

УДК 316.1 : 355.8

## ЦІННІСНО-СЕНСОВІ ОРІЄНТИРИ ЦІВІЛЬНИХ, ЯКІ ПРОЖИВАЮТЬ У ЗОНІ АКТИВНИХ БОЙОВИХ ДІЙ

**Штанько Ірина Іванівна**

системна сімейна психологиня, фахівчиня терапії усвідомленням,  
консультантка із логотерапії, співзасновниця і керівниця  
центру розвитку сім'ї «Синтез», м. Нікополь

**Анотація.** Довготривала війна в Україні несе з собою чисельні наслідки, які впливають на всі сфери людського життя: соціальну, економічну, політичну, культурну, демографічну, медичну, психологічну тощо. На тлі цих подій страждання і випробування проживають усі українці незалежно від того, де вони мешкають, що позначається на стані їхнього психічного та фізичного здоров'я, здатності ефективно функціонувати, продовжувати жити. В цій статті увага спрямована на цивільних, що проживають у зоні активних бойових дій. Люди, які з тих чи інших причин прийняли рішення не полишати свої домівки попри всі випробування – постійна небезпека для життя, щоденні втрати і поранення серед цивільних, руйнування житла, інфраструктури, підприємств і разом із тим загроза втрати роботи, економічні труднощі, складнощі в роботі закладів медицини й освіти – за часи війни навчилися не тільки виживати, долаючи всі негаразди, а й бути корисними, що проявляється в постійній підтримці фронту, військових і цивільних мешканців. Постає запитання: як їм це вдається? На думку автора дослідження, саме феномен людського духу, описаний австрійським психіатром, психотерапевтом, філософом Віктором Франклом, проявляється сьогодні в сенсовому виборі цих людей і в їхньому житті.

У цій статті представлені дослідження внутрішніх ресурсів, котрі сприяють підвищенню стійкості, витримки і життєвих сил у людей у ситуації небезпеки під час війни, а також чинників, що вплинули на прийняття рішення у цивільних продовжувати життя в зоні активних бойових дій. Дослідження проводиться в межах методу логотерапії В. Франкла – терапії, орієнтованої на сенс. Досліджуються

якості людини, які підсилюють здатність витримувати виклики життя, ціннісно-сенсові аспекти, а також фактори, що сприяють процесу посттравматичного зростання.

**Ключові слова:** самодистанціювання, самотрансценденція, сенс, сила духу, універсальні цінності.

## VALUE-SENSORY ORIENTATIONS OF CIVILIANS LIVING IN THE ZONE OF ACTIVE COMBAT OPERATIONS

**Shtanko Iryna**

systemic family psychologist, specialist in mindfulness therapy,  
logotherapy consultant, co-founder and head  
of the family development center «Synthesis», Nikopol.

**Abstract.** The long-term war in Ukraine has numerous consequences that affect all spheres of human life: social, economic, political, cultural, demographic, medical, psychological, etc. Against the background of these events, all Ukrainians, regardless of where they live, experience suffering and trials, which affects their mental and physical health, ability to function effectively, and continue to live. Special attention, in the opinion of the author of the article, should be paid to the population living in the zone of active hostilities. People who, for one reason or another, decided not to leave their homes, despite all the trials - constant danger to life, daily losses and injuries among civilians, destruction of housing, infrastructure, enterprises and, at the same time, the threat of losing their jobs, economic difficulties, difficulties in the work of medical and educational institutions - during the war learned not only to survive, overcoming all the hardships, but also to be useful, which is manifested in the constant support of the front, military and civilian residents. The question arises: how do they manage this? According to the author of the study, it is the phenomenon of the human spirit, described by the Austrian psychiatrist, psychotherapist, philosopher Viktor Frankl, that is manifested today in the meaningful choice of these people and in their lives.

This article presents research on internal resources that contribute to increasing resilience, endurance and vitality in people in a situation of danger, during war, as well as factors that influenced the decision of civilians to continue living in an active combat zone. The research is conducted within the framework of the method of logotherapy by V. Frankl - a therapy focused on meaning. The study examines the qualities of a person that enhance the ability to withstand life's challenges, value-meaning aspects, as well as factors that contribute to the process of post-traumatic growth.

**Keywords:** self-distancing, self-transcendence, meaning, strength of spirit, universal values.

## 1. Вступ

Війна є одним з найсильніших стресогенних факторів, які тільки може пережити людина. Втрати життя, здоров'я, рідних і близьких людей, домівки, майна, руйнації інфраструктури, виробничих підприємств та інші ушкодження, розрив зв'язків, розпад сімей, переміщення, економічні, моральні, матеріальні труднощі – це те, що переживають наразі громадяни України. Війна, що продовжується на території нашої країни локально вже 11-й рік і 4-й рік повномасштабного вторгнення, несе з собою неосяжний вплив не тільки на всі сфери життя в Україні, а й розповсюджується далеко за її межі, на території сусідніх і не тільки держав [7]. Масштаби війни в Україні з 2022 року набули величезних розмірів. Війна не тільки зачепила життя майже всіх областей держави, а й збільшила лінію зіткнення, яка наразі складає 3200 кілометрів, а інтенсивні бойові дії ведуться на ділянці протяжністю 1200 кілометрів, що збільшує чисельність цивільного населення, яке проживає в прифронтових зонах, у зонах активних бойових дій. Життя в зазначених зонах супроводжується постійними небезпеками: загрози фізичному існуванню людей, руйнування житла й інфраструктури, ушкодження та інші труднощі в роботі підприємств впливають на зменшення кількості робочих місць, що тягне за собою економічні, соціальні, побутові труднощі, спричиняють зміни в психічному, фізичному і ментальному здоров'ї населення, потребують особливої уваги в питаннях пошуку ресурсів, які сприятимуть підвищенню стійкості та здатності долати перешкоди, поратися з труднощами і негараздами життя.

## 2. Аналіз досліджень і публікацій

Вплив війни на стан людей досліджувався як вітчизняними, так і міжнародними фахівцями в галузі фізичного та психічного здоров'я. С. Миронюк, Г. Слабкий, О. Щербінська, В. Білак-Лук'янчук у своїх дослідженнях аналізують наслідки війни з РФ для громадського здоров'я у регіонах, які є тимчасово окупованими та знаходяться у зоні активних бойових дій. Ця робота констатує, що наслідки війни є комплексними і включають медико-

демографічні, соціально-економічні та поведінково-біологічні аспекти життя [5]. Проведене міжнародне дослідження С. Есбіт, А. Каїм, Ш. Кімхі та ін. визначає, як рівні надії та страждань, пов'язані з тривалою російсько-українською війною, відображають психологічний вплив труднощів і розглядаються як показники здатності долати труднощі. Дослідження підкреслює зв'язок між психологічними факторами, такими як індивідуальна та суспільна стійкість, моральний дух, відчуття небезпеки та сприйняття загрози безпеці, з рівнями надії та лиха. Ці дослідження доводять, що розвиток індивідуальної та суспільної стійкості, поряд із зміцненням морального духу, може служити ключовими стратегіями для посилення надії та зменшення лиха за часів несприятливих ситуацій [7]. Прагнення до сенсу та загальний психологічний стан цивільних, що не змінювали місце проживання з початком війни в Україні, вивчалось вітчизняними психологами О. Самарою, О. Коваленко. Таке дослідження дозволило дійти висновку, що екстремальні обставини і стан можуть стати можливістю для знаходження нового сенсу і мети [8]. Також Н. Фільковська, В. Чернобровкін досліджували чинники прийняття рішення про невиїзд із зони бойових дій мешканцями України [11].

Нами було досліджено внутрішні ресурси цивільних, що проживають у зоні активних бойових дій, з метою визначення морально-етичних, вольових і мотиваційних чинників, які сприяли прийняттю рішення продовжувати життя в зоні активних бойових дій, а також сприяють підвищенню стійкості і здатності витримувати негаразди. Такі здатності описуються в концептах логотерапії й екзистенційного аналізу. Логотерапія спрямована на допомогу людям знайти свій голос у світі. Повага до гідності та цінності кожної особи сумісні з трьома стовпами логотерапії: свобода волі, свобода до сенсу та сенс життя. У пошуках сенсу також включено пошук універсальних цінностей. Для прийняття правильних рішень потрібна базова довіра до цих універсальних цінностей. «Хороші рішення» – це ті, які виходять за межі задоволення власних потреб і включають інших. Воля до сенсу та пошук сенсу орієнтовані на знаходження цих універсальних цінностей, які «мають сенс».

У самому серці питання про сенс життя – довіра до того, що у будь-якій ситуації ми можемо жити відповідно до універсальних цінностей [4]. На думку автора статті, саме засади логотерапії, такі як тривимірна модель особистості, духовна складова особистості, духовні якості людини, які описали в своїх роботах В. Франкл та його послідовники Е. Лукас, Дж. Фабрі, А. Батіані, Т. Пурійо, здатні сьогодні допомогти тримати виклики і випробування війни, що випали на долю українців. Відчуваючи резонанс із одною з недавніх публікацій Т. Пурійо під назвою «Чому Україна потребує логотерапії?», де він зазначає: «У такий час логотерапія пропонує не лише терапію, а й шлях до надії та гідності. Вона відкриває бачення життя, в якому сенс і мета можливі навіть серед глибокого болю й страждань, і де кожна людина може сказати: «Мое життя все ще має сенс, і я можу обрати, як його прожити» [13], ми маємо ще більше натхнення в цій роботі, адже неодноразово повертаємося в своїх роздумах і до теми мотивації вибору, і досліджуючи ресурси, що підвищують стійкість і витримку людей. Новизна дослідження полягає в розкритті саме духовної складової та ціннісної сфери людей, що проживають у зоні активних бойових дій, визначені впливу універсальних цінностей на прийняття рішення жити в зоні активних бойових дій, а також як ці складові виступають як внутрішні ресурси за обставин соціально-побутових, економічних і безпекових негараздів.

### **3. Мета та завдання**

У статті поставлено за мету дослідити сутність внутрішніх ресурсів людини, які дозволяють стійко витримувати довготривалі стреси, пов'язані з прямою загрозою життю, а також намагатися максимально вирішувати щоденні життєві завдання: жити, працювати, народжувати та виховувати дітей, розвиватися, підтримувати воїнів ЗСУ і мирних мешканців, що проживають поряд і потерпають від війни, а також дослідити ключові чинники, які вплинули на свідоме прийняття рішення продовжувати жити в зоні активних бойових дій, у ситуації постійної загрози для життя. Дослідження проводилося серед мешканців, що проживають на території активних бойових дій – м. Нікополь Дніпропетровської обл.,

яке від початку повномасштабного вторгнення армії РФ в Україну знаходиться на відстані 4 км від зони тимчасово окупованої території м. Енергодар і ЗАЕС (Запорізької атомної електростанції) і перебуває під щоденними обстрілами з червня 2022 року, а також в напрузі від можливої небезпеки, пов'язаної з аварійним станом ЗАЕС. Дослідження проводилось в період із серпня по вересень 2025 р.

Для досягнення визначеної мети були поставлені такі завдання.

1. Проаналізувати теоретичну базу з логотерапії й екзистенційного аналізу, що стосується таких понять, як сенс життя, види сенсу, сила людського духу, цінності, що впливають на вибір, самодистанціювання, самотрансценденція, відповідальність, надія.

2. Дослідити чинники і цінності, що сприяли прийняттю рішення залишитися жити в зоні активних бойових дій (або повернутися після виїзду), в щоденній небезпеці, а також здатність бачити в цьому сенс.

3. Дослідити внутрішні ресурси людини та їхні прояви у повсякденному житті, які не тільки сприяють стійкості, витримці, а й зростанню особистості через розвиток духовних якостей.

### **4. Матеріали та методи**

У дослідженні використано кількісний та якісний аналіз, що дозволило ширше і глибше дослідити зазначену тему. Теоретична частина дослідження реалізовувалася шляхом аналізу літератури, статей і доповідей засновника логотерапії В. Франкла та його послідовників щодо розуміння структури особистості, ціннісно-сислової сфери, а також особливу увагу було приділено саме розвитку духовних можливостей.

Для кількісного й якісного дослідження були складені опитувальник і чек-лист запитань для глибинного інтерв'ю. Опитування проводилось в онлайн-форматі за допомогою Google Forms. В опитуванні на основі добровільності й анонімності взяли участь 293 мешканці, які проживають на території міста з моменту повномасштабного вторгнення і нікуди не виїжджали або виїжджали ненадовго та повернулися, або періодично виїжджають та повертаються, вікова категорія 18 -

60+. Опитувальник містить 19 запитань, що дозволили з'ясувати вік, стать, освіту, зайнятість, терміни перебування в місті, а також шкали, що виявляють ключові фактори в прийнятті рішення залишитись у місті, оцінки свого стану, факти та ставлення респондентів щодо наявності взаємної підтримки та допомоги (фізичної, психологічної), власного відчуття щодо внутрішньої сили та сенсово-ціннісні чинники, а також особисту оцінку щодо відчуття внутрішніх змін. Опитувальник містить 2 відкриті запитання, що дають можливість розгорнутої відповіді. Це дозволило отримати більш глибокі індивідуальні відповіді на запитання: що вас тримає в найважчі моменти та як би ви описали головну зміну, яка відбулася у вас за цей час? В інтерв'ю взяли участь 15 осіб, що мешкають в Нікополі, які не виїжджали або виїжджали та невдовзі повернулись, або періодично виїжджають і повертаються в місто. Інтерв'ю проводилось в форматі індивідуальної очної бесіди, яка займала 1-1,5 години в спокійній, неспішній обстановці, що дозволяло глибше розкрити сутність ставлення респондентів до обговорюваної теми. Запитання інтерв'ю стосувалися також мотивів вибору, ставлення до ситуації, взаємної підтримки між жителями міста, оцінки власного стану, внутрішніх ресурсів, усвідомлення внутрішніх змін, пов'язаних із ситуацією, а також наявності надії, погляду у майбутнє. Процес інтерв'ювання був досить гнучким залежно від стану та потреб респондентів, що пов'язано з чутливістю, вразливістю та делікатністю тем, що обговорювались.

## 5. Результати

Серед 293 респондентів 85,3% – жінки, 14,7% – чоловіки. Вік респондентів – 18-25 – 4,5%; 26-35 – 15,8%; 36-45 – 29,6%; 46-60 – 35,7%; 60+ – 14,4%. Освіта: 62,2% мають вищу освіту, 22% – середню спеціальну, 12% – середню, 3,8% – інше. Зайнятість респондентів: 55,5% – працюють на підприємствах і в організаціях міста, 18,2% – підприємці та самозайняті особи, 15,4% – доглядають за рідними (діти, люди похилого віку, особи з інвалідністю), 6,8% – навчаються, 6,2% – тимчасово без роботи, 4,1% – волонтери. 57% з опитаних проживають у місті постійно, з моменту повномасштабного вторгнення нікуди не

виїжджали, 31,3% – виїжджали, але невдовзі повернулись, 11,7% – періодично виїжджають – повертаються.

На запитання: «Що стало ключовим у вашому рішенні залишитись у місті незважаючи на щоденні обстріли?» можна було обрати кілька варіантів. 54,3% дали відповідь, що вірять, що їхнє місце тут; 51,2% – через відчуття відповідальності за близьких; 18,2% – через те, що відчувають потребу допомагати іншим; 16,5% – через потребу чинити опір ворогу; 16,5% – через складність або неможливість виїзду; а 22% – через страх залишити звичне місце.

На запитання: «Що зміцнює вашу рішучість залишатися навіть під загрозою?» на внутрішню силу або совість спираються 53,8% респондентів; вірять у вищий сенс свого перебування тут 37%; відчувають обов'язок перед містом, країною – 16,1% респондентів; приклад інших зміцнює рішучість у 13,4% респондентів; 30,5% визначають інші причини.

Оцінюючи, як змінився стан після прийняття рішення жити в зоні активних бойових дій, 28,1% відповіли, що стали сильнішими; 41,8% відмічають, що відчувають втому; 17,5% відчувають страх; 8,9% не відчувають змін; 3,8% – інше.

Незважаючи на зміни в стані, 32,8% допомагають іншим фізично або підтримують емоційно, морально – щодня; 18,1% – кілька разів на тиждень; 46,1% – коли можуть і лише 3,2% – майже ніколи.

На запитання «Що мотивує допомагати іншим у ці складні часи?» можна було обрати кілька варіантів. Опитувані відповіли так: 64,3% через співчуття, 54,6% спонукає совість, 34,4% – рушійною силою назвали відповідальність, почуття обов'язку – 21,6% і 9,3% – приклади інших. При цьому у відповідь на запитання: «Чи відчуваєте ви, що підтримка інших людей або їхній життєвий приклад додає вам сил?» 53,9% відповіли «так», 34,8% – «частково» і лише 11,3% – «ні».

Цікаві результати були отримані у відповідь на запитання «Чи відчуваєте ви посилення внутрішньої сили (духу, волі) з початком війни?» 34,6% вважають, що так, вони стали сильнішими, 33,2% – вважають це посилення частковим, залежно від ситуації (що в сумі складає 67,8%), при цьому 18,2% скаржаться на втому і зневіру, а 14% – вагаються у відповіді (рис. 1)



Рис. 1. Чи відчуваєте ви посилення внутрішньої сили (духу, волі) з початком війни?

Ще більше підтвердження зростання сили духу виявилось у відповіді на запитання «Чи був у вас момент, коли вам довелося долати свій страх задля когось або чогось більшого?» Тут 79,8% (!) дали ствердну відповідь і лише 7,2% відповіли «ні», а 13% – не пам'ятають таких моментів (рис. 2).

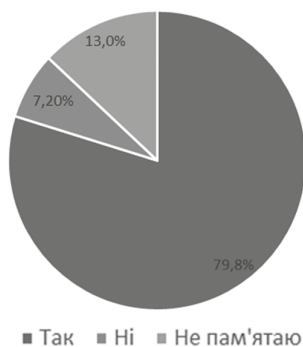


Рис. 2. Чи був у вас момент, коли довелося долати свій страх задля когось або чогось більшого?

Також важливими були відповіді на запитання «Чи стали ви більше думати про істинні цінності, про життя, смерть?» Більшість – 67,5% стверджує, що так, 21,6% – частково, і лише 11% не відмічають таких думок всередині себе. Додатково розкривається ціннісна складова у відповідях на запитання «Чи змінилось у вас щось на глибшому рівні за часів повномасштабного вторгнення?» Так, 70,6% респондентів відмічають, що змінилися їхні цінності, 36,9% – що відкрили в собі нові сили, 34,5% – що стали глибше розуміти себе, лише 8,5% не відчувають ніяких змін.

Найцікавішими, на думку автора дослідження, стали запитання про усвідомлення сенсів. «Чи допомагає вам відчуття сенсу (або вищої мети) триматися в умовах постійної небезпеки?» 50,7%

респондентів відповіли – так, і 37% – частково, що становить 87,7% від опитаних. 12,3% відповіли «ні» (рис. 3).

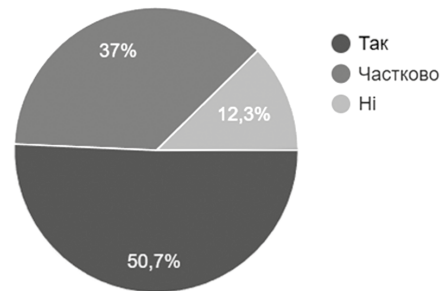


Рис. 3. Чи допомагає вам відчуття сенсу (або вищої мети) триматися в умовах постійної небезпеки?

Наступне запитання глибше розкриває сенсову складову: «Що саме дає вам відчуття сенсу життя зараз?» Тут також можна було обрати кілька варіантів. 81,6% відповіли, що це діти, сім'я. 38,9% – робота, волонтерство, можливість донатити, 36,9% – любов до рідного міста. 18,4% – стверджують, що це віра, релігія, 6,8% – служіння людям і 15,7% – інше.

Ще два відкриті запитання, які дали змогу ширше розкрити тему сенсів і внутрішнього зростання в опитуваних. На пропозицію описати те, що тримає в найважчі моменти, найбільш поширені відповіді: сім'я, діти, родина, близькі люди, а також віра в перемогу, віра в ЗСУ, необхідність підтримувати воїнів, надія на краще, відчуття власної причетності до спільної справи, бажання бути корисним, відчуття себе як частини рідної землі, рідного міста, відповідальність, підтримка, жага до життя, розвиток власних здібностей, гумор. Лише 1% від опитуваних відмітили безпорадність, злість, відсутність підтримки.

Описуючи головну зміну, яка відбулась за час повномасштабного вторгнення, більшість респондентів відмічають зміну цінностей: стали більше цінувати життя в моменті, його маленькі радості, відчувають власне зростання, силу, сміливість, рішучість, віру в себе, національну гідність, значно менший відсоток (близько 9%) серед власних змін відмічають погіршення стану: втому, слабкість, погіршення здоров'я, недовіру, знервованість, байдужість.

Ще однією частиною дослідження було глибинне інтерв'ю. Проводилось як неспішна бесіда (тривалістю 1-1,5 години) в атмосфері підтримки і довіри, з налаштуванням на індивідуальні особливості респондента, враховуючи його стан, емоції, рівень довіри. Це дало інтерв'юеру можливість проявити більше гнучкості, ставити додаткові запитання, сприяло виявленню «невидимих» аспектів, допомогло відчутти людину «зсередини», виявити не лише факти, а й переживання, підводило до розкриття особистісного сенсу, сутнісних цінностей, ставлення до страждань і труднощів, дозволило дослідити глибокий емоційний і духовний вимір. Цей метод добре підходить саме до спілкування з вразливими групами в кризових ситуаціях, під час війни й якнайкраще до досліджуваної теми. За результатами інтерв'ю виділилися кілька тем, які дали змогу описати сутність духовної складової людей, їхню ціннісно-сенсову сферу, сенси, які відкриваються, внутрішні зміни, які сприяють особистісному зростанню, наявність надії та бачення майбутнього. Ось ці теми:

1. Усвідомлення ситуації, в якій перебуває людина і її вплив на особистість на рівнях фізичному, психічному і духовному.

2. Усвідомлення внутрішніх і зовнішніх ресурсів, що дають змогу витримувати небезпеку й інші труднощі, пов'язані з життям у зоні активних бойових дій.

3. Ключові чинники в прийнятті рішення жити в зоні активних бойових дій.

4. Прояв духовних складових, свідомих і несвідомих (інтуїція, совість), а також об'єктивних духовних цінностей (доброта, правда, краса) і абсолютної святої цінності – любові.

5. Сенси, що відкрилися в ситуації проживання війни: сенс творчості, сенс переживання, сенс ставлення.

6. Внутрішні зміни та надбання як ознаки зростання.

7. Наявність надії, бачення майбутнього.

Опис результатів інтерв'ю надано стисло, адже матеріали, отримані в цьому дослідженні, варті стати частиною життєпису українців у часи війни. Тут багато болі і водночас краси людського духу. За результатами інтерв'ю видно, що нікопольці переживають досить інтенсивні небезпеки цілодобово: небезпечно пересуватися

містом через постійні атаки дронів, небезпечно знаходитись і в приміщенні через неочікувані прильоти, адже коротка відстань від місця здійснення артобстрілів не дозволяє застосовувати попередження про загрозу артобстрілу. Кожен вибух – це подія, яка може статися будь-якої миті, атаки й артобстріли відбуваються цілодобово. Самі агресори цинічно називають Нікополь «Полігон-1», бо по ньому відпрацьовуються бойові навички застосування артилерії та дронів. Кожен із респондентів, як і кожен мешканець міста, за час війни вже був безпосереднім свідком прильотів, руйнувань, поранень, загибелі. «Це, звичайно, страшно, коли все горить, все руйнується... Ми врятувалися лише тому, що встигли (після першого прильоту поряд) вибігти і сховатись у підвал» (респ. 1), «Я сьогодні дуже злякалася, бахнуло, я аж підскочила. Що робити? Чи дітей у коридор...» (респ. 2), «... коли дрон прилетів... (залетів просто у вікно квартири), великий стовп пилу, в мене почало горіти на кухні, я кажу: «Так, Тіма, я – гасити пожежу, ти дзвониш по службах 102, 103» (респ. 7), «Це жах, це занадто близько до моєї сім'ї відбувається... І ми живемо в цьому жаху кожного дня» (респ. 9), «Ми потрапили під обстріл, дивом залишилися живі...» (респ. 11), «Страшно, коли ці «гради» летіли над моїм будинком і я чула цей рев... у мене, чесно, отак трусулися ноги...» (респ. 12), «Буває страшно, коли це дуже поруч» (респ. 13).

Люди намагаються осмислити, що відбувається, назвати, здійснити внутрішнє опрацювання: «Довго не плакала, а тепер почала плакати» (респ. 2), «Тривоги багато стало» (респ. 3), «Коли почалися масовані дронні атаки, почала відчувати сильну напругу» (респ. 4), «Ми розуміємо, що це така рулетка для нас усіх...», «Я розумію, що в якомусь сенсі це мій особистий ад, те, що я наразі переживаю» (респ. 7). Можна бачити процес дистанціювання, описаний у логотерапії: «Є якась внутрішня сила: я сьогодні померла, завтра як фенікс відродилася» (респ. 10), «... потрібно уявляти себе воїном, коли ти їдеши на наслідки обстрілів, і потрібно їх боятися, бо коли немає зовсім страху, то це також погано, але треба бути зібраним і знати, що тобі потрібно робити, щоб ти врятував і своє життя, й когось із оточуючих.

(респ. 11). Дистанціювання до духовного виміру відбувається і завдяки гумору, він допомагає людині піднятися над власною складною ситуацією, даючи можливість розглядати себе більш об'єктивно [1, с. 111], часто це буває «чорний» гумор. «Якесь таке почуття гумору, і, знаєте, таке жорстке. За собою помітила, що останнім часом починаю з цими дронами розмовляти: В них що там? Там що, люди не втомлюються гатити?» (респ. 7), «О, з доставкою додому...» (респ. 13) (коли прилетіло у двір, де живе рятувальник). У деяких інтерв'ю розкривається позиція прийняття: «Втому відчуваю, іноді навіть виснаженість, іноді страх, іноді розпач. І я прийняла оце все так, якби я не знала, що може існувати інакше. І тому я тікаю від дронів, я розумію небезпеку, але я намагаюся жити максимально нормальним життям» (респ. 10). «Те, що руйнується – і життя, і сім'ї, і домівки, – це прийняття того, що за війну таке буває. І це можливе з тобою, і ти можеш лишитися домівки, ти можеш лишитися життя, ти можеш бути у будь-якій із тих ситуацій, в яких стали люди, але це – сприйняття моменту, що зараз саме так. І в цьому треба жити... Це випробування передусім» (респ. 13).

Стійко переживати страждання дозволяє прагнення шукати «чому» і «для чого» жити. Відчуття волі до сенсу може бути викликане лише коли сам сенс – це щось суттєво більше, ніж просто самовираження [1, с. 122]. Те «для чого» звучить у кожному інтерв'ю, дуже часто з'являються думки саме про спільну справу, про взаємну підтримку, де респонденти говорять про важливість бути корисними, про важливість справ, якими займаються, при чому здебільшого це не індивідуальні справи, а спільні з групою, колективні. Коли мотивація людини виходить за межі вдоволення її власних потреб і бажань, у логотерапії це називається самотрансценденцією. «Самотрансценденція означає, що об'єкт орієнтації поза собою є чимось, у чому приховано щось, що відповідає надлюдським цінностям і сенсу, логосу» [6, с. 194]. «Сильніше за втому відчував неодноразово такі відчуття, що якісь надможливості тобі даються для того, щоб ти зміг реалізувати те, що ви всі гуртом задумали» (респ. 14), відчуття єднання з іншими:

«Розуміння того, що ти такий не один, тому що все одно є люди, які розділяють все це» (респ. 7), прагнення піклуватися про інших, співчувати: «Підтримувала свій колектив, щоб вони... духом не падали, вони ж щодня приходили шити (шили амуніцію для військових). Я була їм за це вдячна... Що зі мною на той момент відбувалося, я навіть не можу сказати. Може, мені також було страшно, але мені хотілось якось їх підбадьорювати кожен день. Це, мабуть, і мене тримало. Якась згуртованість виникла, в цій згуртованості я відчула силу в собі, що я можу, і я повинна, якщо вони будуть, то я повинна триматися. Як керівнику це дає силу. Ну а як людині... я потім приходжу додому і буває таке, що плачу. І плачу не тому, що мені важко, а просто, мабуть, від того, що люди такі віддані...» (респ. 12). Окреме місце займають роздуми й обговорення філософських тем, наприклад, про життя, смерть: «Я відчула опорну силу смерті, але в цьому багато сенсів можна знайти... (респондентка працювала з сім'ями загиблих воїнів). Це така частина життя, про яку слід пам'ятати, давати їй повагу, з повагою з'являються сенси. В Нікополі цього більш ніж достатньо. Це про втрати, але й про цінність» (респ. 4). «Самотрансценденція є центральною духовною можливістю. Її символічно можна описати як катапульта, яка змушує людину перекидатися через усі перешкоди, яка дозволяє кинути виклик усім тим умовам, які мають тенденцію обмежувати свободу втілювати свою волю до сенсу» [6, с. 204-211]. «Коли було мені дуже погано (коли втратила чоловіка), я не знала, як з цього виплутатися, такий біль... І усвідомила, потрібно допомагати, бути серед суспільства, бути потрібним, необхідним і ти трішечки з цього викарабкаєшся» (респ. 8). Часто в інтерв'ю звучить тема відповідальності. «Бути людиною – це бути свідомим своєї відповідальності. Відповідальність розглядається, за Франклом, як сутність існування людини» [6, с. 91]. «Це як у родині: бути разом у горі та в радості» (респ. 1), «Коли є справи... є на сьогоднішній план, і, мабуть, оце відчуття відповідальності, що робити треба роботу, воно якось перекриває страх. Мене ці постріли, дрони не зупиняють» (респ. 12), «Парадоксально, але сили підніматися і йти на роботу дає саме

думка про те, що я зараз буду робити. Навіть коли ти на роботі дуже втолився, є відчуття такої гідно прожитої доби. Зранку ти прокидаєшся, навіть коли не дуже виспаний, але з радістю ідеши і знаєши, що до тебе прийдуть ті, кому потрібна допомога. І ти з радістю себе віддаєш цьому процесу» (респ. 13).

Вивчаючи мотиви, що стали ключовими під час прийняття рішення жити в місті, де ведуться активні бойові дії, або повернутися сюди після виїзду в більш безпечне місце, дослідження дало змогу виділити такі чинники.

Відчуття свого місця, своєї місії. «В мене відчуття: це мій дім, моя сила, тут мої корні, моїх батьків. Тут місто моєї бої і моєї сили. Відчуття своєї місії. Вночі я чую, як шумить завод, а значить, життя продовжується. І якщо є життя тут, значить, є життя і в Дніпрі, і в Києві і так далі. В нас тут таке місце енергетичне! Я лишилася за покликком своєї душі» (респ. 2), «Дом, сила, впевненість... Спокій. Якщо я тут зараз, маю це пройти. Є мій шлях, який я маю пройти. Є речі, на які я не можу вплинути, і маю це пройти. Це мій дім. І це не про квартиру. Це про місце. Це моє місце. Мені правильно бути тут, будувати, допомагати чим можу...» (респ. 5), «У нас таке місто, воно багате історією, козачеством... Так, у нас кожна вуличка, кожний клаптик історичний, він такий цікавий» (респ. 8), «Я дійсно пишаюся тим, де зараз я знаходжусь, що робить мій чоловік, як ми всі стоїмо, навіть не рятувальники і військові, а як стоять звичайні люди. Я бачу багато дуже вмотивованих, які дуже люблять своє місто» (респ. 9), «Ми ніколи не збирались звідси від'їжджати, я відчувала, що саме тут буде добре... Вдома їй стіни допомагають» (респ. 15).

Відповідальність перед рідними. «Чоловік, донька сказали: ми нікуди не поїдемо, я з ними» (респ. 2), «Обов'язки. Старі батьки, хворі родичі» (респ. 3), «Я вибрала бути разом з чоловіком (він рятувальник ДСНС» (респ. 9), «Ми з чоловіком розмовляли, що він не поїде, він не військовий, але свій будинок не покине, буде захищати, волонтерити, ремонтує автівки для захисників. А як це – мій чоловік не поїде, а я поїду?» (респ. 11).

Бажання бути корисним. «Чим жінка може допомогти? Жінки – це також руки... все, що можуть робити чоловіки – ми також можемо робити» (респ. 1), «Своєю працею я хочу бути корисною тут і зараз. Я можу тут бути корисною і не тільки роботою, а й підтримкою, присутністю, своєю енергією» (респ. 2), «А куди подіти тих дітей, за яких ти несеш відповідальність, що з ними буде? Ну я маю на увазі нашу справу, хотілося б бути корисним» (респ. 13), «Ми тут живемо, ми тут стоїмо на своїй землі, ми працюємо, платимо податки, а це дозволяє триматися місту і країні в цілому» (респ. 15).

Відчуття єдності з захисниками, бажання їх підтримувати. І це дуже схоже на зухвалу силу людського духу, описану В. Франклом, де, перевершуючи навіть свої власні уявлення про себе, про свої можливості, людина здатна брати свою долю у власні руки, наперекір несприятливим зовнішнім умовам та обставинам, і водночас зростати як особистість за межі своїх попередніх можливостей [6, с. 204-216]. «Якщо я виїду, я втрачу це відчуття своєї єдності, що я частина тих, хто стоїть, хто захищає» (респ. 1), «Хлопці на фронті, вони стоять... у них є тільки одне завдання: тримати оборону... (плаче). Ми дуже всі хочемо перемоги, (знову плаче) я тепер розумію, що це, можливо, буде зрада з моєї сторони, тому що... Перемога – це колективна робота – фронт і тил. А якщо всі повиїжджають?» (респ. 7), «З 2014 я волонтерила разом із чоловіком, після його загибелі треба продовжувати його справу. В перші дні війни, коли окупували Енергодар, я отримала зброю, серед 60 чоловіків я була одна жінка. Місяці 3 в мене був автомат, набої, після роботи я йшла вартувати на берег Каховського водосховища... А потім ці всі хлопці з тероборони пішли на фронт... За цей час (з 2022) ми об'їздили всі точки, немає ні одного місця на фронті, де б ми не були, де б не було наших нікопольців...» (респ. 8), «Я волонтерила, безкоштовно ходила на фабрику «Катруся», десь 2 місяці, відшивали Нікополь, на ТРО. Нам за це нічого не платили, взагалі нічого, ні продуктами, нічим, працювала, шила. Потім почала шити дома сама, потроху приєднувалися до мене дівчата, і ми шили, шили, шили. І так було десь ще два місяці.

Ми просто продовжували, працювали, волонтерили... до мене чоловіки приходили за платиновками, розвантажувальниками. І в основному молоді хлопці. І коли я їм віддавала ці речі, розуміла, куди ми їх збираємо, це дуже важко, це така допомога була, але це не вважається допомогою. Це просто якийсь був обов'язок – відшити, просто хлопцям віддати» (респ. 12), «Мій чоловік – волонтер, він багато робить і для захисту міста, і задля допомоги ЗСУ» (респ. 15).

Бажання чинити опір, що також можна назвати проявом зухвалої сили духу, зростанням. «Зухвала сила людського духу є потенціалом самовдосконалення. І шляхом його активації людина переступає свої теперішні межі» [6, с. 216]. «В мене ніколи не буде триколон тіліпатися! Якщо що, будемо партизанити. Я ніколи по життю не здаюсь. Я бунтар» (респ. 1), «Треба буде підносити гранати, я буду підносити» (респ. 2), «Наш такий дієвий внесок у те, щоб показати, що ми свого не віддамо. Це, мабуть, моя впертість» (респ. 7), «Є така тактика військова, що навмисно залякують народ, щоб вони виїхали, тоді їм краще і ліпше зайти. Тому стоїмо...» (респ. 8), «Усвідомлення того, що ти – частина того опору, того супротиву, який зараз тримає вся наша держава. Ну звісно, в першу чергу, хлопці на передовій» (респ. 9), «Я це відчуваю: на зло ворогам, тобто не дочекаєтесь, як такий протест, як протистояння проти того, що вони намагаються нас звідсіля викурити» (респ. 10), «Ми активно займалися питаннями оборони міста... однозначно це є частиною опору 100%» (респ. 14).

Бажання підтримувати тих, хто поряд. «Діти, – якби у нас тут не було страшно, тяжко: загибелі, і молоді, і дорослих, і руйнування, постійні стреси, – але вони хочуть додому, вони хочуть саме тут знаходитися, бо тут їхня родина, тут все, що для серця. Коли ми кудись їдемо з дітьми (це діти загиблих або зниклих без вісти), якась нова країна, я кажу: «От ми туди їдемо і дивимося, що там у них таке класне, ми це привнесемо до себе у Нікополь. Колись ви станете директорами заводів, мерами міст, ви будете нашу країну. І саме ви повинні брати для нас як приклад». А як повертаємося додому, хтось обов'язково скаже: «От ти везеш їх у війну, залишайся

тут». Діти кажуть: «Ні, ми їдемо додому, у нас там батьки» (респ. 8).

Заглиблюючись у спостереження за своїм внутрішнім процесом, майже кожен із респондентів констатує наявність відчуття якоїсь більшої сили, ніж він знав у собі раніше. І це може свідчити про усвідомлення духовної складової особистості. «Раніше цієї сили чи не було потреби проявлятися, чи не знав її в собі, але це щось навіть більше, ніж я сам. І, можливо, ця сила – сила предків чи сила духу чи щось таке» (респ. 13). Сильніше за втому відчував неодноразово, що якісь надможливості тобі даються». (респ. 14), «Сила... Я б ніколи не подумала, що я така сильна. Я знала, що я сильна, але що така сильна. Ніколи б не подумала» (респ. 9), «Стала сильнішою. Набула також навички терпіння, витримки. Раніше б, мабуть, піддалася цьому хаосу, а зараз ні, зараз я маю витримку» (респ. 12), «Ми будемо тут продовжувати вирощувати і виноград, і квіти під снарядами, бо це наш дух» (респ. 15).

Серед духовних можливостей окреме місце займає тема любові. «Любов – це остаточна й найвища мета, до якої повинна прагнути людина» [10, с. 50]. Т. Пурйо в своїх роботах відзначає вроджену здатність людини до любові, спираючися на філософські засади М. Шеллера, надаючи місце любові у духовній несвідомості як абсолютній цінності або святій цінності. Так, у нашому дослідженні розкривається тема любові і краси як відкриття, що відбулося саме в цей важкий період, де люди переживають труднощі, випробування. І це не тільки до близьких або рідних. Респонденти говорять про любов до міста, до його людей, навіть зовсім не знайомих. «І любов – це дуже велика сила насправді. От я думаю, що любов – це щось таке... це якась велика енергія, яка просто може проходити повз нас, але вона набагато більше. Коли я приїхала, мною рухало кохання до чоловіка і бажання бути з ним. Але не любов до свого міста і не любов до своєї країни... Для мене це було таке відкриття: я їхала, я думала, тут взагалі повний мрак. А тут, виявилось, світять найсильніші люди. Їх так добре зараз видно. Я відкрила для себе, що і любов теж на це впливає. Коли ти любиш, коли краса – це теж любов. І коли ти бачиш цю красу і любиш її, то зовнішній світ дуже змінюється. Можна жити десь в найкрасивішому місті, але якщо

в твоїй душі і голові буде мрак, то ти не будеш бачити там красу і любов. А можна жити в Нікополі під щоденними обстрілами і бачити дуже багато краси, сили, любові, підтримки, незламності» (респ. 9). Можна сказати, що той, хто любить, показує світові все найкраще з того, що він любить. Він бачить найкраще раніше, ніж воно починає проявлятися в житті [12]. «Ти на цю дитину починаєш дивитися саме з любов'ю і дивитися, що вона може бути краща. І вона є насправді краща. І через цей прояв любові ти відчуваєш, що ти сам зростаєш і в своїх очах також. І, така справа, що і дитина міняється, не швидко, але ти розумієш, що вона міняється не сама по собі, а що ти міняєшся, дивлячись на неї. До цього я не цінував таких своїх почуттів, не замислювався над тим, як можна якісно жити. І коли ти даєш більше кращого навколо, життя стає кращим» (респ. 13). У таких висловлюваннях вбачається не тільки осмислення духовних цінностей, а й одночасно відкриття сенсів. Ми можемо віднайти цей сенс у житті трьома різними шляхами: а) займаючись справою або творчістю; б) досліджуючи щось або зустрічаючи когось і в) обираючи власне ставлення до неминучих страждань [12]. Вказані вище цитати з висловлювань респондентів яскраво описують сенс переживання, до яких можна додати й таке: «Мене надихає... погляд у небо. Я хочу побувати в різних куточках міста. Я хочу йти додому і ловити краплини дощу» (респ. 2), «Їздила до Запоріжжя до друзів, і там я відчуваю, що я цілююся об цілі будинки, будинки, в яких немає побитих вікон, зашитих в USB-профілі. Я кажу: можу тут стояти і дивитись, для мене це якась така цілюща сила» (респ. 4). Також ми вже не раз у цитатах вище читали висловлювання про сенс творчості, коли людина вбачає сенс у своїй роботі, в справі, яку вона робить і яка водночас її тримає, допомагаючи переживати труднощі і небезпеки. «І я ще бачу у цьому свій сенс дуже великий, у мене є проект, свій власний, в якому я хочу відтворювати теперішнє» (респ. 9). Навіть у таких, здавалося б, буденних поглядах на своє життя ясно проглядається сенс, що відкриває дорогу в далеке майбутнє, з твоїми «золотими слідами» і це схоже на віднайдення остаточного, кінцевого сенсу

життя: «Ви знаєте, нема такого: я повинна, я потрібна, і якщо не я, то хто? Ну якось, ну нема такого. Я живу, я виконую свою роботу. В нашій редакції наразі троє людей. Один військовослужбовець, другий був у полоні понад два роки, і я розумію, що нас мало. На цей час редактор у відпустці, а оператор наш захворів. І ось я одна, а мені потрібно... І коли ти знаєш, що якщо не ти, то цього ніхто не зробить, то якось відпадають уже всі ці питання... Ми кажемо на роботі, ми створюємо хроніки воєнного життя, які будуть дуже цінними потім» (респ. 11). «Якщо колись мої внуки мене спитають: «Бабуся, що ти робила?», я відповім: «Я робила те, що я могла: навчалася, навчала, працювала, платила комунальні послуги, донатила, збирала пробки, пляшки, діти малювали малюнки військовим, плели обереги. Я робила все, що я могла» (респ. 7). Виділяється також сенс ставлення. І ось важливе усвідомлення: приймати виклик, бути сильними – кожен з нас вибирає так само, як можна обрати і роль жертви. «Приймати цей виклик. Такий шлях самурая. Коли приймаєш виклик, то воно якось і силу дає більше. А коли ти одягаєш роль або маску жертви, то це теж вибір. Але з цим жити набагато важче» (респ. 9), «Просто такий складний турбулентний період. Тобто такий процес, його треба прожити» (респ. 14), «Був період, коли я дуже злилася на кацапів, коли я відчувала оці обмеження (жити між двох стін, не виходити на двір), коли я не могла жити своє повне життя. Я злилася на них, наче вони це у мене відбирали. А потім я зрозуміла, що ніхто не зможе в мене забрати щось, якщо я сама з цим не погоджусь. Я наче повернула собі суб'єктність. Я зрозуміла, що вони ніколи не зможуть мене відчувати цю обмеженість. Я буду жити своє повне життя» (респ. 15).

Серед змін, які респонденти називають як власні надбання за часів війни, також багато прикладів особистісного зростання й усвідомлення своєї духовної складової з її ціннісно-сенсовими аспектами. Наведені нижче слова респондентів свідчать про відкриття сенсів як основної зміни, найціннішого надбання. «Насправді я вважаю себе дуже щасливою людиною, якій пощастило мати кохану людину, мати дитину, роботу – справу, яку я люблю, я це дуже ціную» (респ. 9), «Я не могла собі

навіть уявити, що в війну у мене буде стільки можливостей, розвиватися, писати, їздити до Києва навчатися» (респ. 11). Про відчуття щастя як «додаткового бонусу» В. Франкл наголошував неодноразово в своїх роботах. «Щойно людина знаходить сенс свого життя, вона не тільки стає щасливою, але також здобуває здатність впоратися зі стражданнями» [12]. «Я стала спокійнішою. Головне те, що треба слухати себе, йти за собою» (респ. 5), «Всупереч усьому все одно планувати своє життя залежно не від суспільної думки, а від своєї думки, тому що все одно тобі влаштовувати своє життя. Не здаватися, не відступати від свого і вірити, що все рано чи пізно закінчиться. І бути чесним перед своєю совістю» (респ. 7), «Все керується любов'ю. Ще я знаю, якщо робити добро, бути чесною, тоді легше жити» (респ. 5), «Це радість, що ти можеш комусь допомогти. Я нічого не віддаю такого, що робить мене меншим або слабшим. Ти просто ділишся чимось і комусь це допомагає» (респ. 13), «У мене змінилися цінності. І я рада тому. Це одно з позитивного, що я винесла. Мої зміни. Вони відбиваються на моїх дітях. Пройти з гідністю, пояснювати дітям. Я пояснювала сину, що я хочу лишатися людиною, що воюють політики, а наші воїни захищають. Я не хочу, щоб мій син виховувався в ненависті, прагнув творити зло» (респ. 5), «Усвідомлення цінності самого життя. Ти можеш жити, у тебе є руки, ноги, голова і ти можеш просто жити, дихати, споглядати, слухати, чути. Просто цінність самого життя» (респ. 10).

Важливою складовою є віра в майбутнє, яка дає сили сьогодні. Кожен із респондентів щиро ділився своїми думками і мріями про майбутнє, і в цей час їхні обличчя світилися яскравими променями надії, де «Нікополь став центром туризму, щоб відродилася промисловість металургійна, щоб людина праці була в пошані» (респ. 2), «Україна перемогла, щоби наша нація збереглася» (респ. 14), «Наблизитися до того душевного стану, коли ти просто безтурботно можеш ходити» (респ. 10), «Пестити онуків. Розвивати місто, моя мрія – це відбудувати стару частину міста» (респ. 8), «...більше доброти, людяності один до одного, більше сприйняття один одного, поваги до чужої думки і поваги до особистості як такої.

Ми один одного маємо дуже-дуже цінувати і поважати і дійсно ставитись... як до найдорожчої людини» (респ. 10).

### Обговорення

Ці опитування показують, що ключовим для прийняття рішення лишатися жити в зоні активних бойових дій для більшості респондентів була впевненість, що їхнє місце тут, відчуття своєї місії, а також відчуття відповідальності за близьких. Менша, але значима частина респондентів відчуває потребу допомагати іншим і чинити опір ворогу. І лише невеличка частина респондентів відмічає страх покинути звичне місце або неможливість виїхати. Рішучість залишатися навіть під загрозою збільшується завдяки внутрішній силі і голосу совісті у більш ніж половини опитаних, також більше третини вірять у вищий сенс свого перебування тут, майже чверть із опитаних зміцнюють свою рішучість завдяки відчуттю обов'язку перед містом і така ж кількість респондентів відчуває підсилення завдяки прикладу інших. Незважаючи на втому і страх, які відмічає більшість опитаних, підтримку і допомогу знайомим і незнайомим надають (щоденно, або кілька разів на тиждень, або за можливості) майже всі респонденти, що свідчить про високий рівень згуртованості в громаді. Мотивами щодо надання допомоги більшість респондентів називає співчуття, совість, відповідальність. Також, незважаючи на втому і страхи, більшість респондентів відмічає, що стали сильнішими, і свідчать, що переживали моменти, коли довелося долати страх заради когось або чогось більшого, що вказує на прояв сили духу. Найбільш однакові відповіді респондентів у тому, що триматися в умовах постійної небезпеки допомагає відчуття сенсу. Це відчуття надають діти, сім'я, робота, улюблена справа, волонтерство, можливість донатити і любов до рідного міста, а також віра, релігія. Зміну цінностей відмічають 90% опитаних, а також зміни, що відбулися всередині: респонденти відчувають, що стали сильнішими, відчували свою внутрішню силу, глибше стали розуміти себе, що можна визначити як особистісне зростання. Результати глибинного інтерв'ю проявляють внутрішню силу, стійкість, рішучість, витримку, завдяки яким люди долають

страх, втому і продовжують робити свою справу, незважаючи на постійну небезпеку. З відповідей респондентів можна виділити таку внутрішню роботу: дистанціювання, самоспостереження, самоаналіз, усвідомлення своїх переживань, застосування гумору, що дозволяє піднятися над ситуацією від страждань до духовного виміру і спрямувати свою енергію на допомогу іншим, на свою роботу, на можливість бути корисним. З позиції логотерапії ці результати свідчать про самотрансценденцію, прояв зухвалої сили людського духу. Серед мотивів не полишати місто в інтерв'ю виділились відчуття свого місця, своєї місії; відповідальність перед рідними, бажання бути корисним, відчуття єдності з захисниками, бажання їх підтримувати, чинити опір ворогу, а також бажання підтримувати місто та його жителів. Результати опитування узгоджуються з результатами інтерв'ю в тому, що більшість респондентів відмічають власне внутрішнє зростання через переоцінку цінностей, відмічають цінність любові, цінність духовного над матеріальним, цінність краси, добра, чесності, цінують свою людську гідність, визначають національну гідність, більше слухають голос совісті, проявляють співчуття, повагу, вдячність. У логотерапевтичних засадах це свідчить про усвідомлення свого духовного виміру. Дослідження проявило також усвідомлення важливості сенсового життя, в кожному інтерв'ю ми чуємо про сенс творчості, або переживань, сенс ставлення виявляється в здатності обирати свою позицію до страждань і труднощів, які змушені переживати респонденти. Надія і бачення свого майбутнього, де реалізуються заповітні мрії та далекоглядні плани, надихає і надає енергії переживати випробування війни.

#### **Обмеження дослідження**

Дослідження має певні обмеження, пов'язані з вибіркою, яка спиралася лише на мешканців одного міста (Нікополь), що знаходиться в зоні активних бойових дій.

#### **Перспективи подальших досліджень**

У той самий час ці обмеження відкривають і нові можливості: дослідження може бути розширене і проведене в інших

прифронтових містах, у різних областях країни.

**Практичне значення** цього дослідження проявилось в тому, що сам процес дослідження (опитування та бесіди), за відгуками респондентів, стали цілющими, сприяли усвідомленню власних внутрішніх ресурсів, усвідомленню внутрішньої сили, дозволили зробити ревізію своїх цінностей, відкинути неважливе, побачити головне. Багато учасників дякували за можливість взяти участь у такій роботі. На цій основі можна дійти висновку, що обговорення, бесіди, інтерв'ю на тему сенсів, цінностей, духовних здібностей, всього, що включає в себе логотерапія, є цілющим і сприяє особистісному зростанню.

#### **Висновки**

Отримані результати дослідження свідчать, що в ситуації випробувань і труднощів, спричинених війною, цивільні люди, що залишилися жити в зоні активних бойових дій, виявляють опору саме на духовну складову особистості, про яку пише в своїх роботах В. Франкл. Перевершуючи самі себе, завдяки зухвалій силі людського духу, люди, що живуть у ситуації постійної загрози життю й інших труднощів, не тільки набули більшої витримки і стійкості, а й проходять шлях духовного й особистісного зростання. Опитування і глибинне інтерв'ю виявили, що прийняте рішення залишитися жити у зоні активних бойових дій – це здебільшого не страх покинути домівку, не бажання зберегти своє майно, не фіксація на ролі жертви, а свідомий вибір, мотивований почуттям гідності, відповідальності, совістю, вірою, що моє місце тут, потребою допомагати іншим, підтримувати ЗСУ, чинити опір ворогу. Це свідомо прийняте рішення знайшло своє продовження в тих діях, справах і підтримці, завдяки яким і через які люди ще більше згуртувалися, відчули більшу силу і всередині себе, і в цій згуртованості, відкрили в собі ті духовні можливості, про які більшість із них навіть не підозрювала. Це проявилось в співчутті, добрих справах і любові не тільки до рідних, а й до міста, і до людей, що його наповнюють. Відчуття внутрішньої сили, відчуття щастя, і внутрішньої радості від свого внеску в спільну справу, розуміння корисності тієї

роботи, яку виконують, свідчить про те, що в цих випробуваннях і ситуації страждань люди відкривають сенси, що є рушійною силою і головною мотивацією, описаною в логотерапії В. Франкла. Загалом, результати цього дослідження підтвердили припущення автора про те, що мотивацією цивільних, що лишаються в зоні активних бойових дій, є прагнення «тримати стрій», чинити опір ворогу, гідно відповідати на виклики долі і лишатися людиною, спираючись на універсальні цінності. Ці прояви є не тільки внутрішньою силою духу, а й джерелом для підкріплення цієї сили. Такі висновки узгоджуються з тими засадами, на яких ґрунтується логотерапія. І тут хочеться згадати: «В повній мірі людина стає собою лише тоді, коли не помічає, забуває сама себе. Готовність певної людини піклуватися про когось іншого більше, ніж про власні потреби, була для В. Франкла неодмінною ознакою її душевного здоров'я» (Е. Лукас) [13].

Дослідження підтвердило: людина, що спирається на універсальні цінності, орієнтована на сенс, виявляє високий рівень відповідальності, здатна переносити важкі життєві випробування, довготривалі стреси. Додатково дослідження показало, що сенс-орієнтована терапія – логотерапія – це те, що є важливим і потужним ресурсом, на який можливо спиратися українцям за часів, коли їхня нація проходить випробування і вирішується питання її збереження. Застосування логотерапії як терапії сенсами і терапії, що підсилює духовні можливості допоможе багатьом українцям пройти своє випробування гідно, залишаючись людиною навіть у найважчі часи.

### **Фінансування**

Дослідження проводилося без фінансової підтримки.

### **Використання засобів штучного інтелекту**

В дослідженні і написанні статті III не використовувалася.

### **Доступність даних**

Дані будуть надані за обґрунтованим запитом.

### **Етичні засади проведення дослідження**

Дослідження було здійснено з дотриманням необхідних етичних вимог, відповідно до діючих законодавчих вимог щодо захисту персональних даних. Участь у дослідженні добровільна. До участі залучалися лише повнолітні респонденти. Кількісне дослідження проводилося анонімно. Перед початком якісного дослідження кожен респондент був поінформований про мету, зміст і процедуру дослідження, конфіденційність і добровільність надання відповідей. Респонденти мали право припинити або відмовитися від продовження бесіди на будь-якому етапі.

Конфіденційність і анонімність забезпечена шляхом вилучення особистих даних, імена змінені на коди, результати дослідження подані в узагальненому вигляді, що унеможливує ідентифікацію. Обробка даних проводилася із дотриманням поваги до людської гідності кожного респондента. Враховувався високий ступінь вразливості учасників, які мають травматичний досвід. Дані зберігаються у захищених електронних сховищах із обмеженим доступом.

### **Література**

1. Віктор Франкл. (2025). Відчуття втрати сенсу. Виклик психотерапії та філософії. Пер. з англ. К. Гребеннікова. Дніпро: Арт-Прес. 240 с.
2. Галаган Л., Чала Н., Константинова В., Луценко А. Проект за підтримки Alfred P. Sloan Foundation. Збереження науковців в умовах війни та надзвичайних ситуацій, січень, 2024.
3. Лукас Е. Франкл і Бог. (2024). пер. Виноградова М. ООО ТД «Никея». 2020. 224 с.
4. Маршалл Е., Маршалл М. (2024). Логотерапія в тезах. Пер. з англ. В. Лелеко. Черкаси: «ІнтролігаТОР». 168 с.
5. Миронюк С., Слабкий Г. О., Щербінська О. С., Білак-Лук'янчук В. Й. Ужгородський національний університет, Національний університет охорони здоров'я України імені П. Л. Шупика, м. Київ. Наслідки війни з російською федерацією для громадського здоров'я України. 2022. DOI: <https://doi.org/10.30841/2708-8731.8.2022.273291>

6. Пурйо Т. (2023). Духовні можливості логотеорії Віктора Франкла. Пер. з англ. Черкаси: «ІнтролігаТОР». 248 с.
7. Саймон Есбіт, Аріель Каїм, Шауль Кімхі, Даля Банскаускайте, Марія Баран, Томаш Баран, Анатолі Косчуг, Йоханнан Ешель, Саломе Думбадзе, Манана Габашвілі, Джордж Джіглау, Кшиштоф Каніасті, Аліса Кубова, Хадас Марікано, Рената Маткевичене, Маріус Матіческу, Микола Назаров, Дмитро Теперік, Ніно Кочіашвілі, Брурія Адіні. Надія та горе: міждержавне дослідження на тлі російсько-української війни. 2025. <https://doi.org/10.1002/smi.70033>
8. Самара О. Є., Коваленко О. І. Динаміка прагнення до сенсу серед українців під час повномасштабної війни. Габітус. 2024. Випуск 68. С. 200-203 DOI <https://doi.org/10.32782/2663-5208.2024.68.33>
9. Слюсаревський М., Чуніхіна С., Найдьонова Л. наук. ред. Матеріали Всеукраїнського круглого столу (7 квітня 2022 року), Національна академія педагогічних наук України, Інститут соціальної та політичної психології, Асоціація політичних психологів України. Київ: Талком, 2022.
10. Фабрі Дж. Б. (2024). Прагнення до сенсу: Віктор Франкл, логотерапія і життя. Пер. з англ. Т. Середняк, Ю. Середняк. Дніпро: «Середняк Т. К.». 202 с.
11. Фільковська Н. Чинники прийняття рішення про невиїзд із зони бойових дій мирними мешканцями України. 2023.
12. Франкл В. (2023). Людина в пошуках справжнього сенсу. Психолог у концтаборі. Пер. О. Замойська. «КСД». 160 с.
13. Чому Україні потрібна логотерапія [https://viktorfranklblog.wordpress.com/2025/09/04/why-ukraine-needs-logotherapy/?fbclid=IwdGRjcAMmmuJjbGNrAya0mV4dG4DYWVtAjExAAEehnkIQfXhD6bhBeVOpMN2Lilryr3ZDxZbfDwgLrwn20\\_jX0Wy6XUV1syFzLY\\_aem\\_dr3RJ5\\_leiOGSeoIWHNaQ](https://viktorfranklblog.wordpress.com/2025/09/04/why-ukraine-needs-logotherapy/?fbclid=IwdGRjcAMmmuJjbGNrAya0mV4dG4DYWVtAjExAAEehnkIQfXhD6bhBeVOpMN2Lilryr3ZDxZbfDwgLrwn20_jX0Wy6XUV1syFzLY_aem_dr3RJ5_leiOGSeoIWHNaQ)