

Рябовол Тетяна Анатоліївна,
старший науковий співробітник,
Інституту психології імені Г.С.Костюка НАПН України,
м. Київ, вул. Панківська 2, тел: 0674067935
rta2008@ukr.net
<https://orcid.org/0000-0001-9769-6742>

Часова перспектива як предиктор життєвих стратегій підлітків в умовах війни та соціальної нестабільності.

Анотація. В статті вказано, що сучасні соціальні трансформації, спричинені системною кризою та безпековими викликами, докорінно змінюють умови становлення особистості. У старшому підлітковому віці цей вплив виявляється через деформацію часової перспективи, яка стає ключовим предиктором вибору життєвих стратегій. Ситуація хронічної невизначеності змушує молодь переглядати підходи до планування, зміщуючи акценти з довгострокового розвитку на тактичне виживання.

Психологічна природа життєвої стратегії полягає у здатності інтегрувати досвід минулого та конструювати образ майбутнього. Проте тривала психотравма призводить до дезінтеграції цієї структури, викликаючи стан екзистенційної порожнечі. Часто спостерігається фіксація на фаталізмі, де віра у власну суб'єктність замінюється відчуттям безпорадності перед обставинами. Зовнішній локус контролю стає перешкодою для саморегуляції, перетворюючи підлітка на пасивного учасника подій.

Аналіз адаптивних моделей дозволяє виокремити кілька типів ставлення до життєвого шляху у старших підлітків сьогодні. Найбільш стійкими є особистості з активно-проектувальною стратегією, які сприймають труднощі як ресурс для зростання. Водночас поширеною є рефлексивна амбівалентність, коли прагнення до успіху гальмується внутрішньою тривогою та страхом помилки. Ситуативна адаптація через орієнтацію на момент забезпечує тимчасову стабільність, але обмежує можливості стратегічного самовизначення. Найбільш вразливою залишається група, схильна до уникання, для якої майбутнє позбавлене контрольованості.

Важливим стабілізуючим чинником виступає залучення особистих цілей у соціальний контекст, зокрема через ідею суспільного відновлення. Це дозволяє подолати відчуття безнадії та сформуванню проактивну позицію. Отже, попри високий рівень напруги, більшість підлітків зберігають здатність до цілепокладання. Психологічна допомога має фокусуватися на відновленні цілісності часової перспективи та розвитку навичок саморегуляції в умовах невизначеності.

Ключові слова: часова перспектива, життєва стратегія, ціннісні орієнтації, ціннісно-смилова сфера, мотивація, цілепокладання, планування прогнозування, розвиток особистості.

Time's Perspective as a Predictor of Adolescents' Life Strategies under Conditions of War and Social Instability

Abstract. The article states that contemporary social transformations caused by systemic crises and security challenges fundamentally alter the conditions of personality development. In late adolescence, this influence manifests through the deformation of time perspective, which becomes a key predictor of life strategy choices. The situation of chronic uncertainty forces young people to reconsider approaches to planning, shifting the focus from long-term development to tactical survival.

The psychological nature of a life strategy lies in the ability to integrate past experience and construct an image of the future. However, prolonged psychological trauma leads to the disintegration of this structure, causing a state of existential emptiness. A fixation on fatalism is often observed, where belief in one's own agency is replaced by a sense of helplessness in the face of circumstances. An external locus of control becomes an obstacle to self-regulation, turning the adolescent into a passive participant in events.

The analysis of adaptive models makes it possible to distinguish several types of attitudes toward life paths among older adolescents today. The most resilient are individuals with an active-projective strategy, who perceive difficulties as a resource for growth. At the same time, reflective ambivalence is widespread, when the desire for success is inhibited by internal anxiety and fear of making mistakes. Situational adaptation through moment-oriented behavior provides temporary stability but limits opportunities for strategic self-determination. The most vulnerable group remains those prone to avoidance, for whom the future appears uncontrollable.

An important stabilizing factor is the integration of personal goals into a social context, particularly through the idea of social recovery and reconstruction. This helps overcome feelings of hopelessness and fosters a proactive position. Thus, despite the high level of tension, most adolescents retain the capacity for goal setting. Psychological support should focus on restoring the integrity of time perspective and developing self-regulation skills under conditions of uncertainty.

Keywords: time perspective, life strategy, value orientations, value-semantic sphere, motivation, goal setting, planning and forecasting, personality development.

УДК 159.922.8:159.923

Часова перспектива як предиктор життєвих стратегій підлітків в умовах війни та соціальної нестабільності.

Постановка проблеми. Сучасні соціальні трансформації, зумовлені безпековими, політичними та економічними викликами, суттєво впливають на процес становлення особистості. У ситуації соціальної нестабільності, яка

супроводжується переживанням невизначеності, загроз та обмежених можливостей планування майбутнього, особливої актуальності набуває проблема формування життєвих стратегій молодих людей. Саме у старшому підлітковому віці відбувається активне становлення системи життєвих орієнтирів, формуються ціннісні пріоритети, розвивається здатність до усвідомленого планування власного майбутнього та прийняття рішень щодо життєвого шляху.

Важливим психологічним чинником, що визначає спрямованість життєвого вибору та характер поведінкових стратегій особистості, є часова перспектива. Вона відображає специфіку сприйняття людиною минулого, теперішнього та майбутнього, визначає особливості осмислення життєвого досвіду, постановки цілей і прогнозування подальших подій. Збалансована часова перспектива сприяє формуванню активної життєвої позиції, розвитку мотивації досягнення та здатності до конструктивного планування майбутнього. Натомість її порушення або деформація призводять до звуження горизонту планування, зниження суб'єктивного контролю життєвих подій та формування неадаптивних поведінкових стратегій.

В умовах соціальної нестабільності вплив часової перспективи на життєві орієнтири підлітків набуває особливого значення. Переживання тривалих кризових подій, зміни життєвого середовища, підвищений рівень тривожності та невизначеності можуть трансформувати уявлення молоді про власне майбутнє, впливати на систему цінностей і визначати характер життєвих стратегій. У таких умовах особливої уваги потребує дослідження психологічних механізмів, що забезпечують збереження здатності підлітків до перспективного мислення, планування та конструювання власного життєвого шляху.

Попри значну кількість досліджень, присвячених проблемі часової перспективи особистості, питання її ролі у формуванні життєвих стратегій підлітків в умовах соціальної нестабільності залишається недостатньо висвітленим. Особливо актуальним є вивчення зв'язку між особливостями сприйняття часу, мотиваційними установками та ціннісними орієнтаціями сучасних підлітків, що визначають їхню готовність до активного життєвого самовизначення.

Саме тому **метою статті** стало висвітлення дослідження впливу часової перспективи та інших психологічних особливостей, що впливають на формування життєвих стратегій підлітків в сучасних умовах війни та соціальної нестабільності.

Аналіз останніх досліджень. Сучасне концептуальне поле досліджень життєвих стратегій особистості в умовах системної кризи, спричиненої війною, дедалі частіше фокусується на часовій перспективі як ключовому регуляторі поведінки. Аналіз останніх досліджень [1,2,4] дозволяє констатувати, що тривала ситуація психотравми негативно впливає на здатність як підлітків, так і дорослих конструювати цілісний життєвий шлях. Оскільки нині війна зумовлює стан психотравми практично у кожного, то для

значної більшості населення нашої країни, притаманні порушення часової перспективи. Життєві стратегії дорослих в цих умовах вимагають аудиту наявних психічних ресурсів та їх перерозподілу для підтримки ментального здоров'я. На відміну від дорослих, у яких стратегії більше залежать від здатності інтегрувати травматичний досвід у нову систему смислів [4], у підлітків порушується формування базової довіри до соціальних інститутів. Емпіричні дані [4, 5] підтверджують, що відсутність чіткої майбутньої перспективи (безнадійність, відсутність сенсу) є критичним фактором ризику для обох вікових груп, однак у підлітків це частіше призводить до девіантної поведінки та емоційної дерегуляції.

У контексті підліткового віку дослідження 2025 року [4] демонструють тривожну тенденцію до дезінтеграції часової структури «минуле – теперішнє – майбутнє». Основними маркерами трансформації життєвих стратегій молоді нині є:

- зсув від стратегій розвитку до стратегій виживання. Замість планування «як будувати завтра», домінують копінг-стратегії «як прожити сьогодні»;
- викривлення ціннісних орієнтацій – відбувається перехід від довгострокової самореалізації до ситуативно-рятивних пріоритетів (безпека, збереження);
- гіпертрофована орієнтація на теперішнє проявляється або у формі відчуття безпорадності перед долею, що зафіксовано у понад 60% опитаних підлітків [4], або у формі імпульсивного гедонізму як способу емоційної регуляції;
- фіксація на негативному минулому – травматичний досвід стає предиктором соціальної дезадаптації, викликаючи румінації та депресивно-тривожні стани.

Отже, якщо виживання – це реактивний спосіб адаптації до критичних умов з метою збереження життя, то розвиток є проактивним процесом, спрямованим на формування нової системи смислів та гармонійну інтеграцію особистості в майбутнє.

Життєва стратегія особистості розглядається у психології як відносно стійка система уявлень, цілей, цінностей і способів їх реалізації, що визначає спрямованість життєвого шляху людини. Вона відображає особливості усвідомлення індивідом власного життєвого досвіду, оцінювання наявних можливостей та прогнозування майбутніх подій. Формування життєвої стратегії пов'язане із здатністю особистості до саморегуляції, постановки довгострокових цілей та вибору моделей поведінки, які забезпечують їх досягнення.

У підлітковому віці процес формування життєвої стратегії набуває особливої інтенсивності, оскільки саме в цей період активізується становлення самосвідомості, розвиток рефлексії та формування системи ціннісних орієнтацій. Підлітки починають осмислювати власне майбутнє, визначати життєві пріоритети, співвідносити особисті прагнення з

соціальними вимогами та очікуваннями. У цьому контексті життєва стратегія виступає своєрідною психологічною моделлю майбутнього, яка визначає характер життєвих виборів, ставлення до труднощів та способи досягнення поставлених цілей.

Саме через часову перспективу відбувається інтеграція життєвого досвіду та формування уявлень про можливі сценарії подальшого розвитку. Проаналізуємо як особливості часової перспективи впливають на вибір та формування життєвих стратегій підлітками.

Орієнтація на майбутнє сприяє розвитку активних життєвих стратегій, пов'язаних із плануванням, постановкою цілей і прагненням досягнення. Натомість домінування негативного досвіду минулого або зосередження на нестабільному теперішньому може зумовлювати формування адаптаційних або унікальних стратегій поведінки. В умовах соціальної нестабільності, коли підлітки стикаються з підвищеним рівнем невизначеності та обмеженими можливостями прогнозування майбутнього, життєві стратегії можуть зазнавати суттєвих трансформацій. У таких обставинах особливої ваги набуває здатність молодих людей зберігати перспективне бачення власного життя, формувати реалістичні цілі та знаходити ресурси для їх реалізації.

Орієнтація на фаталістичне теперішнє є однією з поширених ознак дезінтеграції часової перспективи у сучасних підлітків, які перебувають в умовах війни. Ще Ф.Зімбардо писав [5], що цей стан характеризується такими основними ознаками як: «віра в долю», коли підлітки схильні вважати, що події в їхньому житті зумовлені зовнішніми обставинами, а не власними зусиллями; відчуття безсилля, коли виникає стан психологічної безпорадності перед обставинами; зовнішній локус контролю, коли відбувається перекладання відповідальності за своє життя на зовнішні чинники; переконання «від мене нічого не залежить» – повна зневіра у здатності впливати на власне сьогодення чи майбутнє.

Отже, фаталізм виступає критичним чинником, що руйнує механізми саморегуляції та соціальної відповідальності, перетворюючи підлітка з активного суб'єкта власного життя на пасивного учасника подій, схильного до ризикованих і деструктивних дій. Дослідження показують[], що фаталістичне ставлення до життя часто супроводжується несформованістю цілісної часової структури, через що підлітки відчувають труднощі із встановленням причинно-наслідкових зв'язків і не можуть прогнозувати наслідки своїх дій. Гіпертрофована орієнтація на теперішнє задоволення під час війни є специфічною реакцією психіки на умови системного виживання, коли звичні механізми планування життя руйнуються під тиском психотравми.

Травматичний досвід війни є причиною глибокої деформації ціннісної сфери підлітків, що виявляється на декількох рівнях і безпосередньо пов'язана з порушенням їхньої часової перспективи. Згідно з результатами досліджень 2024-25 років [2, 3, 4], можна виділити такі ключові аспекти цієї

трансформації як: зміщення пріоритетів у бік виживання: на культурно-нормативному рівні відбувається переорієнтація з цінностей, спрямованих на майбутнє (самореалізація, отримання освіти), на ситуативно-рятивні цінності, такі як безпека та збереження ресурсів. Пріоритет «як будувати завтра» замінюється вимушеним фокусом на тому, «як прожити сьогодні». За ним іде формування «ситуативної моралі»: через розрив часових конструктів підлітки часто втрачають стабільні моральні орієнтири. Це призводить до того, що етичні норми стають гнучкими залежно від обставин, що підвищує ризики агресії та порушення соціальних норм. В той же час відбувається руйнування системи соціальних норм: психотравмувальні переживання (втрата близьких, руйнування звичного світу, постійна небезпека) призводять до дезорганізації особистісних структур. Руйнується базова довіра до соціальних інститутів (родини, школи, держави), що ускладнює прийняття загальноприйнятих суспільних цінностей. Травма призводить до знецінення майбутнього та втрати смислів, через фрагментацію сприйняття життя, тому підлітки відчують труднощі у конструюванні образу позитивного майбутнього. Це породжує дефіцит майбутньої перспективи, який супроводжується відчуттям безнадії та фразами «не бачу сенсу», що нівелює цінність тривалого планування та особистісного росту. Значній частині підлітків (у наших попередніх дослідженнях це понад 57%) притаманна фіксація на фаталізмі: значна частина підлітків демонструє орієнтацію на фаталістичне теперішнє, де віра в долю замінює віру у власну суб'єктність та відповідальність. У такій системі цінностей власні зусилля знецінюються, оскільки панує переконання, що «від мене нічого не залежить».

Отже, деформація ціннісної сфери є наслідком дезінтеграції часової структури «минуле – теперішнє – майбутнє», де травматичне минуле та невизначене сьогодні блокують формування конструктивної системи цінностей, необхідної для успішної соціалізації. Така фіксація на фаталізмі створює серйозні ризики для розвитку особистості, зокрема: схильність до асоціальної поведінки та делінквентності; об'єднання в девіантні групи; емоційна дерегуляція, що призводить до підвищеного ризику поведінкових порушень. Зважаючи на все сказане вище, ми розширюємо науковий погляд до меж життєвих стратегій, які формуються під впливом сприймання та ставлення підлітків до часу, найбільше притаманної їм мотивації та цінностей.

Виклад основного матеріалу дослідження. Отже, залежно від того, як підліток сприймає час, якій мотивації надає перевагу, які цінності вважає важливими, такою врешті решт і постає його життєва стратегія. Теоретичний аналіз досліджень цих чинників дозволив нам розробити концепцію типів життєвих стратегій підлітків, що виникають під впливом часової перспективи. Поєднання особливостей мотивації, часової перспективи та ціннісних орієнтацій дає кілька варіантів життєвих стратегій:

– *проектувальна стратегія*, для якої характерно: підліток бачить майбутнє, ставить цілі, має мотивацію досягнення, сприймає труднощі як

виклик. Така стратегія проявляється в інтересі та бажанні розвиватися, вірі у можливість реалізувати себе, плануванні освіти.

– **адаптаційна стратегія**, їй притаманно зосередження на сьогоденні, короткотривалі цілі, прагнення стабільності. Проявляється у орієнтації на безпеку, гнучкості поведінки, прагненні зберігати психологічну рівновагу.

– **стратегія уникання**, найхарактерніші її ознаки: домінує уникнення ризику, страх помилок, занижена віра у власні можливості. Проявляється у відкладанні рішень, униканні складних завдань, спрощених життєвих планів та очікуваннях.

– **ретроспективна стратегія** оснований на зацікненні на минулих подіях, знеціненні нинішнього чи ймовірного майбутнього порівняно з минулим; найчастіше проявляється ностальгією або постійним переживанням втрат, труднощами планування майбутнього, низькій життєвій активності. Типологізація ґрунтується на поєднанні трьох ключових параметрів: особливостей часової перспективи (минуле, теперішнє, майбутнє), домінуючого мотиваційного вектора (досягнення/уникнення) та емоційно-регулятивних характеристик (рівень тривожності, ставлення до невдачі, невизначеність).

Емпіричне дослідження часової перспективи як предикту формування життєвих стратегій підлітків стало логічним продовженням наших попередніх теоретичних розвідок. Саме для дослідницьких задач нами було розроблено спеціальні опитувальники, які поєднували в собі питання про особливості життя підлітків у часі: їхнє сприйняття минулого, теперішнього, майбутнього, а також мотивацію, цінності та сенси. Під час розробки опитувальників враховувалися як психічні особливості сучасної молоді так і наявність освітніх втрат, через кілька років пандемії та війни.

Опитувальник **«Твоє ставлення до часу»** спрямований на виявлення того, як людина інтегрує свій досвід та формує життєві цілі. Опитувальник складається з 20-ти тверджень. Респонденти оцінювали свій ступінь згоди за 5-бальною шкалою Лікерта. Структура інструментарію охоплює чотири ключові блоки: рефлексія минулого, орієнтація на теперішнє, перспектива майбутнього та смисложиттєві орієнтації. Дана методика дозволяє провести комплексний аналіз часової перспективи та оцінити якість ціннісно-орієнтованого проживання теперішнього моменту особистістю.

Інший опитувальник **«Твій шлях у часі: цілі, зусилля та ризики»** було застосовано з метою аналізу психологічного стану особистості через призму мотивації. Він виявляє, як кризові умови та майбутні перспективи впливають на впевненість людини у власних силах та її здатність діяти наполегливо, або ж зупинятися через страх перед помилками. Структура інструмента охоплює оцінку поведінки індивіда у двох часових вимірах: під час активної фази війни та в очікуваний період мирного відновлення. Учасникам пропонується визначити власну готовність до ризику, постановки амбітних цілей та особистісного зростання, попри зовнішні загрози. Опитувальник має такі шкали: мотивація та активність у теперішніх умовах,

страх невдачі та ризик зараз, майбутнє та повоєнна перспектива, страхи щодо них, загальна стратегія (успіх чи уникнення невдач).

Результати емпіричного дослідження. Опитування проводилось серед учнів 10-х класів Таращанського академічного ліцею «Ерудит». Проаналізовано результати 34-х відповідей.

Спочатку респонденти оцінювали своє сприйняття часу та життєвих цілей. Аналіз результатів опитування вказує на те, що минуле займає значне місце у свідомості опитаних, однак ставлення до нього є неоднозначним і поєднує як позитивні, так і негативні аспекти. До рефлексії минулих подій схильні 15 (44,2%) респондентів, вони часто думають про минуле, тоді як 19 (55,8%) учнів роблять це час від часу. Для значної частини опитаних минуле виступає ресурсом самопізнання: 14 підлітків (41%) вважають, що воно допомагає зрозуміти власну ідентичність, тоді як інші 20 опитаних 58,9% займають нейтральну позицію.

Водночас минулий досвід є джерелом внутрішньої підтримки майже для половини респондентів, і тільки 6 учнів з опитаних не погоджуються з цим твердженням, що свідчить про загалом позитивну інтеграцію минулого досвіду. Разом із тим, для половини опитаних минуле пов'язане з переживанням жалю щодо попередніх подій. Питання вимог до себе для сучасних підлітків є не надто гострим: 9 (26,5%) респондентів відчують труднощі у пробаченні власних помилок, тоді як 14 учнів (40,9%) зазначили, що не мають із цим суттєвих проблем. Таким чином, минуле виступає важливим елементом особистісної ідентичності та ресурсом, хоча й не позбавленим емоційної напруги.

Щодо сприйняття теперішнього, респонденти загалом демонструють здатність перебувати в моменті, хоча для більшості цей стан є нестійким і залежить від обставин. Близько 66,7% опитаних відчують себе включеними у теперішній момент, а 68,1% здатні знаходити задоволення у простих аспектах повсякденного життя. Водночас зосередженість на «тут і тепер» не є стабільною: 23 учні зазначили, що їхня концентрація змінюється залежно від ситуації.

Попри емоційну включеність у теперішнє, питання щоденної продуктивності залишається проблемним тільки для 18,2% респондентів інші ж вважають, що систематично намагаються використовувати кожен день із користю

Водночас, опитані підлітки демонструють орієнтацію на майбутнє через постановку цілей: 63,6% зазначають, що активно їх формулюють і прагнуть досягати, а 59,1%, що мають уявлення про власну життєву перспективу. Також переважна більшість респондентів (86,3%) переконані у своїй здатності впливати на майбутні події, що свідчить про сформоване відчуття суб'єктності та відповідальності за власне життя.

Разом із тим, віддалене майбутнє сприймається неоднозначно: 36,4% опитаних відчують труднощі з його уявленням, тоді як така ж частка не має подібних проблем. Емоційне ставлення до майбутнього є переважно

нейтральним у 54,5% респондентів, вони оцінюють власну тривожність як ситуативну, однак 22,7% відчують її виражено.

Важливу роль у процесі життєвого вибору відіграють внутрішні орієнтири: 59,1% опитаних зазначають, що керуються власними цінностями у складних ситуаціях, і така ж частка усвідомлює життєві смисли. Це створює основу для прийняття рішень навіть за умов невизначеності.

Аналіз смисложиттєвих орієнтацій показує, що більшість респондентів сприймають своє життя як осмислене: 63,7% та відчують його значущість, хоча частина опитаних періодично стикається з екзистенційними сумнівами, зокрема, 22,7% іноді відчують втрату сенсу. Для значної частини учасників дослідження 45,5% сенс життя пов'язаний із соціальною корисністю.

Узагальнення результатів дозволяє виокремити домінування двох типів часової перспективи – майбутньої (активної) та теперішньої (позитивної/усвідомленої). Майбутня перспектива проявляється через цілеспрямованість, віру у власний вплив і орієнтацію на досягнення, тоді як теперішня забезпечує емоційне залучення та здатність отримувати задоволення від життя. Минуле при цьому виконує допоміжну функцію, виступаючи джерелом досвіду та ресурсів, хоча частково зберігає емоційне навантаження.

Важливою особливістю є поєднання високого рівня суб'єктивного контролю з помірною невизначеністю майбутнього. Навіть за відсутності чіткої довгострокової картини респонденти зберігають переконання у власній здатності впливати на події. Це може пояснюватися опорою на внутрішні цінності та смисли, які виконують регулятивну функцію.

Отже, у досліджуваній групі спостерігається збалансований профіль часової перспективи, де провідну роль відіграє орієнтація на майбутнє, підкріплена відчуттям особистісної ефективності, тоді як теперішнє забезпечує емоційну стабільність. Віра у власний вплив виступає важливим психологічним ресурсом, що сприяє зниженню тривожності навіть в умовах невизначеності.

Подальше дослідження конкретніше стосувалося цілеспрямованості та мотивації. Аналіз відповідей на запитання опитувальника *«Твій шлях у часі: цілі, зусилля, ризики»* дозволив нам виокремити основні характеристики мотивації респондентів в умовах війни. Переважна більшість опитаних демонструє орієнтацію на досягнення: 84% прагнуть ставити нові цілі навіть у складних обставинах, а 80% вважають важливим доводити розпочаті справи до завершення. Високий рівень мотивації підтримується внутрішнім підкріпленням: 84% респондентів відчують задоволення від досягнення навіть незначних результатів. Значущими є і зовнішні стимули: 68% опитаних зазначають важливість визнання їхніх досягнень, тоді як приклад успішних інших мотивує 56%. Водночас 29,6% респондентів не мають чіткої позиції щодо ролі визнання, що свідчить про неоднозначність цього чинника.

У нашій вибірці мотивація має виражену майбутню спрямованість: 76% респондентів планують значущі цілі на післявоєнний період, а 68%

впевнені у можливості їх реалізації. Думка про відновлення країни виступає мотиваційним фактором для 56% опитаних. Це узгоджується з готовністю до підвищених зусиль: 64% респондентів зазначають, що готові працювати більше для досягнення успіху. Ставлення до ризику ми би назвали помірним: 56% опитаних готові ризикувати заради важливих цілей. Водночас серед респондентів є 16%, які відкладають справи через страх помилки, інші – ситуативно.

Попри загальну спрямованість на досягнення, у мотиваційній структурі підлітків наявні стримуючі чинники. Найбільш вираженим є хвилювання щодо можливих невдач, яке відчують 56% респондентів. Для 44% опитаних невдачі становлять загрозу для життєвих планів, у 28% – знижують впевненість у власних силах. І важливим фактором тут виступає невизначеність: у багатьох питаннях частка відповідей «важко сказати» сягає 40–56%, що вказує на стан амбівалентності. Респонденти поєднують прагнення до досягнення з обережністю у прийнятті рішень, що ускладнює формування стабільної поведінкової стратегії.

Сприйняття ризиків у воєнний період є загостреним: 32% опитаних вважають невдачу більш небезпечною, ніж у мирний час. Очікування щодо майбутнього також неоднозначні: 36% прогнозують зростання конкуренції та ризиків після війни, тоді як значна частина респондентів не має визначеної позиції. Водночас майбутнє розглядається як ресурс розвитку: 56% опитаних вбачають у ньому можливості для особистісного зростання, хоча 36% вагаються у своїх оцінках.

І все ж результати дослідження дозволяють констатувати високий рівень адаптивного потенціалу серед опитаної категорії підлітків. Незважаючи на інтенсивне психологічне напруження та стан невизначеності, що детерміновані війною, у мотиваційній структурі респондентів превалює спрямованість на досягнення успіху. Хоча актуальні ризики та побоювання можливих невдач чинять певний стримувальний вплив на активність підлітків у короткостроковій перспективі, стратегічним вектором їхньої діяльності залишається орієнтація на результат.

Про загальну готовність підлітків до подолання екзистенційних викликів свідчить той факт, що лише 12% респондентів схильні до пасивних стратегій уникнення труднощів у майбутньому. Мотиваційний профіль характеризується поєднанням цілеспрямованості, орієнтації на майбутнє, готовності до зусиль і помірного рівня тривожності, що не блокує прагнення до самореалізації та подолання викликів. А ідея відновлення держави виступає одним із ключових позитивних стимулів, який допомагає респондентам зберігати орієнтацію на успіх та планувати свій розвиток у довгостроковій перспективі.

Розрахунок інтегральних показників дозволив узагальнити мотиваційно-часові характеристики підлітків. Обробка емпіричних даних здійснювалася шляхом агрегування індивідуальних відповідей респондентів за відповідними шкалами опитувальника (мотивація досягнення, орієнтація

на майбутнє, тривожність щодо майбутнього, унікальна поведінка). Попередньо відповіді були закодовані відповідно до шкали Лікерта з приведенням до єдиного діапазону значень; для пунктів із зворотним змістом застосовано процедуру реверсивного кодування. Такий підхід дозволив узагальнити індивідуальні відмінності та виявити групові тенденції.

Встановлено, що найвищі значення має показник мотивації досягнення ($M=2.74$), що свідчить про виражену орієнтацію на активну діяльність, постановку цілей та досягнення результату. Показник орієнтації на майбутнє також є достатньо високим ($M=2.56$), що вказує на збереження перспективного мислення навіть в умовах соціальної нестабільності. Водночас і рівень тривожності щодо майбутнього є помірно підвищеним ($M=2.30$), однак не супроводжується домінуванням унікальної поведінки ($M=1.94$). Така конфігурація показників свідчить про переважання адаптивних стратегій із елементами емоційної напруженості, що має логічне пояснення в умовах війни.

На основі узагальнення результатів емпіричного дослідження ми виокремили типи мотиваційно-часових стратегій опитаних підлітків. Тож домінуючою групою (39%) у нашій вибірці є підлітки з **активно-орієнтовані на майбутнє** (адаптивний тип). Характеризується вираженою мотивацією досягнення, наявністю цілей, вірою у власний вплив на майбутнє та готовністю докладати зусиль. Представники цього типу демонструють сформоване відчуття суб'єктності, орієнтацію на розвиток і здатність зберігати активність навіть в умовах невизначеності. Тривожність має ситуативний характер і не блокує діяльність.

Другим значним за кількістю відповідей учнів (27%) став **рефлексивно-амбівалентний тип**, що відзначається поєднанням орієнтації на досягнення з підвищеною невизначеністю та внутрішніми сумнівами. Для цих підлітків характерні коливання у впевненості, значна частка відповідей – «важко сказати», а також вплив страху помилки на поведінку. Вони мають цілі, однак їхня реалізація ускладнюється емоційною напругою та нестійкістю рішень.

Значним (18%) у вибірці виявся й **емоційно-включений, але ситуативно-діяльнісний тип**. Він характеризується здатністю отримувати задоволення від теперішнього моменту та емоційною залученістю в життя, однак має труднощі з системною організацією діяльності. Виявляється розрив між переживанням «тут і тепер» та продуктивністю. Цілі у цих підлітків можуть бути, але їх реалізація є нерегулярною.

Обережно-уникаючий тип (16%), що виявляється у схильності до уникнення складних завдань, страху помилки та зниженій готовності до ризику. Майбутнє сприймається як менш контрольоване, а невдача — як значуща загроза. Цей тип не є домінуючим у вибірці, однак відображає наявність групи з підвищеною вразливістю до стресу.

З огляду на відсутність кластерного аналізу, запропонована типологія має інтерпретаційний характер і відображає домінуючі тенденції в досліджуваній групі

Висновки. Емпірично встановлено узгодженість між орієнтацією на майбутнє та мотивацією досягнення: підлітки, які планують майбутнє та вірять у можливість реалізації власних цілей, демонструють вищу активність, готовність до зусиль та орієнтацію на досягнення результату. Виявлено зв'язок між соціально значущими смислами (відновлення країни) та орієнтацією на майбутнє, що свідчить про інтеграцію особистісних і суспільних цілей у структурі життєвих стратегій підлітків..

Типологічний аналіз показує, що більшість підлітків демонструє адаптивні стратегії, водночас значна частка респондентів перебуває у стані амбівалентності, що проявляється у поєднанні прагнення до розвитку з невизначеністю та емоційною напругою. Незважаючи на наявність тривожності, пов'язаної з ризиком невдач, вона не трансформується у стійку унікальну поведінку, що свідчить про збереження адаптивних механізмів Це свідчить про процес активної психологічної адаптації до умов війни, у межах якого формуються різні моделі регуляції життєвої перспективи.

Виокремлення типів мотиваційно-часових стратегій (проактивного, амбівалентно-рефлексивного, емоційно-залученого та унікаючого) дозволило поглибити розуміння індивідуальних відмінностей у способах регуляції життєвої перспективи.

Практичне значення дослідження полягає у можливості використання отриманих результатів для розробки психокорекційних програм, спрямованих на зниження рівня тривожності, подолання страху невдачі та розвиток навичок цілепокладання і саморегуляції. Особливу увагу доцільно приділяти підліткам із амбівалентно-рефлексивним та унікаючим типами, як більш вразливим до впливу стресових чинників.

Перспективи подальших досліджень пов'язані з розширенням вибірки, використанням методів кількісної типологізації та вивченням динаміки мотиваційно-часових стратегій у процесі тривалої соціальної нестабільності.

Література

1. Амеліна В. М. Життєві стратегії учнівської молоді: актуальні проблеми та перспективи формування // *Сучасний виховний процес: сутність та інноваційний потенціал*: матеріали звітної науково-практичної конференції Інституту проблем виховання НАПН України за 2022 рік (11). НАІР, м. Івано-Франківськ, Україна, стор. 7-11.
2. Бабатіна С.І. Особливості формування життєвої стратегії в юнацькому віці: теоретичний аналіз питання / С.І. Бабатіна // *Науковий вісник Херсонського державного університету*. Серія: *Психологічні науки*. Вип. 2 – Т. 1. – Херсон, 2015. – С. 120-126.
3. Бондарчук О.І., Карамушка Л.М. (2023). Психологічне здоров'я особистості в умовах війни і повоєнний час (Україна-Польща-Ізраїль) для освітян та психологів. // *Вісник Національної академії педагогічних наук України*, 1 (5), 1-4. <https://lib.iitta.gov.ua/736031/>

4. Рябовол, Т. А. Відображення прогнозування майбутнього на різних рівнях організації особистості. // *Актуальні проблеми психології*, Інститут психології імені Г. С. Костюка НАПН України. Вип.19(11), – Київ, 437–452..
5. Boyd, J. N., & Zimbardo, P. G. (2008). *Time perspective, health, and risk-taking*. In P. G. Zimbardo & J. N. Boyd (Eds.), *The time paradox: The new psychology of time that will change your life* (pp. xxx–xxx). Free Press.
6. Frankl, V. E. (2006). *Man's search for meaning*. Beacon Press. (Original work published 1946).

Reference

1. **Amelina, V. M. (2022).** Zhyttievi stratehii uchnivskoi molodi: aktualni problemy ta perspektyvy formuvannia [Life strategies of school students: current problems and development prospects]. *Suchasnyi vykhovnyi protses: sutnist ta innovatsiinyi potentsial: materialy zvitnoi naukovo-praktychnoi konferentsii Instytutu problem vykhovannia NAPN Ukrainy za 2022 rik*, (11), 7–11.
2. **Babatina, S. I. (2015).** Osoblyvosti formuvannia zhyttievoi stratehii v yunatskomu vitsi: teoretychnyi analiz pytannia [Features of the formation of life strategy in youth: theoretical analysis of the issue]. *Naukovyi visnyk Khersonskoho derzhavnoho universytetu. Serii: Psykholohichni nauky*, 2(1), 120–126.
3. **Bondarchuk, O. I., & Karamushka, L. M. (2023).** Psykholohichne zdorovia osobystosti v umovakh viiny i povoiennyi chas (Ukraina-Polshcha-Izrail) dlia osvitan ta psykholohiv [Psychological health of the personality in wartime and post-war period (Ukraine-Poland-Israel) for educators and psychologists]. *Visnyk Natsionalnoi akademii pedahohichnykh nauk Ukrainy*, 5(1), 1–4. <https://lib.iitta.gov.ua/736031/>
4. **Riabovol, T. A. (n.d.).** Vidobrazhennia prohnozuvannia maibutnyoho na riznykh rivniakh orhanizatsii osobystosti [Reflection of future forecasting at different levels of personality organization]. *Aktualni problemy psykholohii, Instytut psykholohii imeni H. S. Kostiuka NAPN Ukrainy*, 19(11), 437–452.
5. **Boyd, J. N., & Zimbardo, P. G. (2008).** Time perspective, health, and risk-taking. In P. G. Zimbardo & J. N. Boyd (Eds.), *The time paradox: The new psychology of time that will change your life* (pp. xxx–xxx). Free Press.
6. **Frankl, V. E. (2006).** *Man's search for meaning*. Beacon Press. (Original work published 1946).