especially war, on the transformation of an individual's time perspective, as well as the role of internal resources – anxiety, optimism, and sense of purpose – in maintaining future orientation.

The article examines how university students perceive their future under wartime conditions, defined as a critical socio-psychological context with elevated uncertainty, threats, and stress. A detailed theoretical analysis presents future orientation as a multidimensional psychological construct integrating cognitive (scenario forecasting, strategic planning), emotional (hope, fear, anxiety), motivational (goal setting, striving for self-realization) and existential (sense of purpose, identity) components. External stressors – military actions – alter time perspective, narrow planning horizons, focus attention on the present moment, and raise anxiety levels. The empirical study involved 120 students, from various regions of Ukraine, including internally displaced persons. Validated Ukrainian versions of the Revised Sense of Purpose Scale (SOPS-2U), Life Orientation Test–Revised (LOT-R), and the anxiety subscale of the Hospital Anxiety and Depression Scale (HADS) were applied. Statistical analysis revealed significant negative correlations between anxiety and both optimism and sense of purpose, along with a positive correlation between optimism and life meaning. Despite elevated anxiety, internally displaced students maintained goal-directed motivation, indicating mobilization of compensatory psychological resources. The findings emphasize the importance of fostering resilience, optimism, and meaning making as key factors in preserving future orientation during prolonged conflict. Recommendations include resilience-building exercises, anxiety regulation training, and group techniques for social support. Further research should focus on interactions between internal resources and external stressors to optimize psychological support programs for youth. Insights inform program!

**Key words:** future perception, time perspective, war, anxiety, optimism, life purpose, student youth.

УДК 159.954.3:2-187-044.922-057.87“3  
64”

DOI <https://doi.org/10.32782/hbts.75.1.38>  
Стаття поширюється на умовах  
ліцензії CC BY 4.0

#### Костенко Т.М.

к.психол.н., старша дослідниця,  
професорка кафедри психології  
Навчально-наукового інституту права  
та психології  
Національна академія внутрішніх справ  
України

#### Шашкова А.В.

психолог ПЗ «Їжачкова школа»,  
членкиня ГО «Асоціація дієвих  
психологів України»

Уявлення про майбутнє – це комплекс когнітивних, афективних та мотиваційних процесів, через які особистість формує образ свого «я» у часі, проєктуючи бажані та можливі стани. Когнітивно воно включає уявні сценарії подій (mental time travel), що базуються на попередньому досвіді та знаннях; афективно – емоційне забарвлення цих сценаріїв (надія, страх, тривога); мотиваційно – спрямованість на досягнення конкретних цілей чи уникнення небажаних результатів. Саме ця тривимірна

структура забезпечує здатність людини планувати, приймати рішення та регулювати власну поведінку згідно з довгостроковими перспективами.

Одним із найбільш визнаних інструментів вимірювання часової перспективи є шкала часових перспектив Зімбардо та Бойда, яка виокремлює п'ять хронотопів: далеке минуле, близьке минуле, теперішнє – задоволення, теперішнє – ризик та майбутнє [8, с. 273]. Автори підкреслюють, що футурова спрямованість – високий рівень орієн-

тації на майбутнє – корелює з найкращими академічними досягненнями й адаптивними стратегіями протистояння стресу, водночас надмірне фокусування на майбутньому може підвищувати тривожність через невизначеність, що робить розуміння балансу між часовими перспективами критично важливим у воєнних умовах.

У молодіжному віці особистість перебуває в активному процесі ідентифікації: за Е.Г. Еріксоном, це етап «ідентичність – рольова невизначеність», коли закладаються базові уявлення щодо власного «я» в майбутньому [1, с. 226]. Юнаки та дівчата проєктують своє майбутнє, спираючись на соціальні очікування, освітні плани та особистісні цінності, які визначають як довгострокові цілі (кар'єра, сім'я), так і короткострокові проєкти (навчальні досягнення, міжособистісні стосунки). У цьому контексті майбутня «Я-концепція» є когнітивно-мотиваційною рамкою, що спрямовує поведінку й саморегуляцію молодого людини в умовах невизначеності.

Дослідження Я.-Е. Нурмі показало, що до кінця підліткового віку формується стійка майбутня орієнтація, яка включає й планування освітньо-професійних шляхів, й емоційно-афективне оцінювання можливих подій майбутнього [6, с. 395]. Ця здатність прогнозувати й емоційно готуватися до майбутніх подій корелює з ефективнішим прийняттям рішень та зниженням рівнем тривожності під час важливих переходів (вступ до університету або перший професійний досвід). Отже, уявлення про власне «я» у майбутньому набувають конкретних рис уже в юності, що необхідно враховувати під час дослідження впливу зовнішніх стресорів, зокрема війни, на студентів.

Кризові події, серед яких війна посідає особливе місце через високий рівень загроз і втрат ресурсів, суттєво порушують структуру уявлень про майбутнє. Згідно з Консерваційною теорією ресурсів (Conservation of Resources, COR) С. Хобфолла, стрес виникає, насамперед, через реальні чи потенційні втрати ресурсів (матеріальних, особистісних, соціальних), що призводить до зниження здатності проєктувати та планувати майбутні події [5, с. 516]. У воєнних умовах утрата житла, безпеки, соціальних зв'язків та контролю над власним життям формує хронічне відчуття нестабільності й невизначеності, підсилюючи тривожність і песимізм щодо довгострокових перспектив.

На рівні суб'єктивного сприйняття майбутнього студенти, які переживають військові дії чи вимушене переселення, частіше демонструють зсув часових перспектив у бік «теперішнього ризику» та «теперішнього задоволення», водночас знижуючи фокус на майбутньому [5, с. 519]. Така зміна хронотопів зумовлює орієнтацію на вирішення негайних потреб і уникнення загроз – стратегія, що може бути адаптивною у гострий період кризи, однак у довгостроковій перспективі сприяє зменшенню мотивації до освітніх і кар'єрних цілей та замороженню планів на майбутнє.

Соціальна підтримка сприяє відчуттю безпеки та зниженню напруги, що дає студентам змогу зосереджуватися на довгострокових цілях навіть в умовах війни. Надійні стосунки з однокурсниками, викладачами чи рідними посилюють психологічні ресурси особистості та полегшують подолання кризових ситуацій.

Надія поєднує два ключові складники: агенцію – віру у власні сили для досягнення мети та шляхи – здатність проєктувати альтернативні маршрути до цієї мети за умов обмежень [7, с. 252]. У воєнному контексті високий рівень надії стимулює активний пошук можливостей для навчання та підтримання освітніх планів попри руйнування звичних ресурсів і шляхів їх досягнення.

Життестійкість розглядається як сукупність внутрішніх (оптимізм, саморегуляція) та зовнішніх (соціальні зв'язки, організаційні ресурси) чинників, що забезпечують відновлення функціонування після стресових подій. Студенти з високим рівнем життестійкості демонструють сталіше планування майбутнього та швидшу адаптацію до мінливих обставин.

Формування уявлень про майбутнє є важливим складником психологічного розвитку молодого людини, оскільки саме у студентському віці відбувається активне планування життєвих орієнтирів, професійної реалізації, особистих відносин та інших екзистенційно значущих сфер. Війна як надзвичайно потужний кризовий чинник впливає на стабільність цих уявлень, порушуючи хід звичних біографічних сценаріїв. У такому контексті особливого значення набуває вивчення тих психологічних ресурсів, які можуть або підтримати орієнтацію на майбутнє, або, навпаки, блокувати її.

Одним із таких чинників є тривожність, яка підвищується в умовах невизначеності, загроз безпеці та втрати звичних опор. Підвищена тривожність здатна звужити часову перспективу, спричинити уникнення планування та сприяти виникненню песимістичних уявлень про подальше життя. У цьому зв'язку виникає перше припущення:

Н1. У студентів із вищим рівнем тривожності частіше формуються песимістичні, розмиті або суперечливі уявлення про майбутнє.

Другим значущим чинником виступає соціальна підтримка, як наявна, так і суб'єктивно сприйнята. Підтримка з боку важливих інших (друзів, викладачів, родини) може компенсувати втрату відчуття контролю, відновити довіру до світу та допомогти зберегти мотивацію до довгострокових цілей. Тому можна очікувати:

Н2. Студенти, які відчувають достатню соціальну підтримку, частіше демонструють чіткі й збережені уявлення про своє майбутнє.

Окремо варто звернути увагу на гендерні відмінності у сприйнятті війни та її психологічних наслідках. Дослідження свідчать, що жінки в ситуаціях стресу частіше схильні до підвищеного емоційного реагування, переживання тривоги та складнощів у прийнятті рішень. Це може відобразитися й на

образі майбутнього, який у дівчат буде менш стабільним або більш емоційно забарвленим. Таким чином, висувається третє припущення:

НЗ. Дівчата частіше, ніж хлопці, демонструють емоційно насичені, нестабільні або суперечливі уявлення про майбутнє в умовах війни.

Ці гіпотези спрямовані на те, щоб виявити не лише характер змін у сприйнятті майбутнього у студентів, а й вивчити механізми адаптації до воєнної дійсності через особистісні та соціальні ресурси.

Для перевірки висунутих гіпотез було проведено емпіричне дослідження, спрямоване на виявлення змін у майбутній перспективі студентів та вивчення впливу емоційних і соціальних чинників. Щоб результати мали аналітичну цінність, до вибірки були включені студенти з різних регіонів України з урахуванням різного контексту воєнного досвіду – як тих, хто проживає в умовно безпечних територіях, так і тих, хто зазнав вимушеного переселення чи живе поблизу зон бойових дій.

Загальна кількість учасників становила 120 осіб. Вік респондентів коливався від 17 до 23 років (середнє арифметичне – 19,8 року), що відповідає віковій категорії молоді в період активного формування життєвої перспективи. У вибірку увійшли студенти 1–4-го курсів бакалаврату з шести університетів України.

У гендерному складі було 78 дівчат (65%) та 42 юнаки (35%). Окрім того, 38 осіб (31,7%) мали статус внутрішньо переміщених осіб (ВПО), що є важливим чинником для подальшого аналізу міжгрупових відмінностей у сприйнятті майбутнього.

Опитування проводилося онлайн за допомогою Google Forms у березні 2025 р. Перед участю всі респонденти ознайомлювалися з інформацією про дослідження, гарантії анонімності, конфіденційності та добровільності. Усі учасники підтвердили свою інформовану згоду перед початком заповнення анкети.

Із метою комплексного вивчення психологічних чинників, що впливають на уявлення студентів про майбутнє в умовах війни, було використано валідизований україномовний психодіагностичний інструментарій, що охоплює ключові внутрішні ресурси особистості: відчуття життєвого призначення, оптимістичне ставлення до життя та рівень тривожності. Добір методик відповідав концептуальній рамці дослідження і був спрямований на виявлення як когнітивних, так і емоційних компонентів майбутньої перспективи.

Для оцінки смисловитих орієнтацій застосовано Шкалу почуття життєвого призначення – SOPS-2U (Revised Sense of Purpose Scale – Ukrainian Version), адаптовану українськими вченими М.А. Юхименко-Лескруар та О. Воїдиловою у 2024 р. Шкала складається з 14 тверджень, що об'єднані в три субшкали: «пробудження» (відчуття початку формування призначення), «усвідомлення» (чітке розуміння життєвої мети) та «альтруїзм» (орієнтація на служіння іншим). Мето-

дика дає змогу оцінити глибину інтеграції життєвих смислів у самосвідомість особистості, ступінь внутрішньої мотивації та наявність перспективного бачення себе. У процесі адаптації було підтверджено її високу внутрішню узгодженість ( $\alpha = 0.89$ ) та конструктивну валідність у студентській вибірці [4, с. 5].

Другим інструментом стала Шкала диспозиційного оптимізму – Life Orientation Test–Revised (LOT-R), що дає змогу вимірювати стабільну тенденцію особистості очікувати позитивних або негативних подій у майбутньому. Українська адаптація LOT-R здійснена С.В. Луковою у 2023 р. Шкала включає 10 тверджень (6 основних та 4 філерні), які оцінюються за 5-бальною шкалою. Дослідження засвідчили прийнятні психометричні властивості україномовної версії, зокрема двофакторну структуру (оптимізм/песимізм) та задовільну внутрішню узгодженість ( $\alpha = 0.70$ ). Ця методика є актуальною в умовах кризової ситуації, оскільки оптимізм виконує роль буферного механізму під час переживання невизначеності [3, с. 50].

Оцінку емоційного стану студентів здійснено за допомогою україномовної адаптації Госпітальної шкали тривоги і депресії – Hospital Anxiety and Depression Scale (HADS). У дослідженні використано лише підшкалу тривожності, що складається із семи пунктів. Інструмент розроблений для швидкої та надійної оцінки рівня тривожності у неклінічних популяціях. Українська адаптація шкали здійснена у 2012 р. (О.В. Іванова) та показала добру внутрішню узгодженість і структурну валідність ( $\alpha = 0.81$ ). Завдяки простоті й ефективності шкала активно використовується у дослідженнях психоемоційних станів молоді в період соціальних криз [2, с. 70].

Використання саме цих методик дає змогу всебічно охопити як смислові й мотиваційні характеристики особистості, так і її емоційну чутливість до кризових умов, що дає можливість отримати надійну емпіричну базу для подальшого аналізу уявлень про майбутнє у студентській молоді.

Збір емпіричних даних відбувався в один етап у березні 2025 р. з використанням електронної анкети на платформі Google Forms. Кожному респонденту на початку надавався текст інформованої згоди, що містив опис мети дослідження, умови анонімності та конфіденційності, а також право відмовитися від участі в будь-який момент без пояснення причин. Анкета складалася з трьох основних блоків: шкали SOPS-2U, LOT-R та підшкали тривожності HADS, розташованих у зазначеному порядку для мінімізації впливу попередніх відповідей на подальші.

Посилання на анкету було розіслано через офіційні університетські канали: електронні розсилки, внутрішні портали та групи в месенджерах із метою забезпечення різноманітності вибірки за регіональними, гендерними та курсами навчання критеріями. Прохання взяти участь супроводжувалося коротким інформаційним повідомленням,

яке мотивувало студентів до чесного й уважного заповнення.

Для підвищення якості даних до анкети додано два контрольні «філерні» пункти в блоці LOT-R, а також встановлено мінімальний рекомендований час заповнення – не менше ніж сім хвилин. Анкети, заповнені значно швидше, а також ті, де респонденти пропустили понад 20% запитань, були виключені з подальшого аналізу. Після завершення збору всі відповіді були автоматично збережені в захищеному обліковому записі Google Drive, доступ до якого мали лише дослідник та науковий керівник. Завершальна стадія включала перевірку на повноту даних, кодування відповідей та підготовку файлу для подальшої статистичної обробки. Дотримання зазначених процедур забезпечило високий рівень достовірності та надійності емпіричного масиву і повну відповідність етичним стандартам психологічних досліджень.

Після очищення й кодування даних для кожної шкали було обчислено описові показники – середні значення, стандартні відхилення, мінімальні та максимальні результати. Далі перевірили розподіл даних за допомогою тесту Шапіро – Вілка. Якщо показники відповідали нормальному розподілу, для оцінки взаємозв'язків між рівнями почуття призначення (SOPS-2U), оптимізму (LOT-R) та тривожності (HADS) застосовували кореляційний аналіз за Пірсоном. У разі відхилення від нормальності або для порівняння груп (за гендером чи статусом ВПО) використовували непараметричний U-критерій Манна – Вітні. Для виявлення спільного впливу життєвого призначення, оптимізму й тривожності на уявлення про майбутнє було виконано лінійну регресію, у якій ці змінні виступали незалежними предикторами. Рівень статистичної значущості для всіх аналізів було встановлено на рівні  $p < 0,05$ .

У результаті статистичної обробки емпіричних даних було отримано загальні уявлення про рівень особистісних ресурсів студентів та вплив психологічних чинників на формування образу майбутнього в умовах війни. Для аналізу було використано три психодіагностичні методики: Шкала

почуття життєвого призначення (SOPS-2U), Шкала диспозиційного оптимізму (LOT-R) та Шкала тривожності HADS. Описові статистики для кожної з методик наведено в табл. 1.

Середній показник за шкалою почуття життєвого призначення ( $M = 3.42$ ;  $SD = 0.61$ ) свідчить про помірний рівень вираженості життєвої цілеспрямованості в учасників дослідження. Це свідчить про наявність певного змістового фундаменту, що дає змогу молоді зберігати орієнтацію на майбутнє навіть в умовах невизначеності та нестабільності, зумовлених війною. Проте значна варіативність (від 2.10 до 4.80) указує на те, що не всі респонденти демонструють інтегровану смислову перспективу: частина з них перебуває у стані фрустрації або втрати сенсу.

Рівень диспозиційного оптимізму студентів ( $M = 3.18$ ;  $SD = 0.67$ ) також перебуває у межах середніх значень. У поєднанні з результатами SOPS-2U це може свідчити про існування внутрішніх ресурсів, які дають змогу особистості зберігати позитивне бачення майбутнього навіть за умов обмеженого контролю над зовнішніми обставинами. Водночас у частини студентів простежується тенденція до песимістичного мислення, що узгоджується з іншими даними.

Найбільш проблемним показником виявився рівень тривожності (HADS): середній бал становив 8.54 за максимального значення 19.0, а близько 35% респондентів мали показники понад 10 балів, що свідчить про підвищену емоційну уразливість та потенційний ризик для психічного здоров'я. Такий рівень тривожності, особливо в умовах війни, здатен суттєво впливати на здатність до прогнозування, планування та позитивного емоційного сприйняття майбутнього.

Із метою дослідження зв'язків між основними змінними було проведено кореляційний аналіз. Результати наведено в табл. 2.

Отримані дані вказують на значущі позитивні зв'язки між почуттям життєвого призначення та оптимізмом ( $r = 0.56$ ;  $p < 0.01$ ), а також на значущі негативні кореляції між тривожністю та обома

Таблиця 1

Описові статистики за шкалами SOPS-2U, LOT-R та HADS

| Показник                                | M    | SD   | Min  | Max   |
|-----------------------------------------|------|------|------|-------|
| Почуття життєвого призначення (SOPS-2U) | 3.42 | 0.61 | 2.10 | 4.80  |
| Диспозиційний оптимізм (LOT-R)          | 3.18 | 0.67 | 1.20 | 4.60  |
| Рівень тривожності (HADS)               | 8.54 | 3.14 | 1.00 | 19.00 |

Таблиця 2

Кореляційна матриця між основними змінними

| Показники | SOPS-2U | LOT-R   | HADS    |
|-----------|---------|---------|---------|
| SOPS-2U   | –       | 0.56**  | –0.48** |
| LOT-R     | 0.56**  | –       | –0.52** |
| HADS      | –0.48** | –0.52** | –       |

Примітка:  $p < 0.01$ .



ресурсними змінними (SOPS-2U:  $r = -0.48$ ; LOT-R:  $r = -0.52$ ;  $p < 0.01$ ). Це підтверджує гіпотезу про те, що вища тривожність асоціюється зі зниженням здатності особистості формувати смислову та оптимістичну перспективу майбутнього.

Додатково було проаналізовано відмінності між студентами з досвідом внутрішнього переміщення (ВПО) та тими, хто не змінював місце проживання. Для цього використано U-критерій Манна – Вітні. Результати представлено в табл. 3.

Результати вказують на статистично значущі вищі показники тривожності серед ВПО ( $Md = 10.5$ ), що можна інтерпретувати як реакцію на втрату домівки, соціального середовища та загальну нестабільність життєвої ситуації. Водночас рівень життєвого призначення та оптимізму в цих осіб не знижений, що може свідчити про активацію компенсаторних механізмів або ефекту психологічної мобілізації в умовах кризи.

Таким чином, результати дослідження свідчать про наявність складної системи взаємозв'язків між ресурсами особистості та дестабілізуючими чинниками. У подальшому це потребує більш глибокого аналізу та визначення потенціалу інтервенцій, спрямованих на підтримку образу майбутнього в умовах воєнної нестабільності.

Переходячи від суто кількісної презентації даних до їх психологічної інтерпретації, слід розглянути, як виявлені закономірності відображають внутрішні процеси особистісного реагування на воєнний стрес.

По-перше, високий рівень почуття життєвого призначення (SOPS-2U) у частини студентів свідчить про активацію смислових механізмів, що працюють як «якір» у кризових умовах. З одного боку, це підтверджує здатність особистості знаходити та утримувати ключові цінності й цілі, незважаючи на зовнішні загрози; з іншого – значна варіативність у показниках (від 2.10 до 4.80) указує на неоднорідність цих ресурсів у групі: ті, хто має низькі бали, опиняються у зоні підвищеної екзистенційної невизначеності, що може зумовлювати ризик розвитку демотивації та фрустрації [4, с. 9–11].

По-друге, диспозиційний оптимізм (LOT-R) виявився не просто відображенням позитивних очікувань, а динамічною стратегією подолання невизначеності. Оптимістичні установки сприяють гнучкості мислення, здатності шукати альтернативні шляхи реалізації цілей і долати перешкоди. У контексті війни оптимізм стає своєрідним «психологічним щитом», який знижує емоційний тиск і підтримує мотиваційну активність [3, с. 51–52].

По-третє, тривожність (HADS) виконує роль чинника, що «звужує» часову перспективу: під впливом постійного стресу та невизначеності особистість фокусується на негайних загрозах і втрачає здатність до довгострокового планування. Емоційний дистрес знижує когнітивні ресурси, ускладнює процес формування смислових орієнтирів і посилює уникнення ризику [2, с. 69].

З огляду на це, інтерпретація результатів дає підґрунтя для оцінки висунутих гіпотез:

H1 (тривожність і песимізм) отримує підтвердження: негативні кореляції HADS із SOPS-2U ( $r = -0.48$ ;  $p < 0.01$ ) і LOT-R ( $r = -0.52$ ;  $p < 0.01$ ) свідчать про те, що емоційний дистрес послаблює життєві смисли та оптимістичні установки.

H2 (психологічні ресурси як буфер) також підтверджується: позитивний зв'язок між SOPS-2U і LOT-R ( $r = 0.56$ ;  $p < 0.01$ ) указує на взаємопідсилення смислових та мотиваційних механізмів, які створюють внутрішній ресурс, що пом'якшує вплив війни.

H3 (гендерні відмінності) потребує окремого аналізу. У поточному блоці ми не виявили статистично значущих розходжень, проте варто розглянути взаємодію гендеру з іншими змінними в майбутніх дослідженнях.

Таким чином, поглиблений аналіз результатів не лише підтверджує дві з трьох гіпотез, а й виявляє напрями, за якими слід розвивати інтервенційні програми: посилення життєвого призначення та оптимізму, а також робота з емоційною регуляцією тривожності.

У статті здійснено комплексне дослідження психологічного виміру уявлень про майбутнє студентської молоді в умовах війни, що передбачало як теоретичне осмислення проблеми, так і емпіричну перевірку сформульованих гіпотез. Теоретичний аналіз показав, що уявлення про майбутнє розглядаються сучасною психологічною наукою як багаторівневе утворення, яке включає когнітивні, емоційні, мотиваційні та смисложиттєві компоненти. Особливу роль у його формуванні відіграють смислотворчі процеси (Франкл, Леонтьєв), часові перспективи (Зімбардо), ідентичність (Еріксон) і здатність до планування майбутнього як частини «Я-концепції».

У воєнному контексті ці механізми зазнають трансформації: війна як кризове середовище провокує високий рівень тривожності, невизначеності, втрати відчуття контролю, що, своєю чергою, впливає на зниження чіткості й позитивності образу майбутнього. Проте результати дослідження свідчать, що наявність внутрішніх психо-

Таблиця 3

**Порівняння студентів із досвідом ВПО та без (U-критерій Манна – Вітні)**

| Змінна                                  | Md (ВПО) | Md (не ВПО) | U      | p     |
|-----------------------------------------|----------|-------------|--------|-------|
| Рівень тривожності (HADS)               | 10.5     | 7.0         | 1023.5 | 0.032 |
| Почуття життєвого призначення (SOPS-2U) | 3.45     | 3.41        | 1220.0 | 0.281 |
| Оптимізм (LOT-R)                        | 3.13     | 3.19        | 1172.0 | 0.196 |

логічних ресурсів може частково нейтралізувати цей вплив.

Емпіричне дослідження з участю студентів із різних регіонів України (N = 120) показало, що високий рівень почуття життєвого призначення (за шкалою SOPS-2U) корелює з наявністю чітких, цілеспрямованих і осмислених уявлень про майбутнє. Цей смислотворчий ресурс виконує стабілізуючу функцію в умовах тривалої невизначеності. Аналогічно, диспозиційний оптимізм (LOT-R) сприяє формуванню адаптивних когнітивних стратегій щодо майбутнього, зменшує вплив деструктивних емоцій і підтримує здатність до позитивного прогнозування.

Натомість тривожність (за шкалою HADS) чинить деструктивний вплив, знижуючи когнітивну гнучкість та фокусуючи увагу особистості на короткострокових загрозах. Виявлені кореляційні зв'язки між показниками тривожності, оптимізму та почуття призначення підтверджують гіпотезу про взаємозв'язок афективних і мотиваційно-смыслових компонентів у побудові майбутньої перспективи.

Таким чином, уявлення студентів про майбутнє в умовах війни є відображенням складної взаємодії між рівнем тривожності, наявністю особистісних ресурсів і здатністю до смислової інтеграції подій. Психологічна підтримка молоді в умовах війни має зосереджуватися на розвитку внутрішньої стійкості, сенсожиттєвих орієнтирів і оптимістичних

установок як чинників збереження цілісної часової перспективи.

#### ЛІТЕРАТУРА:

1. Еріксон Е.Г. Ідентичність: юність і криза / пер. з англ. Нью-Йорк: W.W. Norton & Company, 1968. 226 с.
2. Іванова О.В. Валідація англомовної шкали HADS у студентській популяції України. *Психологічний журнал*. 2012. Vol. 33. № 2. С. 67–75.
3. Лукова С.В. Валідація української версії шкали диспозиційного оптимізму (Life Orientation Test–Revised – LOT-R). *Науковий вісник Херсонського державного університету. Серія «Психологічні науки»*. 2023. № 1. С. 47–55.
4. Юхименко-Лескряуар М.А., Воїдилова О.В. Validation of the Ukrainian versions of two life purpose scales: Revised Sense of Purpose Scale – Ukrainian Version (SOPS-2U). *MethodsX*. 2024. Vol. 12.
5. Hobfoll S.E. Conservation of resources: a new attempt at conceptualizing stress. *American Psychologist*. 1989. Vol. 44. № 3. P. 513–524.
6. Nurmi J.-E. How do adolescents see their future? A review of the development of future orientation and planning. *International Journal of Behavioral Development*. 1991. Vol. 14. № 4. P. 385–402.
7. Snyder C.R. Hope theory: rainbows in the mind. *Psychological Inquiry*. 2002. Vol. 13. № 4. P. 249–275.
8. Zimbardo P.G., Boyd J.N. Putting time in perspective: A valid reliable individual-differences metric. *Journal of Personality and Social Psychology*. 1999. Vol. 77. № 6. P. 1271–1288.