РЕЗЮМЕ ДОСЛІДЖЕННЯ

LUMY-UA | Вивчення осмисленості у житті української молоді

СІЧЕНЬ 2025

ОГЛЯД ПРОЄКТУ

Ціль: дослідити, як молодь відчуває осмисленість у своєму житті, та виявлення викликів, пов'язаних із благополуччям, з якими стикаються молоді люди під час війни.
Тривалість: Серпень 2024 року - січень 2025 року
Локація: Україна

Контекст

Як лідер у рамках Цілі сталого розвитку 4, ЮНЕСКО підтримує системи освіти в умовах надзвичайних ситуацій, сприяючи розвитку стійкості, інтегруючи підходи гуманітарної допомоги, розвитку та миротворення. В Україні ЮНЕСКО працює згідно з Національним планом відновлення, щоб знизити вплив війни на освіту та суспільство.

Війна, яка триває, створює значні ризики для психічного здоров'я, особливо для дітей, молоді та педагогів, що підриває благополуччя та захисну роль освіти. Зокрема, українська молодь зіштовхується з низькою мотивацією та психологічним стресом, що підкреслює необхідність цілеспрямованих ініціатив для надання їй можливості стати ключовими учасниками відновлення та сталого розвитку.

Ціль

Метою цього дослідження є вивчення того, як молодь знаходить сенс у своєму житті, а також подолання викликів, пов'язаних із благополуччям, з якими стикаються молоді люди в умовах конфлікту та війни. Це сприяє досягненню таких результатів:

1. Підтримка Міністерства освіти України у досягненні пріоритетів Національного плану відновлення через програму екстреної допомоги ЮНЕСКО.
2. Сприяння трансформації системи психічного здоров'я та психосоціальної підтримки в освіті через впровадження системи «Безпечне освітнє середовище».
3. Пом'якшення впливу війни на психічне здоров'я шляхом внесення змін у політику, розвитку потенціалу та забезпечення психосоціальної підтримки у школах для учнів.

Чому потрібен фокус на осмисленості?

Потрібно виходити за межі задоволення базових потреб, сприяючи розвитку стійкості та усвідомленості у поколінні, яке невдовзі очолить відновлення України. Молодь – майбутні лідери України – відіграватиме вирішальну роль у заповненні суспільних та управлінських прогалин, спричинених втратою людей, які загинули на фронті або змушені були виїхати з країни. Пріоритизація добробуту молоді надає їм **здатність діяти, надію та впевненість у собі** для відновлення своїх громад, сприяючи сталому відродженню та довгостроковому розвитку України.

68
Лідерів-дослідників серед учнів

130
Учнів, які працювали у дослідницьких командах

23 100+
Опитаної молоді

МЕТОДОЛОГІЯ

Глобальна методологія **Індексу осмисленості молоді (Youth Meaningfulness Index, YMI)**, побудована на основі опитування, була розроблена Voluntas для посилення голосів молоді шляхом вимірювання ключових драйверів, що визначають осмисленість у їхньому житті, за допомогою аналізу даних та інсайтів від молоді з різних країн. Дослідження визначило чотири ключові драйвери осмисленності серед молоді:

- **Ціль**
- **Фізичне та когнітивне залучення**
- **Турбота про себе**
- **Соціальна взаємодія**

За допомогою запитань у кожному драйвері розраховується загальний індекс **YMI** за шкалою від 1 до 10.

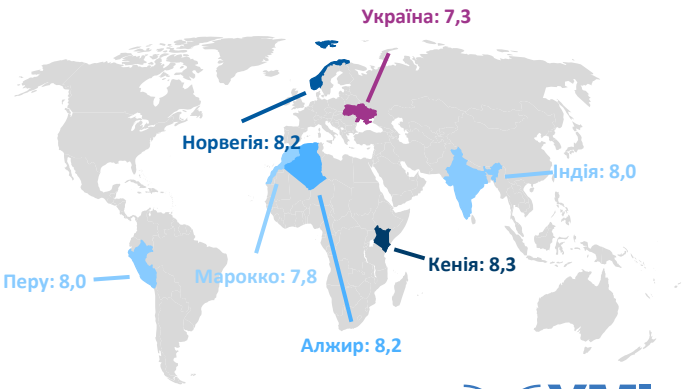
Підхід на основі участі: молоді учасники активно проводили збір даних щодо осмисленості, добробуту та психічного здоров'я серед своїх однолітків.

- **Кабінетне дослідження** для застосування методології YMI
- **6 фокус-груп** проведено під час навчання у Карпатах
- **23 000+ опитувань** проведено через посилання
- **26 глибинних інтерв'ю:** одне на школу

Ключові результати

- Загальний показник **YMI в Україні становить 7,3 з 10**, що нижче, ніж у інших країнах, де вимірювався YMI. *Примітка: показники YMI нижче 8 вказують на суттєві прогалини в загальній осмисленності.*
- Українська молодь **демонструє високий рівень соціальної взаємодії** (95% стверджують, що мають людей, які про них піклуються), але **низький рівень усвідомленої турботи про психічне здоров'я** (менше 50% приділяють час своєму психічному здоров'ю, коли відчувають стрес і тривогу).
- Учні стикаються з **труднощами у спілкуванні** з батьками та з **розлукою** з членами сім'ї через війну. І хоча вони мають **сильне почуття мети** та бажання робити щось значуще, їм **не вистачає орієнтирів щодо свого майбутнього.**
- **Учні з інвалідністю, ВПО та учні з уразливих груп** менш ймовірно почуваються в безпеці та менше схильні мати когось, до кого вони можуть звернутися за допомогою.

Україна демонструє *нижчий* рівень осмисленості молоді порівняно з іншими країнами.

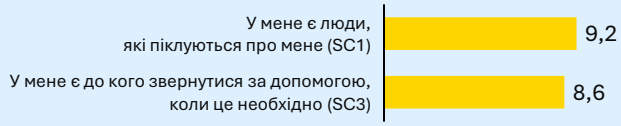


Показник Індексу осмисленності молоді: 1 – найнижчий («Цілком не згоден/-на»), 10 – найвищий («Цілком згоден/-на»).

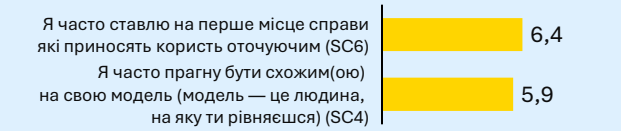
СОЦІАЛЬНА ВЗАЄМОДІЯ

Драйвер осмисленності, який вимірює якість та глибину відносин, які молодь формує з однолітками, членами сім'ї та іншими людьми у своїх соціальних мережах.

Твердження з найвищими показниками:



Твердження з найнижчими показниками:

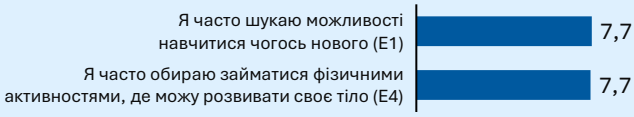


"Хотів би зміцнити взаємовідносини з батьками, бо в деяких речах вони мене не розуміють. Хочу мати стосунки з людиною, яка буде мене цінувати та любити мене таким, який я є." *(Учень віком 17 років, Житомирська область)*

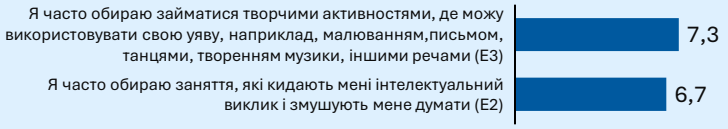
ФІЗИЧНЕ ТА КОГНІТИВНЕ ЗАЛУЧЕННЯ

Драйвер осмисленності, який вимірює ступінь інтелектуальної та фізичної залученості молоді до діяльності, що кидає виклик їхньому розуму і тілу та стимулює їх.

Твердження з найвищими показниками:



Твердження з найнижчими показниками:

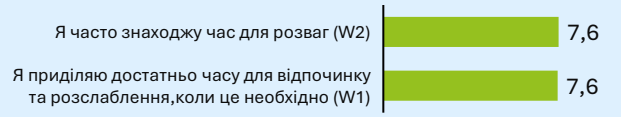


"Для мене в осмисленості дуже важливе – це саморозвиток і вільний час для себе і для хобі, для того, чим тобі цікаво займатися, для якихось захоплень." *(Учасниця фокус-групи)*

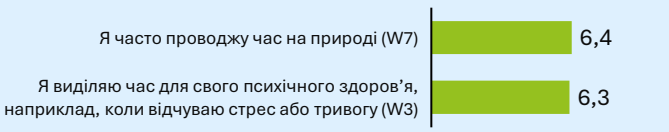
ТУРБОТА ПРО СЕБЕ

Драйвер осмисленності, який вимірює усвідомлені дії та практики, що молодь здійснює для підтримки свого фізичного, емоційного та психічного добробуту.

Твердження з найвищими показниками:



Твердження з найнижчими показниками:

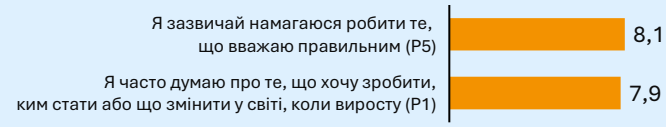


"Думаю, що в цьому є якийсь сенс, справді треба проводити багато часу з собою, своїми думками, а також треба пробувати щось нове, дізнаватись щось цікаве про світ і про себе" *(Учениця віком 15 років, опитана в інтерв'ю)*

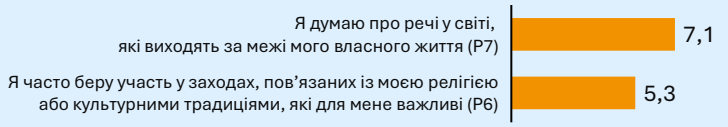
ЦІЛЬ

Драйвер осмисленності, який вимірює почуття напряму, значущості та сенсу, які молодь отримує від своїх дій, цілей та прагнень.

Твердження з найвищими показниками:



Твердження з найнижчими показниками:



"Осмислене життя – це жити моментом, одним днем, тому що наразі в країні війна і дуже важко планувати щось наперед, тому що ти не знаєш, що буде завтра" *(Учениця віком 16 років, опитана в інтерв'ю)*

РЕКОМЕНДАЦІЇ

Сфера 1: Створення безпечних спільнот та належна підтримка для покращення спілкування

- Посилити інтеграцію учнів, особливо ВПО, учнів з інвалідністю та із вразливих груп, у громади шляхом проведення творчих майстерень, волонтерських активностей, спортивних та культурних подій, молодіжних клубів та інших заходів.
- Надавати консультації учням щодо вирішення конфліктів та побудови конструктивних стосунків із сім'єю та однолітками.

Сфера 2: Посилити наставництво, кар'єрне консультування та надати можливості для особистісного зростання

- Виділити час у межах шкільної програми для волонтерства, стажування або розвитку інших навичок та вмінь.
- Посилити програми наставництва «рівний-рівному»; надавати кар'єрні консультації та доступ до інформації про можливості волонтерства, стажування та розвитку професійних навичок.

Сфера 3: Надання учням можливості реалізувати своє бачення та забезпечення доступу до досвіду

- Проведення тренінгів з управління проектами для учнів, щоб навчити їх складати плани та здійснювати кроки для досягнення своїх цілей.
- Надавати учням можливості неформальної освіти, такі як участь у місцевих творчих та громадських центрах та культурних обмінах

Сфера 4: Розширити доступ до психічного здоров'я для учнів, забезпечивши достатній час для відпочинку та турботи про себе

- Надати учням безкоштовні послуги з психічного здоров'я, терапевтів та групи підтримки, щоб вони могли впоратися зі стресом, вигоранням та проблемами психічного здоров'я.
- Заохочувати культуру пріоритизації благополуччя та психічного здоров'я, передбачивши у навчальній програмі часові проміжки для навчання та практики догляду за собою.