

## АНАЛІТИЧНІ РЕВЮ

УДК 159.9

DOI <https://doi.org/10.32782/psy-2023-1-10>

**Чабанюк Наталія**

*кандидат психологічних наук, перший заступник начальника  
Закладу професійної (професійно-технічної) освіти  
зі специфічними умовами навчання «Житомирська академія поліції»*

### ЦІННОСТІ ЯК ОРІЄНТИРИ В ЗНАХОДЖЕННІ СЕНСУ ЖИТТЯ В УМОВАХ ВІЙНИ

**Анотація.** У часи війни у багатьох людей відбувається переосмислення власного життя, розуміння того, що планування майбутнього у такий період є сумнівним або нереальним, ті речі, до яких звикли, можуть бути недоступними або обмеженими, втрати і біль, які переживають українці породжують питання чому це сталося, як далі жити, для чого жити, як з усім цим впоратися. За таких умов люди втрачають щось цінне для себе і не можуть відшукати чи побачити щось інше цінне.

У статті аналізуються дослідження психологів стосовно категорії «цінностей», адже нездатність бачити цінне у власному житті може стати причиною потрапляння в екзистенційний вакуум (стан, в якому людина переживає своє життя як безглузде).

Особлива увага зосереджена на розумінні цінностей у логотерапії В. Франкла, який стверджував, що відкриття сенсу спрямоване на ціннісний потенціал, який властивий кожній особі, все, що потенційно має сенс, має бути цінним, і коли щось цінне реалізується, відчувається сенс.

Аналізуються підходи щодо класифікацій цінностей та їхні систематизації. Автором проаналізована структура цінностей запропонована М. Шеллером. Учений вводить поняття «об'єктивні цінності», «загальнолюдські цінності» та «абсолютні цінності».

В статті наведено погляди С. Кратохвіла щодо «пірамідальної» та «паралельної» систем цінностей. Визначено, що «пірамідальні» системи цінностей провокують реактивні депресії у той момент, коли піраміда зруйнується, тоді як балансування цінностей у напрямку «паралельної» системи цінностей, де кілька життєвих сфер рівноправно співіснують поруч одна з одною, може позбавити людину від нещастя. Також «паралельна» переорієнтація дозволить людині сприймати широкі можливості пошуку сенсу та не дозволить їй нависати на свій світ духовні шори.

**Ключові слова:** цінності, сенс, об'єктивні цінності, загальнолюдські цінності, абсолютні цінності, пірамідальна система цінностей, паралельна система цінностей.

**Chabanyuk Nataliia**

*Ph.D, First Deputy Head  
of the Institution of Professional (Vocational and Technical) Education  
with Specific Conditions of Study «Zhytomyr Police Academy»*

### VALUES AS GUIDES IN FINDING THE MEANING OF LIFE IN THE CONDITIONS OF WAR

**Abstract.** In times of war, many people rethink their own lives, understand that planning for the future in such a period is questionable or unrealistic, the things they are used to may be unavailable or limited, the losses and pain experienced by Ukrainians raise questions about why this happened, how to continue living, what to live for, how to cope with all this. In such conditions, people lose something valuable to them and cannot find or see anything else valuable.

The article analyzes the research of psychologists on the category of «values», since the inability to see the valuable in one's own life can lead to an existential vacuum (a state in which a person experiences his or her life as meaningless).

Particular attention is paid to the understanding of values in the logotherapy of V. Frankl, who argued that the discovery of meaning is aimed at the value potential that is inherent in each person, everything that potentially has meaning must be valuable, and when something valuable is realized, meaning is felt.

The article analyzes approaches to classification of values and their systematization. The author analyzes the structure of values proposed by M. Scheller, and introduces the concepts of «objective values», «universal values» and «absolute values».

The article presents S. Kratochvil's views on the «pyramidal» and "parallel" value systems. It is determined that «pyramidal» value systems provoke reactive depression at the moment when the pyramid collapses, while balancing values in the direction of a «parallel» value system, where several life spheres coexist equally next to each other, can save a person from unhappiness. Also, a «parallel» reorientation will allow a person to perceive the wide possibilities of finding meaning and will not allow him or her to impose spiritual blinders on his or her world.

**Keywords:** values, meaning, objective values, universal values, absolute values, pyramidal system of values, parallel system of values.

**Вступ.** Понад рік Україна перебуває в умовах повномасштабної військової агресії. Війна є травмою, яка безпосередньо впливає на психологічний стан особи, її ментальне здоров'я, визначає стратегії життєдіяльності. Події, які останнім часом спостерігає увесь світ, жахи, які залишає після себе російська армія, актуалізували питання цінності життя, його сенсу. Перед пересічними людьми постають питання, як далі займатись професійною діяльністю, планувати майбутнє, турбуватися про себе та своїх рідних. Перманентна тривога й водночас апатія стають постійними супутниками українців та українок.

Масштабна військова агресія, яка триває понад рік, зумовлює докорінну переоцінку погляду на реальність. Українці щодня змушені стикатися з болючою реальністю, що безпосередньо впливає на їхню ціннісну сферу. У такий час актуалізуються цінності, які були тривіальними у мирний час і яким не приписувалася така значущість: чисте повітря, тепло у домішках, вода, їжа, контакти з близькими. Відтоді відбулася радикальна переоцінка цінностей.

Така соціальна реальність породжує екзистенційні кризи, до яких відносяться психологічні кризи сенсів і цінностей, зумовлює інтерес до питання розширення системи цінностей особистості в умовах війни. У перспективі це сприятиме більш потужній психологічній захищеності суб'єкта.

**Виклад основного матеріалу дослідження.** У психологічній науці широко аналізувалася проблема розуміння, дослідження та реалізації цінностей особистості (М. Вайс, У. Віртц, Р. Мак-Грегор, А. Нарайанасамі, Дж. Фішер, М. Фулер, Дж. Хочхеймер, Й. Цобелі, П. Шафер). Зокрема, дослідження цінностей як чинників смислотворення представлені у працях А. Адлера, У. Д. Брайана, Р. Еммонса, А. Маслоу, В. Франкла, Е. Фромма, К. Юнга, К. Ясперса, Т. Пурійо. Назгал аксіологія є досить поширеним предметом

досліджень сучасних дисертаційних досліджень, виконаних в Україні [1; 2; 3]. Втім, ми вважаємо, що розуміння цінностей як провідників до пошуку сенсу в умовах нестабільності та загрози, залишається недостатньо з'ясованим.

М.М. Підлісний та В.І. Шубін у монографії «Філософія цінностей: історія і сучасність» зазначає, що зацікавленість проблемою цінностей дедалі посилюється у перехідні (кризові) періоди суспільного розвитку [4]. Дедалі більш очевидним стає той факт, що суб'єкт має періодично переосмислювати, рефлексувати зміст власного життя, цінності, якими керується, визначати їхню пріоритетність. Кризовий час стає нагальним для пошуку нових підходів до аналізу цінностей. Він трансформує ідеологічний порядок життя, що сприяє пошуку сенсу життя у тяжкий та складний період життєдіяльності, яким безперечно стає війна.

Вказані автори аналізують відмінності між системами цінностей перехідних періодів життєдіяльності та системами цінностей стабільних (усталених) епох. Зокрема, зазначається, що специфічним для перехідних періодів стає загострена критика та знецінення так званих вищих цінностей. Це відбувається з позицій так званих універсальних цінностей і часто-густо призводить до їхнього абсолютного заперечення та скасування. Він досить влучно зазначає: «Девальвація вищих цінностей сприймається іноді як духовний вакуум, що дезорієнтує людей, які вірили у вічність стабільної системи. Звідси – пасивність, байдужість до того, що відбувається, ескапізм, скептицизм, що доходять до цинізму. Посилюється відчуження, почуття самотності, безглуздя й безцільності буття і, разом з тим, зростає потяг до гедонізму, виникає прагнення жити сьогоднішнім днем, пливати за течією. Страх перед майбутнім, невпевненість у завтрашньому дні призводить не тільки до фрустрації, але і до активізації в людині деструктивного, агресивного

початку, що виливається в різні форми аморалізму та девіантної поведінки» [5, с. 79].

Питання цінностей і сенсу життя ґрунтовно досліджувались засновником логотерапії й екзистенційного аналізу В. Франклом. Зокрема, він стверджував, що відкриття сенсу спрямоване на ціннісний потенціал, який властивий кожній людині.

У логотерапії терміни «сенса» і «цінність» часто згадуються поруч, оскільки все, що потенційно має сенс, повинно бути цінним, і коли щось цінне реалізується, відчувається сенс. Однак Е. Лукас та Ш. Шонфельд, учні В. Франкла, уточнюють ці поняття, розмежовуючи їх. Автори вважають, що цінності слід вважати «сенсовими універсальностями», тоді як сенс, навпаки, є «унікальним». Це означає, що «сенс моментів», як називав його В. Франкл, завжди виникає щодо певного суб'єкта та певної ситуації. Він є тим оптимальним рішенням (для всіх учасників ситуації), яке суб'єкт у цій ситуації здатен прийняти. Сенс присутній завжди, але постійно він різний [5].

Теорія про сенс життя В. Франкла відбиває погляди на цінності німецького вченого М. Шелера. Він стає першим, хто здійснив спробу класифікувати цінності. У його структурі цінностей негативні цінності є протилежними позитивним. Зокрема, на його думку, якщо об'єктивні та справжні цінності розуміються суб'єктом як щось цінне саме по собі, відповідним поняттям для негативних цінностей є знецінення. За М. Шелером, цінності задоволення та життєві цінності перебувають на двох найнижчих рівнях. Натомість духовні цінності (наприклад, краса / естетичні цінності, праведність / етичні цінності та правда) і так звані святі цінності (або цінності святого) є двома найвищими групами цінностей. Об'єктивними та загальнолюдськими цінностями стають добро, краса та істина. Загальнолюдськими цінностями також можна вважати такі ідеї та ідеали як життя, особистість, духовний розвиток, мудрість, свобода, справедливість та здоров'я. Ці справжні цінності також можна назвати духовно-етичними. Отже, справжня цінність відбиває певну загальнолюдську значущість чи універсальність, вона є цінністю для кожної особи [6].

Цінності вищого рівня М. Шелер називає абсолютними. Вчений стверджував, що вищою абсолютною цінністю стає любов. Любов, на його думку, відбиває момент співіснування, співбуття, входження з цим буттям у співзвучність та консонанс.

Цінності слугують основою для суб'єкта, щоби він мав можливість регулювати власну активність, визначати життєво цінне та суб'єктивно небажане, небезпечне. На думку М. Шелера, недостатньо навіть самовдосконалення; суб'єкт повинен прагнути досягти найвищого рівня, сфери так званих святих цінностей.

Посилаючись на М. Шелера, В. Франкл, своєю чергою, також говорить про найвищі ціннісні шари людського буття. Блаженство бути людиною та постійне щастя засновані на усвідомленні суб'єктом найвищих можливих цінностей у межах свого власного неповторного існування та своєї унікальної долі.

Справжнє благополуччя стає результатом життєвого досвіду у відносинах із чимось, що створює цінність і сенс для життя. Ключ до справжнього благополуччя забезпечується орієнтацією на духовно-етичні цінності.

Загальнолюдські цінності забезпечують індивіду опору щодо оцінки власних вчинків та вчинків решти осіб, для створення ієрархії своїх ціннісних уявлень, для здійснення вибору змісту поведінки у непередбачуваних життєвих обставинах. Проте перетворення загальнолюдських цінностей і норм у власну систему цінностей відбувається довго та складно [4].

Посилаючись на М. Шелера, В. Франкл стверджує, що оцінювати означає віддавати перевагу вищій цінності перед нижчою, і що суб'єкт прагне до ієрархічно найвищої цінності, однак не варто недооцінювати навіть найнижчі значення, позаяк багато з них пов'язані з питаннями виживання. Проте лише самого прагнення до задоволення та користі недостатньо з точки зору ціннісного змісту життя. Люди є духовними істотами, які здатні звільнитися від впливу інстинктів, потягів і потреб, щоби натомість прагнути до добра, краси, істини, справедливості, знання та майстерності.

Логотерапія розглядає особистість як істоту, чий найбільшим тяжінням стає досягнення сенсу та актуалізація цінностей, а не тільки насолода та задоволення власних потягів та інстинктів. Те, що особа вірить у те, що щось варто робити, не робить це цінним для людства. Питання «Що робить життя людини осмисленим чи цілеспрямованим?» перманентно переплітається з іншою фундаментальною проблемою логотерапії: «Що цінне в житті?». Іншими словами, проблема значення також включає розгляд об'єктивних та абсолютних цінностей і виявляє зв'язок із ними [7; 8].

За М. Шелером, життя людини перебуває у рівновазі, коли вона розставляє цінності у своєму житті у правильному порядку.

Цінності святого повинні ставитися у життєдіяльності перед духовними цінностями, духовні цінності перед життєвими, а життєві цінності перед цінностями насолоди.

Цінності святого пов'язані з походженням і сенсом усього буття, завдяки якому життя особистості також набуває свого сенсу. Якщо особа торкається цінностей святого, вона сприймає світ як значущий, а себе та своє життя – як цінні та значущі, тому що вона відповідає сенсу свого існування.

У праці В. Франкла «Лікар і душа» зазначається: «Обговорюючи питання про сенс життя, ми визначили три категорії цінностей. Цінності першої категорії втілюються через їх реалізацію. Цінності досвіду – через пасивне сприйняття світу (природи, мистецтва) людським еґо. Цінності ставлення втілюються там, де людина стикається з чимось, чого не може змінити, з тим, що нав'язане долею. Від способу ставлення до таких труднощів, того, як людина реагує на них власною психікою, залежать її ціннісні можливості. Це означає, що людське життя може бути сповнене сенсу не тільки у творчості чи насолоді, але й у стражданні!» [7, с. 45].

Отже, із погляду В. Франкла існує щонайменше три різні категорії, що відбивають основні шляхи до відкриття цінних значень:

- 1) творча реалізація цінностей або здійснення цінностей через творчу діяльність;
- 2) відчуття задоволення від вкладення душі в щось (насолода мистецтвом або природою);
- 3) цінності ставлення, що стосуються стійкості перенесення ударів долі та усвідомлення таких цінностей як хоробрість, відвага та особиста гідність.

В. Франкл пише: «Але навіть і та людина, що опинилася в найбільш скрутній ситуації, в якій неможливо втілювати цінності творчості та досвіду, все-таки може надати своєму життю сенс через спосіб ставлення до своєї долі, своїх страждань. Цінності можна втілювати через прийняття неминучої долі і страждань» [7, с. 5].

Цінності ставлення у розумінні В. Франкла є найвищими з цінностей, які особистість здатна реалізувати, тому що втілити їх у життя найскладніше. Вони пов'язані не з радістю (приміром, переживання під час творчої діяльності), а з болем, і суб'єкт може обрати їх лишень тоді, коли сталася поточна фрустрація, нещастя, втрачена надія, чи особа натрапила на непереборні перешкоди. Саме у таких ситуаціях суб'єкт отри-

мує вибір щодо ставлення до них, може виражати гнів, зупинитися у відчаї, а може досягнути героїчного рівня прийняття і таким чином реалізувати ставлення, яке несе цінність.

Підтвердженням зазначеної думки слугують факти, які спостерігає сучасне покоління у часи зовнішньої військової агресії. Одним із них є страта українського військового Олександра Мацієвського, який обрав для себе цінність ставлення до неминучої події, власної страти. Він сміливо вигукнув «Слава Україні», цим самим виявив силу духу українського народу. Таких прикладів можна навести багато. Сам засновник логотерапії й екзистенційного аналізу В. Франкл, перебуваючи у концтаборі, вибрав для себе цінності ставлення. Можливо, саме це допомогло йому вижити у ті часи. Він зазначає, що завдяки логотерапії пацієнт усвідомлює можливість втілення цінностей, навіть якщо ними є тільки цінності ставлення [8].

Існує значущий зв'язок між психічним здоров'ям особистості та багатством цінностей, які вона пов'язує зі своїм життям. З метою допомоги суб'єкту впоратись з його негативним психоемоційним станом необхідно зміцнити та розширити систему оцінки цінностей.

Як зазначає Е. Лукас, що поки особистість перебуває у свідомості, завжди існує можливість знаходження сенсу, при цьому неважливо, в якій ситуації суб'єкт перебуває. Особам із багатою системою цінностей (що володіють багатьма цінностями у житті) зазвичай простіше виявити певний «сенс моменту», тому що одна з цінностей неодмінно виходить на передній план. Однак їм належить дотримуватися решти цінностей у черзі та не дозволяти їм тиснути на себе [5].

Т. Пурйо у своїй праці «Духовні можливості логотерапії Віктора Франкла» згадує про два типи системи цінностей, які були запропоновані чеським психотерапевтом С. Кратохвілем: «пірамідальну» (одна цінність займає відповідний ранг) та «паралельну» (декілька цінностей можуть займати певний ранг) [9].

Е. Лукас стверджує, що типовим проявом так званої «пірамідальної системи цінностей» є система, за якої найвища цінність є одиничним піком, вершиною єдиної піраміди. Цій найвищій, перебільшеній цінності поклоняються, тоді як решта цінностей радше визначаються як побічні та менш гідні. «Пірамідальні системи цінностей» провокують реактивні депресії – і саме у той момент, коли піраміда зруйнується.

Прикладами пірамідальних цінностей стають чоловік, який живе лише заради кар'єри, або

жінка, яка живе лише заради своєї сім'ї. Чоловік задоволений своєю роботою, жінка – своєю родиною. Але що буде, коли кар'єра чоловіка закінчиться виходом на пенсію, коли сім'я жінки зміниться внаслідок того, що діти виростуть та підуть з дому, або коли станеться розлучення?

Кожен із цих суб'єктів жив з одним центральним фокусом. Кожен ризикує втратити цей фокус. Коли це станеться, структура цінностей у житті кожного з них звалиться, та їхнє життя може здатися їм порожнім. Тоді суб'єкту з пірамідальною структурою цінностей важко знайти нові сфери самореалізації. Така раптова порожнеча може призвести до хвороби, навіть до передчасної смерті [10].

Якщо найвища цінність втрачається, цінності, що знаходяться нижче, надто слабкі, щоби підтримати особистість в її втраті. Вона занурюється у «безвихідь». Тільки корекційне балансування цінностей у напрямку «паралельної системи цінностей», де кілька життєвих сфер рівноправно співіснують поруч одна з одною, може поступово позбавити людину від нещастя [11].

В індивіда з «паралельною» ціннісною орієнтацією є кілька ціннісних сфер, які існують паралельно одна одній – кар'єра, сім'я, друзі, хобі, творча діяльність, особливі інтереси, віра. Якщо одна цінність зникає, залишаються інші. Чоловік, чия кар'єра закінчується, жінка, чия сім'я руйнується у кризі середнього віку, можуть знайти сенс в інших видах діяльності, що становлять для них інші цінності аналогічної важливості. «Паралельні цінності» – це страхівка від порожнього, безглузлого життя.

С. Кратохвіл навів дві причини, чому «паралельні системи цінностей» психогігієнічно перевершують «пірамідальні»:

1. Коли ціннісний пік «пірамідальної системи цінностей» обривається, руйнується особистість, яка цього не витримує. Інші цінності нижчого рангу не підтримують суб'єкта.

2. Спілкування з іншими особами легше протікає з «паралельними системами цінностей», оскільки зазвичай можна знайти спільні інтереси та взаємну згоду. При «пірамідальних системах цінностей» існує ризик нетерпимості, нерозуміння та навіть засудження інших людей, якщо вони не ставлять таку ж високу цінність на вершину своїх систем цінностей, як сам суб'єкт.

Як зазначає Д. Фабрі, більшість людей мають ціннісні орієнтації десь між цими двома крайнощами. Розширення кола інтересів на ранніх етапах життя за допомогою терапії є хорошою профілактикою, особливо якщо особа віддає перевагу «пірамідальним цінностям». Паралельна переорієнтація дозволить людині сприймати широкі можливості пошуку сенсу та не дозволить їй навісити на свій світ духовні шори [11].

**Висновки.** Цінності органічно пов'язані зі смислами. Д. Фабрі називає їх дорожніми знаками на життєвому шляху. Вони вказують суб'єкту його напрямок і наповнюють сенсом. Однак у залежності від обставин особа може втрачати певні цінності, тобто втратити напрямок руху. Тоді життя здається безглуздим. Одним із способів полегшити переживання втрачених цінностей є актуалізація цінностей, які також є важливими, але за певних причин люди перестають їх помічати чи надавати їм значення. Враховуючи викладене вище, періодичні аналіз та оцінка власних цінностей може попередити відчуття безглуздості власного життя та поступово побачити у ньому сенс.

#### Список використаних джерел

1. Борисова Ю. В. Традиціоналістські та модерністські цінності в структурі молодіжної ціннісної свідомості: соціологічний аналіз : автореф. ... дис. канд. соц. наук. Харків, 2001. 20 с.
2. Кавалеров А. А. Ціннісні орієнтації особистості у духовній культурі (соціально-філософський аспект) : дис... канд. філос. наук : 09.00.03. Одеса, 1996. 192 л.
3. Сокурянська Л. Г. Ціннісна детермінація становлення соціальної суб'єктності студентства в умовах соціокультурної трансформації : автореф. дис. докт. соціол. наук : 22.00.04. Харків, 2007. 35 с.
4. Підлісний М. М., Шубін В. І. Філософія цінностей: історія і сучасність : монографія. Дніпро : Дніпропетр. держ. ун-т внутр. справ, 2017. 177 с.
5. Lukas E., Schönfeld H. Psychotherapy with dignity: logotherapy in action. Tredition GmbH, 2021. Vol. 3 : Living logotherapy. 210 p.
6. Петрушенко В. Л. Основи філософських знань : курс лекцій. Київ : Каравела, 2002. 296 с.
7. Франкл В. Лікар та душа. Основи логотерапії. Харків : Книжковий Клуб «Клуб Сімейн. Дозвілля», 2018. 320 с.
8. Франкл В. Людина в пошуках справжнього сенсу. Психолог у концтаборі. Харків : Книжковий Клуб «Клуб сімейного дозвілля», 2016. 160 с.
9. Пурийо Т. Духовні можливості логотеорії Віктора Франкла. Харків : УАЛЕА, 2022. 248 с.
10. Кривуля О. М. Філософія : навч. посіб. для студ. вищ. навч. закл. Харків : ХНУ ім. В. Н. Каразіна, 2010. 592 с.
11. Fabry J. B. Guideposts to meaning: discovering what really matters. Oakland, CA : New Harbinger Publications, 1988. 165 p.