

МІНІСТЕРСТВО ОСВІТИ І НАУКИ УКРАЇНИ
ЗАПОРІЗЬКИЙ НАЦІОНАЛЬНИЙ УНІВЕРСИТЕТ

ФАКУЛЬТЕТ СОЦІАЛЬНОЇ ПЕДАГОГІКИ ТА ПСИХОЛОГІЇ
КАФЕДРА ПСИХОЛОГІЇ

КВАЛІФІКАЦІЙНА РОБОТА БАКАЛАВРА

**на тему: ПСИХОЛОГІЧНІ АСПЕКТИ ВИМУШЕНОЇ МІГРАЦІЇ В НОВЕ
СОЦІОКУЛЬТУРНЕ СЕРЕДОВИЩЕ**

Виконала: студентка IV курсу,
групи 6.0530-2
спеціальності: 053 Психологія
освітньої програми: Психологія
Стрельцова Євгенія Геннадіївна
Науковий керівник: Томченко М.А. к.філол.н.,
доцент кафедри психології
Рецензент: Іванова Л.С. к.філос.н., доцент
кафедри педагогіки та психології освітньої
діяльності

Запоріжжя

2024

МІНІСТЕРСТВО ОСВІТИ І НАУКИ УКРАЇНИ
ЗАПОРІЗЬКИЙ НАЦІОНАЛЬНИЙ УНІВЕРСИТЕТ

Факультет соціальної педагогіки та психології
Кафедра психології
Рівень вищої освіти бакалаврський
Спеціальність 053 Психологія
Освітня програма Психологія

ЗАТВЕРДЖУЮ

Завідувач кафедри

к.психол.н., доцент. Н.О. Губа

« ____ » _____ 2024 р.

ЗАВДАННЯ

НА КВАЛІФІКАЦІЙНУ РОБОТУ СТУДЕНТЦІ

_____ Стрельцовій Євгенії Геннадіївні _____

1. Тема роботи Психологічні аспекти вимушеної міграції в нове соціокультурне середовище
керівник роботи Томченко М.А., к.філол.н., доцент кафедри психології
затверджені наказом ЗНУ від « 05 » 02 2024 року № 235-с
2. Строк подання студентом роботи _____
3. Вихідні дані до роботи: аналіз психологічних аспектів вимушених мігрантів.
4. Зміст розрахунково-пояснювальної записки: проаналізувати актуальність міграції як соціально-психологічне явище; дослідити соціально-психологічну адаптацію вимушених мігрантів; розкриття поняття «Вимушена міграція»: ознаки поведінки та фактори впливу; обґрунтувати організацію та методи дослідження психологічних аспектів вимушеної міграції в нове соціокультурне середовище; провести емпіричне дослідження психологічних аспектів вимушеної міграції в нове соціокультурне середовище.
5. Перелік графічного: 5 рисунків

6. Консультанти розділів роботи

Розділ	Прізвище, ініціали та посада консультанта	Підпис, дата	
		Завдання видав	Завдання прийняв
Вступ	Томченко М.А., доцент		
Розділ 1	Томченко М.А., доцент		
Розділ 2	Томченко М.А., доцент		
Висновки	Томченко М.А., доцент		

7. Дата видачі завдання «05» 02 2024 р.

КАЛЕНДАРНИЙ ПЛАН

№ з/п	Назва етапів кваліфікаційної роботи	Строк виконання етапів роботи	Примітка
1	Збір та систематизація матеріалу	лютий 2024 р.	Виконано
2	Робота над вступом	березень 2023 р.	Виконано
3	Робота над першим розділом	березень 2024 р.	Виконано
4	Робота над другим розділом	квітень—травень 2024 р.	Виконано
5	Написання висновків	червень 2024 р.	Виконано
6	Передзахист	червень 2024 р.	Виконано
7	Нормоконтроль	червень 2024 р.	Виконано

Студент  Є.Г. Стрельцова

Керівник роботи _____ М.А. Томченко

Нормоконтроль пройдено

Нормоконтролер _____ А.О. Неманежина

РЕФЕРАТ

Кваліфікаційна робота бакалавра: 64 сторінки, 5 рисунків, 27 джерел, 3 додатка.

Об'єкт дослідження: вимушена міграція в сучасному соціокультурному середовищі.

Предмет дослідження: психологічні аспекти вимушеної міграції в нове соціокультурне середовище.

Мета роботи: теоретично обґрунтувати та емпірично дослідити психологічні аспекти вимушеної міграції в нове соціокультурне середовище.

Гіпотеза дослідження. Передбачається, що на психологічну адаптацію вимушених мігрантів в нове соціокультурне середовище впливають не лише екзогенні чинники, а й ендогенні фактори, такі як особистість мігранта, його психічна стійкість, соціокультурний контекст приймаючого суспільства та міжособистісні взаємини в новому середовищі.

Методи дослідження. Теоретичні: аналіз, систематизацію та узагальнення психологічної літератури з проблематики вимушеної міграції в сучасних соціокультурних умовах; емпіричні: методика визначення рівня задоволення основних потреб; методика вимірювання суб'єктивного відчуття самотності (Д. Рассел, Л. Пепло, М. Фергюсон); опитувальник «Соціально-психологічна адаптація» (Роджерс-Даймонд); шкала психологічного благополуччя (К. Ріфф).

Наукова новизна полягає у ретельному теоретичному аналізі та емпіричному дослідженні психологічних аспектів вимушеної міграції в нове соціокультурне середовище.

Галузь використання: методи психологічної підтримки внутрішньо переміщеним особам, ефективні консультації для подолання негативних наслідків міграційних процесів.

ВИМУШЕНА МІГРАЦІЯ, ВНУТРІШНЬО ПЕРЕМІЩЕНА ОСОБА, ПСИХОЛОГІЧНІ АСПЕКТИ, ПСИХОЛОГІЧНЕ БЛАГОПОЛУЧЧЯ, СОЦІАЛЬНО-ПСИХОЛОГІЧНА АДАПТАЦІЯ, СОЦІОКУЛЬТУРНЕ СЕРЕДОВИЩЕ.

SUMMARY

Streltsova Y.G. Psychological Aspects of Forced Migration into a New Sociocultural Environment

The qualifying work consists of Introduction, 2 Chapters, Conclusion, References (27 items). The qualifying work volume is 76 pages long, 60 of them – main text. There are 5 graphic images and 3 appendices.

Object of research: forced migration in the modern socio-cultural environment.

Subject of research: psychological aspects of forced migration to a new socio-cultural environment.

The purpose of the research: to theoretically substantiate and empirically study the psychological aspects of forced migration to a new socio-cultural environment.

The hypothesis of the research: It is assumed that the psychological adaptation of forced migrants to a new socio-cultural environment is influenced not only by exogenous factors, but also by endogenous factors, such as the migrant's personality, mental stability, the socio-cultural context of the host society and interpersonal relationships in the new environment.

Research methods. Theoretical: analysis, systematization and generalization of psychological literature on the problems of forced migration in modern socio-cultural conditions; empirical methods: methodology for determining the level of satisfaction of basic needs; methodology for measuring the subjective feeling of loneliness (D.

Russell, L. Peplow, M. Ferguson); questionnaire «Social and Psychological Adaptation» (Rogers-Diamond); scale of psychological well-being (K. Riff).

A scientific innovation. The scientific novelty lies in a thorough theoretical analysis and empirical study of the psychological aspects of forced migration to a new socio-cultural environment.

Research results can be used in: Field of application: methods of psychological support for internally displaced persons, effective counseling to overcome the negative effects of migration processes.

Key words: forced migration, internally displaced person, psychological aspects, psychological well-being, socio-psychological adaptation, socio-cultural environment.

ЗМІСТ

ВСТУП	7
РОЗДІЛ 1. ТЕОРЕТИЧНИЙ АНАЛІЗ ПСИХОЛОГІЧНИХ АСПЕКТІВ ВИМУШЕНОЇ МІГРАЦІЇ В НОВЕ СОЦІОКУЛЬТУРНЕ СЕРЕДОВИЩЕ	10
1.1. Міграція як соціально-психологічне явище	10
1.2. Соціально-психологічна адаптація вимушених мігрантів	19
1.3. Вимушена міграція: ознаки поведінки та фактори впливу	32
РОЗДІЛ 2. ЕМПІРИЧНЕ ДОСЛІДЖЕННЯ ПСИХОЛОГІЧНИХ АСПЕКТІВ ВИМУШЕНОЇ МІГРАЦІЇ В НОВЕ СОЦІОКУЛЬТУРНЕ СЕРЕДОВИЩЕ	46
2.1. Організація та методи дослідження психологічних аспектів вимушеної міграції в нове соціокультурне середовище	46
2.2. Результати емпіричного дослідження психологічних аспектів вимушеної міграції в нове соціокультурне середовище	49
ВИСНОВКИ	60
СПИСОК ВИКОРИСТАНИХ ДЖЕРЕЛ	62
ДОДАТКИ	65

ВСТУП

Актуальність роботи. Питання міграції є досить актуальною не лише для якоїсь конкретної країни чи регіону, а й для світової спільноти в цілому. Останні десятиліття кількість людей, які вдаються до міграції зростає. І якщо в попередні роки це було зумовлено економічними причинами, то тепер ще й політичні причини штовхають людей до міграції. Поруч із трудовою еміграцією, зросла частка вимушених мігрантів. Міграція в цілому пов'язана зі складними вимогами та стресовими факторами, такими як адаптація до нової культури, мовні бар'єри, занепокоєння щодо статусу проживання або досвід дискримінації. Проте дослідники дедалі більше наголошують на тому, що мігранти можуть по-іншому реагувати на ці загальні вимоги та стресори, коли їх міграція була вимушеною, ніж добровільною. Відповідно, науковці вимагають розглядати біженців як особливу групу мігрантів і адаптувати існуючі теоретичні моделі до випадку вимушеної міграції.

З моменту проголошення незалежності України і аж до весни 2014 року внутрішня міграція в Україні була в основному пов'язана з переміщенням людей із сіл до міст або з регіонів до столиці. Починаючи з 2014 року численні внутрішні переміщення в Україні, спричинені анексією Криму та військово-політичним конфліктом на сході держави, перетворилися у процес масової вимушеної внутрішньої міграції. Вона стала однією з найбільш складних для вирішення та драматичних за своїми наслідками проблем суспільства, в результаті якої сформувалася нова для України соціально-вразлива категорія населення – внутрішньо переміщені особи (ВПО).

Так, починаючи з 2014 року велика кількість українців змушена була змінити своє місце проживання, іммігруючи в глиб країни або ж емігруючи закордон. Причиною цього стала окупація Донецька, Луганська та півострова Крим. Але, уже у 2022 році ці показники ще більше зросли, оскільки через

повномасштабне вторгнення кількість українців, які були змушені мігрувати, значно збільшилась. І це стало серйозним викликом не лише для України, а й для інших країн. За даними Міжнародної організації з міграції ООН у перші півроку 2022 року 11,4 мільйона українців були вимушені покинути своє житло.

Проблема міграції здавна викликала інтерес у багатьох науковців. Так, зарубіжними вченими було досить ґрунтовно досліджено проблему вимушеної імміграції, і розроблено практичні підходи до вирішення цієї проблеми (Дж. Грегорі, Д. Кокс, М. Павара). Дослідженням проблеми регулювання вимушеної міграції займалися С. Касл, Е. Шоенхольц, П. Фаген. Окремі аспекти вимушеної міграції висвітлені у працях сучасних українських вчених: І. Войналович, М. Кримова, Л. Щетініна. Незважаючи на великий інтерес до цієї теми з боку різних науковців і намагання висвітлити проблему міграції якомога повніше, та все ж ця проблема досі залишається не достатньо вивченою. Особливо, враховуючи особливості і специфіку вимушеної міграції в умовах війни, економічних та політичних потрясінь.

Об'єкт дослідження: вимушена міграція в сучасному соціокультурному середовищі.

Предмет дослідження: психологічні аспекти вимушеної міграції в нове соціокультурне середовище.

Мета роботи: теоретично обґрунтувати та емпірично дослідити психологічні аспекти вимушеної міграції в нове соціокультурне середовище.

Завдання роботи:

1. Розкрити сутність поняття «міграція» як соціально-психологічного явища.
2. Описати особливості адаптації вимушених мігрантів.
3. Емпірично дослідити психологічні аспекти вимушеної міграції в нове соціокультурне середовище.

Гіпотеза дослідження. За умов нового соціокультурного середовища, що виникло під впливом вимушеної міграції українців, психологічні аспекти адаптації є ключем до розуміння та вирішення проблем цієї соціально-психологічної динаміки. Передбачається, що на психологічну адаптацію вимушених мігрантів в нове середовище впливають не лише екзогенні (економічні та політичні) чинники, а й ендогенні фактори, такі як особистість мігранта, його психічна стійкість, соціокультурний контекст приймаючого суспільства та міжособистісні взаємини в новому середовищі.

Методи дослідження. Темі та меті дослідження відповідають теоретичні та емпіричні методи дослідження. Серед теоретичних методів можна виділити: аналіз, систематизацію та узагальнення психологічної літератури з проблематики вимушеної міграції в сучасних соціокультурних умовах; емпіричних: методика визначення рівня задоволення основних потреб; методика вимірювання суб'єктивного відчуття самотності (Д. Рассел, Л. Пепло, М. Фергюсон); опитувальник «Соціально-психологічна адаптація» (Роджерс-Даймонд); шкала психологічного благополуччя (К. Ріфф).

Практичне значення результатів дослідження: вплив на розробку та впровадження конкретних заходів, спрямованих на поліпшення психологічної адаптації вимушених мігрантів в нове соціокультурне середовище.

Експериментальна база дослідження. У дослідженні взяли участь 65 вимушених мігрантів, з них 25 емігрантів і 40 внутрішньо-переміщених осіб.

Структура кваліфікаційної роботи. Дипломна робота включає в себе вступ, два розділи, висновки, додатки та список використаних джерел. У роботі представлено 5 графічних зображень. Список використаних джерел налічує 27 найменувань. Загальний обсяг кваліфікаційної роботи складає 76 сторінки, з яких 60 становлять основний текст.

РОЗДІЛ 1.

ТЕОРЕТИЧНИЙ АНАЛІЗ ПСИХОЛОГІЧНИХ АСПЕКТІВ ВИМУШЕНОЇ МІГРАЦІЇ В НОВЕ СОЦІОКУЛЬТУРНЕ СЕРЕДОВИЩЕ

1.1. Міграція як соціально-психологічне явище

Люди переселялися з давніх часів. Вони завжди асоціювалися з масовими структурними перетвореннями, що робило їх важливими компонентами соціальних змін у всьому світі. Міграція також впливає на всі сфери життєдіяльності суспільства, включаючи культурний розвиток, реальний обмін трудовим та виробничим досвідом, сімейний склад і статево-вікову структуру населення та стабільність, яка безпосередньо пов'язана з соціальною, виробничою і професійною мобільністю населення.

На сьогоднішній день українське міграційне поле є досить відкритим і знаходиться в процесі розширення, оскільки спостерігається значна активізація міграційних процесів, що є наслідком більшої глобалізації у світовому масштабі. У ХХ ст. її вже називали «епохою міграції». Тому цілком логічно, що психологи нашої країни та із-за кордону звертають увагу на це явище.

Під поняттям «міграція» (від лат. *migratio*) розуміють переселення, тобто територіальне переміщення населення, що передбачає зміну місця проживання. Про міграцію говорять лише в тому в тому випадку, коли є перетин певних кордонів – державних чи адміністративних. В інших випадках переселення особи не вважаються міграцією, особливо якщо ці переселення ніяк не впливають на існуючі соціальні зв'язки чи на неї саму [12].

Міжнародна організація з міграції (МОМ) визначає термін «мігрант» як «усі випадки, коли рішення про міграцію приймається добровільно з особистих причин, без впливу будь-якого зовнішнього примусового фактору» [14, 37].

Міграція, як соціально-психологічне явище є складним процесом, який включає багато аспектів, які впливають як на самих мігрантів, так і на суспільство, що їх приймає. Одним із головних аспектів є адаптація мігрантів до нового середовища, включаючи мову, культуру та соціальні норми. Стрес та невпевненість можуть виникнути під час цього складного процесу, особливо в контексті культурного шоку.

Культурний шок часто має негативні наслідки. Однак слід зазначити, що це корисно для тих, хто стикається з початковим дискомфортом, оскільки призводить до прийняття нових цінностей і моделей поведінки, важливих для саморозвитку та особистого розвитку. Культурний шок слід розглядати як перший крок до адаптації до нового середовища. Це свідчить про те, що людина намагається пристосуватися до нових ситуацій та заспокоїтися.

Дослідники культурного шоку намагалися визначити проблеми, з якими стикаються іммігранти, та їх нормальні реакції на різні ситуації. Недостатньо уваги приділено особистим аспектам культурного шоку, наприклад: кількість людей, які зазнали шоку, фактори, що впливають на індивідуальні реакції, тривалість шоку та інші фактори. Тому, досліджуючи складний процес культурної адаптації, слід підкреслити наявність двох аспектів адаптації. Одна сторона - зовнішня, яка виявляється в участі людини в соціальному і культурному житті нової групи. А друга сторона - глибше і більш внутрішньо відповідає індивідуальним реакціям, які виражаються в особистих ситуаціях, і відчуттю щастя, і повноти життя.

Але зміни місця проживання з однієї області в іншу не завжди є пріоритетом у свідомості людини. На мою думку, домінує мотиваційні компоненти, а саме прийняття рішення. Мова йде про мету, яка виникає в свідомості людини і переважно є уявною. Міграційна поведінка людей тісно пов'язана зі змінними, які розглядаються. Процес міграції є результатом взаємодії соціальних і економічних факторів. Деякі міграційні настрої можуть бути спричинені реакцією людей на соціально-економічні обставини. Під час міграції люди часто замислюються про зміну постійного місця проживання.

Мотиваційні установки впливають на рішення людини добровільно чи вимушено змінити місце проживання та формують певний тип міграційної поведінки потенційного мігранта.

Крім того, міграція може призвести до перевизначення особистої ідентичності мігрантів, які стикаються з конфліктами між своєю старою та новою особистістю. Цей процес може бути особливо важким для людей, які мігрують до країн з іншою культурою та соціальними нормами. Однак міграція також може бути джерелом ресурсів і стійкості для мігрантів, оскільки вони можуть спиратися на сімейні зв'язки, культурні ресурси та особисті якості, щоб подолати труднощі.

До того ж, міграція представлена полімотивованим суспільним явищем, виникнення якого зумовлене прагненнями до задоволення потреб, а це можливе лише за наявності мобільності людини та реалізується як у фізичному, так і у віртуальному просторі. Головною специфікою міграції є намір індивіда змінити місце проживання, влаштуватися на новому місці. Ключовим для розуміння сутності міграції є поняття рідного дому як оселі, яка має відбиток індивідуальності свого мешканця. Тому, якщо особи під час відрядження чи навчання проживає поза межами свого дому, то це не сприймається як міграція.

Міграція як суспільне явище включає в себе три основні параметри, серед яких: зміна індивідом координат свого перебування, тобто переміщення (чинник мобільності); намір індивіда поліпшити своє матеріальне і (або) соціальне становище (чинник потреб); прагнення індивіда обжитися на новому місці та вважати його «другою батьківщиною» (чинник стабільності) [7].

Як зазначає Л. Рибаківський, існує суттєва відмінність між поняттями мобільність (рухливість) та міграція. Ця відмінність полягає у тому, що міграція передбачає певну дію, яка проявляється у територіальному переміщенні, тоді як мобільність відображає готовність до цієї дії.

У науковій літературі представлено різні підходи до класифікації міграції, зокрема її видів. В основі кожної класифікації покладені різні критерії. Так, виділяють такі види міграції:

1. Залежно від перетинання кордону виділяють внутрішньодержавну і міждержавну міграцію. В'їжджаючи в країну чи переміщуючись в її межах людина буде вважатися іммігрантом, коли мова йде про перетинання кордону, тоді говорять про еміграцію.

2. Залежно від тривалості існує постійна і тимчасова міграція. Постійна міграція часто зумовлена політичними чи особистісними причинами, тоді як під тимчасовою міграцією часто розуміють трудову.

3. Залежно від добровільності виділяють вимушену і суверенну міграцію. Вимушена міграція передбачає вимушене прийняття рішення про переселення і як правило зумовлена складними соціально-політичними, економічними чи безпековими чинниками. Суверенна ж міграція передбачає відсутність будь-якого тиску і наявність власних мотивів, які покладені в основу міграції [23, 26].

Окрім того, на законодавчому рівні виділяють ще два види міграції «вимушена міграція» і «біженство». Така законодавча класифікація є важливою з позиції законодавчого регулювання і допомоги цим категоріям мігрантів. Варто зазначити, що ці два види міграції відносяться до вимушеної, і базуються на зовнішньому тиску і складних обставинах, які призводять до їх виникнення. Що стосується відмінностей, то однією із них є те, що біженець як правило керується бажанням «втекти» від небезпеки, заздалегідь не думаючи куди саме, не шукаючи конкретного місця. Для нього важливо не куди, а від чого. Аби лише подалі від небезпеки. Переселенець, зазвичай, обдумує куди саме він хотів би переміститися, обирає місце [20, 128].

Біженцем є особа, яка «знаходиться поза межами рідної країни внаслідок добре обґрунтованих побоювань стати жертвою переслідування через свою расу, релігію, національність, належність до певної соціальної групи або політичні погляди, і не може або внаслідок таких побоювань не бажає скористатися захистом своєї країни».

Згідно з керівними принципами УВКБ ООН, внутрішньо переміщені особи – люди або групи людей, які були змушені рятуватися втечею або покинути свої будинки чи місця проживання, через або для того, щоб уникнути наслідків збройного конфлікту, ситуації загального насильства, порушень прав людини або стихійних лих/ техногенних катастроф, які не перетнули міжнародно визнаний державний кордон країни.

4. Залежно від причин міграції виділяють політичну і економічну міграцію. Трудова міграція, під якою розуміють виїзд до інших країн на заробітки з наміром при нагоді стати постійним мешканцем країни перебування, відноситься до економічної міграції.

5. Залежно від легальності міграції виділяють легальну (законодавчо врегульовану, фіксовану) і нелегальну (є порушенням закону).

6. Залежно від кількості мігрантів розрізняють індивідуальну і масову (етнічну). Різновидом масової міграції є діаспора. А основними її причинами є складні політичні, економічні чи соціальні проблеми у своїй країні, що змушує людей шукати «кращої долі» за її межами.

7. Залежно від підготовленості до міграції можна виділити відповідно підготовлену і непідготовлену міграцію. Цей вид міграції має місце, коли мова йде про трудову міграцію. Тобто, у випадку заздалегідь знайденого місця роботи, і обговорення всіх нюансів, буде вважатися, що така міграція є підготовленою. В іншому ж випадку – непідготовлена. Коли мова йде про біженців, вимушених переселенців, тоді звичайно така міграція є непідготовленою, спонтанною [23, 23].

Як було вказано у вищезазначених типологіях міграції, важливим аспектом вивчення міграційної поведінки є спосіб, яким люди включаються в міграційні процеси: добровільність, примусовість або вимушеність міграції. Добровільна міграція відбувається за самостійним рішенням індивіда або групи осіб. Примусова міграція, навпаки, є результатом насильницького переселення державою (депортація) або міграції в межах пенітенціарної системи.

Вимушена міграція відбувається унаслідок зміни місця проживання через різноманітні причини, такі як військові дії, політичні конфлікти, переслідування за релігійними чи етнічними мотивами, або насильство проти особи або членів її сім'ї. Окремою категорією вимушеної міграції є внутрішньо переміщені особи, які залишають свої домівки, але не перетинають міжнародних кордонів, а лише мігрують в межах власної країни внаслідок невдалої ситуації в рідному регіоні. Така міграція часто зумовлена необхідністю уникнути небезпеки або захистити своє життя та життя своїх близьких.

Варто зазначити, що науково вивірені типології дозволяють не лише точно окреслювати картину міграцій, а й оцінювати всю різноманітність мотивації та поведінки людей. Зі значної кількості типологій, побудованих на різних засадах, варто зосередитися на тих, які вказують на соціально-психологічні особливості міграційної поведінки [7].

Так, в рамках соціокультурної типології, що базується на різних моделях, розглядають такі характеристики, як стать, сімейний статус, вік, професійна кваліфікаційна та етнічна приналежність. Всі ці ознаки значно впливають на специфіку міграційної поведінки особи.

В рамках правової типології важливим є соціально-психологічний аналіз міграційних процесів, оскільки вони безпосередньо впливають на повсякденне життя мігрантів. В цьому випадку мова йде про законодавче регулювання та наявність певних гарантій. Наприклад, трудова міграція, яка передбачає переїзд до іншої країни з метою працевлаштування, може поділятися на чотири види:

1) офіційна трудова міграція. Цей вид трудової міграції передбачає переміщення громадян за кордон і декларування мети, з якою вони їдуть в іншу країну для здійснення трудової діяльності. Ці мігранти перебувають на території іншої держави легально і саме по них представлені дані у статистиці;

2) неофіційна легальна міграція передбачає поїздки за кордон із декларованою метою туризму або відвідування родичів із подальшим працевлаштуванням та реєстрацією в країні-реципієнті. Дані за цими

мігрантами не відображаються у вітчизняній статистиці, однак вони стають цілком легальними трудовими мігрантами у країнах-реципієнтах;

3) успішна нелегальна міграція – поїздки, пов'язані з незареєстрованою зайнятістю видами діяльності, дозволеними законодавством відповідних країн;

4) міграція жертв злочинних угруповань – торгівля людьми та інші випадки перебування мігрантів у не людських умовах або зайнятість протиправною діяльністю за кордоном не з власної волі [10].

Дослідження у галузі соціології трудової міграції вказують на те, що переміщення людей має значний вплив на соціальну структуру та статусні характеристики різних верств населення у районах, куди прибувають і відправляються мігранти. Ці дослідження також підкреслюють, що міграція дозволяє людям реалізувати своє право на отримання вищої винагороди за працю, яка відповідає їх освіті та професійним навичкам. Отже, причиною для трудової міграції є не лише відсутність роботи у певному регіоні, але і відсутність такої роботи, яка відповідала б вимогам умов праці, заробітної плати та можливості професійного зростання, враховуючи рівень освіти та кваліфікації людини. Це означає, що багато мігрантів шукають роботу не лише для забезпечення базових потреб, а й для задоволення своїх професійних амбіцій та розвитку кар'єри. Виходячи з цього, виокремлюють три типи трудових мігрантів:

1) трудові мігранти, що прибувають на роботу за контрактом, це переважно люди напівкваліфіковані або некваліфіковані, які перебувають у країні протягом певного періоду, працюючи за попередньо укладеним договором;

2) висококваліфіковані спеціалісти - це працівники транснаціональних компаній та спільних підприємств, які, завдяки своїм професійним навичкам і досвіду, переїжджають з однієї країни в іншу, вони зазвичай мають високий рівень кваліфікації та спеціалізації в своїй галузі;

3) нелегальні трудові мігранти - це люди, які перебувають у країні без необхідних дозволів на роботу. Вони можуть працювати у неофіційному секторі економіки або виконувати низько кваліфіковану роботу, не маючи офіційного статусу працівника. [27].

Розкриваючи зміст феномену міграції доцільно вказати на функції, які вона виконує. Оскільки, саме через функції міграції виражається її сутність і зумовлюються властивості цього явища. Однією із функцій міграції є розвитку населення. Це проявляється у тому, що мігруючи людина має можливість не лише покращити своє економічне чи соціальне становище, а й познайомитися з іншими традиціями, правилами, розширити свій світогляд, здобути нові знання та досвід тощо. Це дозволяє задовольнити різні потреби: матеріальні, культурні, трудові.

Селективна функція включає розрізнення у розподілі різних соціально-демографічних груп у міграційних пересуваннях. Іншими словами, спостерігається відмінність у міграційних потоках за такими параметрами, як стать, вік, освіта, професійна належність, кваліфікація, місце проживання (місто чи село) і т.д.

Економічна функція має на меті забезпечити відповідність якісного та кількісного розподілу робочої сили різного профілю та кваліфікації попиту та пропозиції у різних регіонах чи країнах.

Таким чином, до основних чинників, які зумовлюють міграційні процеси можна віднести відмінності у рівні матеріального добробуту людей, умови праці та умови проживання. Відповідно, причинами міграції виступає великий розрив між бажаннями, і потребами людини, і можливостями їх задовольнити. Тобто, коли людина проживає тривалий час у певному місці і виконує певну діяльність, але при цьому її матеріальне становище і умови життя не покращуються, тоді виникає потреба у змінах. І часто, такими змінами є міграція в інші регіони чи закордон.

До ключових аспектів соціальної ролі міграції відноситься задоволення як індивідуальних, так і соціально-групових потреб, що розширюються за межами матеріальних аспектів. Ці потреби включають в себе безпеку, відчуття групової приналежності та бажання самореалізації та підвищення соціального статусу. Незадоволеність цими потребами сприяє збільшенню рівня мобільності індивіда.

Варто зазначити, що людина вдається до міграції зазвичай тоді, коли те місце де вона проживає і той статус, який вона має не мають належного рівня. Прикладом такого внутрішнього переміщення є переїзд молодих людей із сільської місцевості до міст. Це пов'язане з тим, що у місті набагато більше можливостей реалізуватися, отримати якісну освіту, знайти престижну і високооплачувану роботу. Але варто зазначити, що самі міста також мають відмінності у пропозиціях і попиті, у можливостях, які вони надають і вимогах, які висувають.

За останні два роки в українському суспільстві відбулися значні зміни, які призвели не лише до серйозних військово-політичних конфліктів, а й до серйозних соціально-економічних криз, а також міжнаціональних конфліктів. Усе це призвело до суттєвих змін як у свідомості та світогляді українців, так і в їх побуті, суспільних настроях та душевному стані. Це стосується біженців, вимушених переселенців, а також жителів, які мають прямий контакт з біженцями.

Мігранти стикаються з багатьма проблемами, не тільки соціальними та правовими, але й з регулюванням соціального статусу, працевлаштуванням, поверненням пенсій тощо. Однак соціальні та сімейні проблеми, особливо на новому місці проживання, пов'язані з розміщенням та організацією.

Зрозуміло, що багато біженців, вимушених біженців, не були готові швидко покинути окуповані території. Крім того, Україна не має досвіду вирішення подібних проблем, тому столиця та більшість обласних та місцевих адміністрацій довелося навчатися у моменті.

Сучасне українське суспільство стикається з важкою та складною соціально-психологічною адаптацією вимушених мігрантів, а також адаптацією місцевих громад, які приймають внутрішніх мігрантів або змушені це робити.

Таким чином, в умовах сьогодення все більше диференціюється розуміння міждержавної міграції. І в контексті цього найбільшою проблемою є втрата висококваліфікованих фахівців, які становлять трудовий ресурс. Такі негативні тенденції можуть мати пагубні наслідки як для економічного розвитку України, так і для її наукового, соціального, культурного потенціалу. Така «втрата умів» може призвести до зниження інтелектуального рівня населення, а це відповідно утворить ще більшу прірву між нашою країною і високорозвиненими країнами. Вилучення зі структури населення соціально найактивнішої частини, якою є інтелектуальна еліта, призводить до зниження пасіонарності українського етносу. Це є досить небезпечним явищем, яке може становити безпосередню загрозу безпеці суспільства, перспективам його соціального та економічного розвитку [6].

Отже, у сучасній літературі існує багато різновидів міграції, виділені її особливості і причини. Але узагальненим для всіх видів міграції є пошук людиною можливостей задоволення власних потреб (економічних, безпекових, інтелектуальних тощо).

1.2. Соціально-психологічна адаптація вимушених мігрантів

Незважаючи на те, що проблема внутрішньої вимушеної міграції є досить новою для українського суспільства, її складність робить її справжнім викликом для дослідників, влади та місцевих громад, які мають створити чіткий механізм інтеграції мігрантів у нові соціальні зв'язки та стосунки. На сьогоднішній день жодне систематичне соціально-психологічне дослідження не торкнулося проблеми адаптації внутрішньо переміщених осіб чи співадаптації місцевих громад, які змушені приймати переміщених осіб.

Необхідно згадати, що міграція є складним суспільним явищем, що впливає на різні аспекти соціально-економічного життя. Ми говорили про два основних типи міграції: внутрішня, яка відбувається в межах кордонів однієї країни, і зовнішня, коли люди переїжджають до інших країн або континентів.

Вимушений переселенець – це особа, яка змінила місце проживання через насильство або переслідування, або через реальну загрозу такого переслідування за расовою або національною ознакою.

Біженець – це особа, яка має обґрунтовані побоювання стати жертвою переслідувань за расовою, національною або іншою ознакою і знаходиться за кордоном своєї країни громадянства та не може чи не бажає скористатися захистом своєї країни.

Вимушена міграція включає переміщення людей з незалежних від них причин, які часто суперечать їхнім побажанням, або переміщення з метою знаходження безпеки та притулку.

Відповідно, вимушеність виявляється у відсутності позитивної мотивації для переміщення та зміни умов проживання, яка може поставити під загрозу нормальну життєдіяльність або безпеку без перспективи нормалізації ситуації.

Адаптація – складний, стресовий процес навіть за сприятливих умов. Одним із основних критеріїв розмежування норми та патології є адаптація. У ситуаціях вимушеної міграції межа між нормою та патологією стає все більш розмитою та неясною. У стресових і незвичайних ситуаціях вимушеної міграції нормальна реакція на дуже важкі і стресові ситуації може імітувати проблеми з психічним здоров'ям у звичайних життєвих ситуаціях. Досвід біженців, що виникає внаслідок травматичних ситуацій, вимушеного переміщення, втрати постійного місця проживання та труднощів виживання в нових ситуаціях, часто є психологічним.

Клінічні спостереження показують, що проблеми психологічної адаптації часто мають аномічний (апатія, відсутність мотивації, замкнутість) або дисоціативний характер (деструктивна агресія, афективна нестійкість, знижена толерантність до психологічних станів).

Дослідження психологічних проблем і проблем вимушених мігрантів показує, що вони комплексні та охоплюють усі основні аспекти особистості: когнітивний, емоційний, поведінковий, мотиваційний та комунікативний. Погіршення психічного здоров'я серед іммігрантів може призвести до загальних розладів особистості. Найважливішим є криза ідентичності.

Соціально-психологічна адаптація – це активний процес пристосування до соціального середовища, який відбувається через адаптацію до існуючих у суспільстві соціальних вимог і норм. Проблема внутрішньої вимушеної міграції є відносно новою для сучасного українського суспільства, але, за рахунок того, що вона є досить складною в контексті розуміння і наслідків, то це, є викликом як для наукової сфери так і для держави в цілому. Якщо говорити про науковців, то перед ними стоїть завдання як найповніше дослідити це явище, виділити його причини, особливості та наслідки, і відповідно до цього запропонувати шляхи мінімізації його негативних проявів як для держави так і для самих вимушених переселенців. Що стосується держави, то представникам влади різного рівня, необхідно сформулювати чіткий механізм включення мігрантів до системи соціальних зв'язків та відносин.

Внутрішньо переміщені особи часто не знають, як вирішити проблеми, пов'язані з адаптацією до нових умов життя. Низка авторів вказує на необхідність створення такого механізму як ефективної системи подальшої адаптації вимушених переселенців.

Вимушена міграція в основному спричинена такими чинниками як: безпекові та політичні, територіальні, природно-географічні, економічні, соціально-демографічні, етнолінгвістичні, релігійні та електоральні, а також соціокультурні. Економічних біженців можна вважати вимушеними мігрантами, якщо вони хочуть уникнути ситуацій, у яких порушуються їхні економічні права.

Вимушена міграція породжується порушенням основних прав людини і громадянина, закріплених у багатьох правових документах, зокрема права на: безпечне для життя і здоров'я та навколишнє природне середовище; охорону

здоров'я, медичну допомогу, свободу віросповідання, на свободу політичних та релігійних переконань.

Ситуація вимушеної міграції має кілька аспектів, які впливають на окремих людей і сім'ї. З економічного боку це часто призводить до втрати матеріальних благ і фінансової незахищеності через раптові потрясіння та втрату роботи чи джерел доходу. Юридично вимушені мігранти стикаються з проблемами у визначенні свого правового статусу в приймаючій країні, з тривалим і складним процесом отримання громадянства або легального проживання, що призводить до правової нерівності порівняно з корінним населенням. Психологічно вимушені мігранти переживають негативні життєві події, такі як втрати та зміни, як під час процесу міграції, так і в період адаптації до нового суспільства, що може призвести до стресу, тривоги та травми. У соціальному та культурному плані вимушені мігранти стикаються із соціальними змінами та культурними відмінностями у своєму новому середовищі, часто переживаючи ізоляції та позбавлення звичного соціального та культурного контексту. З політичного погляду вимушені мігранти можуть не мати можливості впливати на внутрішню та зовнішню політику приймаючої країни, поки вони не отримають повне громадянство, що обмежує їхню участь у політичних процесах та прийнятті рішень.

У контексті економічних наслідків міграції відбуваються значні зміни в демографічній структурі, освітньо-професійному складі населення як у регіоні-донорі, так і у регіоні-реципієнта. З одного боку, це може сприяти вирішенню проблеми дефіциту робочої сили, підвищенню конкурентоспроможності та ефективності праці, а також сприяти покращенню економічних показників та стримуванню інфляції (оскільки іноземні працівники частіше зберігають фінансові заощадження). З іншого боку, міграція може призвести до демпінгу на ринку праці, збільшення конкуренції та зниження якості праці (особливо у разі вимушеної міграції, коли працівники можуть мати недостатню кваліфікацію), а також збільшення навантаження на ринок житлово-побутових послуг. Також міграція може призвести до відтоку фінансів за кордон (до

країни-донора), зростання рівня економічної та кримінальної злочинності, а також міжетнічних конфліктів (особливо у випадку, коли мігранти відмовляються асимілюватися).

Вимушена міграція у своєму політичному аспекті призводить до трансформації існуючої державно-політичної реальності під впливом переміщення населення чи окремих громадян за межі адміністративно-територіальних кордонів на тривалий період. Це часто призводить до порушення можливості вимушених переселенців легально реалізувати свої політичні права, що зумовлено об'єктивними чинниками (наприклад, тимчасова відсутність виборчих прав через ненабуття громадянства). Разом з цим можливі ситуації неправомірного порушення виборчого права внутрішньо переміщених осіб.

Серед безпосередніх, хоча й дещо відстрочених у часі, соціально-політичних наслідків масової етнічної міграції з утворенням ізольованих громад є зростання ксенофобії та націоналізму серед населення приймаючих країн.

Дуже важливою, на нашу думку, є увага не лише до соціально-політичних, правових і психологічних аспектів, але й до економічних наслідків зовнішньої (міжнародної) міграції населення, які можуть виявитися в майбутньому. Ця міграція суттєво впливає на якість і кількість робочих ресурсів як у країнах, які приймають мігрантів, так і в країнах-донорах. Зокрема, особливо актуальною проблемою найближчим часом може стати зростаючий тиск, що створюється вимушеними мігрантами на ринок праці країн ЄС, які їх приймають.

Говорячи про внутрішньо переміщених осіб варто зазначити, що в силу пережитих подій і обставин, вони можуть бути неготовими адекватно вирішувати проблеми, які пов'язані з їхнім облаштуванням на новому місці, в нових умовах життя. Тому, ще одним завданням, яке стоїть перед різними фахівцями є створення ефективної системи подальшої адаптації людей до нового соціокультурного середовища [6].

Варто зазначити, що коли переселенці прибувають до місця переселення, то у них починається процес входження, вживання, влаштування у нових для них умовах. Для цього процесу характерні організаційні, правові, політичні, культурні, психологічні аспекти. І хоча цей процес є цілісним, все ж у ньому виділяють окремі види адаптації, зокрема: політичну, економічну, соціально-організаційну, трудову, етнічну, релігійну, культурну, інформаційну, освітню, психологічну. Для усіх мігрантів важливою є адаптація на всіх рівнях. Хоча в адаптації будуть проявлятися відмінності, що зумовлені рівнем її здійснення, мірою, якою вона торкається внутрішньої структури особистості [13].

В кінці 1990-х років було проведено низку досліджень, які показали, що емоційний стан вимушених мігрантів сильніше впливає не подія, яка змусила особу переїхати, а перші роки проживання у новому місці. Цей період визначається процесом адаптації до нових умов середовища у соціокультурному контексті.

У психологічному плані вимушена міграція становить серйозне навантаження на психіку людини: первинна травматизація психологічної сфери формується історією самої міграції; в той же час, вторинна травматизація відбувається у новому соціокультурному середовищі через необхідність адаптації та інші складнощі, що виникають після переїзду, такі як мігрантофобія населення або країни, що приймає переселенців. Якщо первинна травматизація психіки відбувається швидко і частково завершується самим актом міграції, то вторинна травматизація може тривати довгий час, оскільки адаптація до нового середовища може бути складною та тривожною.

Про психологічну адаптацію можна говорити в тому випадку, коли встановлена оптимальна відповідність між особистістю і навколишнім середовищем у процесі здійснення властивої людині діяльності, що дозволяє їй задовольнити актуальні потреби і реалізовувати зв'язані з ними значущі цілі (при збереженні психічного і фізичного здоров'я), забезпечуючи водночас відповідність психічної діяльності людини, її поведінки вимогам середовища.

Мігранти можуть бути оцінені за різними показниками адаптації, які дослідники зазвичай об'єднують у дві групи: об'єктивні та суб'єктивні (зовнішні та внутрішні, соціокультурні та психологічні). До суб'єктивних показників соціокультурної адаптованості можна віднести задоволеність мігранта своїм становищем у соціокультурному середовищі, свідоме прийняття норм і традицій даного соціокультурного середовища, бажання та готовність збагатити зміст, форми і способи соціокультурної взаємодії з цим середовищем. Суб'єктивні критерії адаптованості відображають зміни на всіх рівнях особистісної сфери, таких як когнітивний (знання про нове середовище), емоційний (задоволеність різними аспектами життя), ціннісний (зміни в системі цінностей) та поведінковий (успіхи в діяльності, спілкуванні, соціальній активності і т. д.).

Основні зовнішні ознаки адаптованості можна визначити через динаміку активності у творчих процесах даного соціокультурного середовища та суспільства загалом. Адаптованість виявляється у збагаченні змісту та характеру культурної діяльності в умовах цього середовища. Також важливою є здатність до динамічного використання досягнень культурного прогресу та збереження стабільності суб'єкта адаптації в цьому середовищі.

Адаптованість також можна помітити у зміні ставлення до власної культури та традицій, у здатності до взаємодії з представниками інших культур та усвідомленні власної ідентичності у міжкультурному контексті. Важливим показником адаптованості є також готовність до взаємодії та співпраці з іншими членами суспільства, а також вміння вирішувати конфлікти та проблеми конструктивно та ефективно.

Важливий взаємозв'язок між зовнішніми та внутрішніми критеріями адаптованості: складний психологічний стан, депресія та відчуття безпорадності можуть ускладнити пошук роботи та успішність адаптації на новому місці. Тому відновлення внутрішніх ресурсів людини та її здатність користуватися соціальною підтримкою (інформаційною, емоційною, соціальною, інструментальною) оточуючих особливо важливі.

Хоча цей процес буде індивідуалізованим залежно від особистих якостей, таких як гнучкість та адаптивність, основні соціальні та культурні досягнення, такі як працевлаштування, вивчення мови тощо, будуть схожими. Під складним активним процесом адаптації слід розуміти не лише пристосування людини до оточуючого середовища, а й її інтеграцію в нову систему на більш складному організаційному рівні через активну взаємодію між людиною та середовищем. Соціальній адаптації сприяє попередній досвід. Безперечно, досвід попереднього пристосування до мінливих обставин підвищує адаптивність як особистісну характеристику, що включає здатність людини мобілізувати власні ресурси, створювати оптимальні стратегії поведінки та бути гнучкою, незалежно від об'єктивного та суб'єктивного значення ситуації. та його значення для адаптації до потенційних змін обставин

Соціальна адаптація з одного боку є постійним процесом, який полягає у пристосуванні особистості до існуючих суспільних відносин, норм, зразків, традицій суспільства, в якому живе та діє людина, а з іншого боку це результат такого процесу. Так, якщо, взаємодіючи із навколишнім світом людина зіштовхується з інформацією, яка суперечить існуючим у неї установкам, то виникає стан дискомфорту (когнітивного дисонансу), який, в свою чергу, мобілізує особистість до пошуку пристосувальних реакцій. Процес входження людини в інше соціокультурне середовище, надбання тих чи інших форм іншої культури, розглядається як процес акультурації [2].

Соціальна адаптація може бути оцінена як успішна (позитивна) або неуспішна (негативна, низька, деструктивна). Г.У. Солдатова вказує на такі основні показники успішності адаптації мігрантів:

- 1) налагодження позитивних відносин з новим середовищем та вирішення повсякденних проблем (навчання, сім'я, побут, робота);
- 2) активна участь у соціокультурному житті приймаючого суспільства;
- 3) збереження задовільного психічного стану та фізичного здоров'я;
- 4) адекватність у спілкуванні та міжкультурних відносинах;
- 5) цілісність та інтегрованість особистості.

Успішна соціальна адаптація передбачає здатність забезпечити рівень життя, який дозволяє зберігати або підвищувати соціальний статус шляхом задоволення матеріальних та духовних потреб індивіда. Неуспішна соціальна адаптація, навпаки, призводить до зниження соціального статусу особи, яка переживає лише завдяки використанню ресурсів інших. Така деструктивна адаптація негативно впливає як на індивіда, так і на соціальне середовище

Варто зазначити, що проблема адаптації мігрантів до нових умов розглядається в рамках декількох підходів. Так, перший підхід присвячений адаптації мігрантів. В ньому відзначено, що насамперед соціально-психологічна дезадаптованість особистості проявляється в нездатності задовольняти власні потреби і домагання. З іншого боку, особистість, що має порушення в адаптації або повну дезадаптованість, не в змозі відповідати тим вимогам і очікуванням, які пред'являють до неї соціальне середовище і власна соціальна роль, її провідна, в новому середовищі, професійна або інша мотивована ззовні і зсередини діяльність. Однією з ознак соціально-психологічної дезадаптованості особистості є переживання нею тривалих внутрішніх і зовнішніх конфліктів без знаходження психічних механізмів і форм поведінки, необхідних для їх розв'язання.

Міграція є значущим фактором стресу для переселенців. Цей процес включає адаптацію до нового середовища, яке часто асоціюється з високим рівнем напруги. Переселенець втрачає підтримку своїх старих соціальних зв'язків та можливість спілкуватися рідною мовою, що може бути важким. Його культурна адаптація також стає викликом. Переселенець змушений адаптуватися до нових умов життя, що може вплинути на його самовизначення, рівень задоволеності життям і загальний стан фізичного та психологічного здоров'я.

Коли ми говоримо про міграцію, маємо на увазі процес, який призводить до змін і втрат. Людина, яка мігрувала, може відчувати як психологічні, так і соматичні симптоми через отриманий стрес. Науковці з Швеції, які вивчають психіатрію, стверджують, що ці симптоми є нормальною, природною реакцією

на всі оточуючі зміни. Вони виділяють декілька рівнів довкілля: мікросередовище, яке відображає внутрішню будову індивіда, так зване «Я», з його генетичною основою, особистою історією та життєвим досвідом; макросередовище, яке охоплює ближнє оточення людини, родичів, друзів та місцеве суспільство, що вибудовувалося і розширювалося ще з дитинства; і мегасередовище, до якого входить культура та традиції рідної країни.

Для досягнення почуття добробуту та психологічного благополуччя важливо, щоб рівні мікросередовища, макросередовища та мегасередовища взаємодіяли ідеально. Міграція негативно впливає на цю взаємодію через втрати, які супроводжують переїзд. При переміщенні у межах країни людина часто втрачає макросередовище, але підтримка з боку мегасередовища залишається стійкою. У той час як еміграція, як правило, пов'язана з втратами на обох рівнях – макро- та мегасередовищі. Тому міграція частіше викликає глибоку психосоціальну кризу, яка перетворює людину на беззахисну істоту у протистоянні із соціально-економічними змінами. Ці обставини руйнують гармонію між мікро-, макро- та мегасередовищем, що, у свою чергу, негативно впливає на індивідуальний процес адаптації до економічної ситуації нової країни. Втрата відчуття безпеки спричиняє відчуття стресу, тривоги та інших порушень із області психіатрії.

Аналізуючи соціально-культурний аспект вимушеної міграції, важливо відзначити, що зіткнення з новою етнокультурною реальністю змушує мігрантів відмовитися від звичного способу життя, правил і форм поведінки, і прийняти нові. Це часто викликає культурний шок та травми, оскільки мігранти стикаються з непередбачуваними викликами та перешкодами, пов'язаними з адаптацією до нового оточення.

Процес входження людини в інше соціокультурне середовище, надбання тих чи інших форм іншої культури, розглядається як процес акультурації.

Аналіз акультураційних змін, що був зроблений у подальших дослідженнях, найбільш яскраво відображається у зверненні вчених до поняття «культурний шок», або шок переходу, «культурна втома» тощо.

Культурний шок пов'язується з невизначеністю норм і очікувань і, тому, зі складністю контролю над ситуацією та її прогнозуванням. У зв'язку з цим, як зазначає Г.У. Солдатова, виникає тривожність, апатія, доки не сформується нові когнітивні конструкти для розуміння іншої культури і вироблення відповідних моделей поведінки.

Поняття «культурний шок» було введено американським антропологом К. Обергом для опису емоційного стану та психологічних переживань, які виникають у людини при зіткненні з новою культурою. Оберг виділив шість аспектів культурного шоку, які характеризують складність цього явища:

1. Напруження для досягнення психологічної адаптації, що пов'язано з навчанням нових правил і норм, зусиллями у встановленні соціальних контактів та адаптації до нових умов життя.

2. Почуття втрати, коли особа відчуває втрату різних аспектів свого життя, таких як друзі, статус, професія, майно або навіть батьківщина. Це може викликати почуття туги та нерозуміння.

3. Почуття відторгнення або відторгнення, що виникає внаслідок неприйняття новою культурою або нездатності інтегруватися в неї.

4. Збій у рольовій структурі, коли людина відчуває збій у своїй ролі, очікуваннях та цінностях, що може призвести до плутанини в самоідентифікації.

5. Почуття тривоги і обурення через усвідомлення культурних відмінностей.

6. Почуття неповноцінності, що виникає внаслідок нездатності долати труднощі у новому середовищі, що може призвести до почуття неповноцінності та втрати впевненості у собі.

У процесі адаптації для всіх мігрантів проблемою є знаходження і налагодження контакту з місцевим населенням, поведінку якого дуже важко передбачити. В контексті цього можна виділити такі результати акультурації:

а) сприйняття – засвоєння значної частини іншої культури і прийняття стереотипів поведінки і цінностей;

б) адаптацію – сполучення власних і запозичених елементів у гармонічне ціле або збереження установок, що суперечать одні одним та взаємодіють у відповідності до тих чи інших обставин;

в) реакцію – виникнення безлічі різних контр-акультураційних рухів і вихід на перший план психологічних чинників [2, 112].

Таким чином, те, наскільки буде успішною акультурація і соціокультурна адаптація визначається безпосередньо складовими психологічного здоров'я [2].

Спершу акультурацію розглядали як явище групового рівня. Згодом, було виокремлено поняття психологічної акультурації, яка проявляється у зміні психології індивіда. Під зміною психології індивіда мається на увазі зміна ціннісної сфери особистості, рольової поведінки, соціальних установок індивідів тощо [2, 113].

Коли мова йде про вимушених переселенців, то процес акультурації є процесом соціально-психологічної адаптації ВПО до нових умов проживання, а культура нового середовища представлена складним багаторівневим феноменом, прояви якого присутні на всіх рівнях як окремої особистості так і всього нового соціокультурного середовища. Варто зазначити, що тривалість міжкультурної адаптації залежить від багатьох чинників, які поділяються на індивідуальні та групові.

Індивідуальні чинники включають в себе: індивідуальні відмінності (демографічні і особистісні); особистісні характеристики; життєвий досвід індивіда. Окрім цього, на успішність адаптації мігрантів впливає їхня готовність до змін. Хоча вона також залежить від добровільності міграції, адже якщо людина сама прийняла рішення переселитися, то вона більш відкрита до нового досвіду. Для переселенців, які були змушені мігрувати не за власним бажанням досить часто притаманний протест, агресивні чи навпаки апатичні прояви по відношенню до нових людей, умов тощо [13].

До групових чинників, які визначають успішність адаптації відноситься: міра схожості або відмінності між культурами; особливості культури, до якої належать мігранти; особливості місця перебування, перш за все, спосіб, за

допомогою якого впливають на вимушених мігрантів – чи прагнуть до їх інтеграції, чи толерантні до культурної різноманітності тощо [13].

Дж. Гуллахорн, розглядаючи стратегії адаптації вимушених переселенців, висунув теорію (W-подібна крива), яка ґрунтується на гіпотезі про відповідність процесу адаптації певної U-подібній кривій, що складається з п'яти етапів цього процесу. Перший етап характеризується оптимістичними очікуваннями та надіями на майбутнє. Другий етап передбачає зростання негативного впливу середовища на людину, що викликає стан депресії та розчарування. На третьому етапі виникають психосоматичні розлади та безпорадність. Четвертий етап супроводжується появою оптимізму, відчуттям задоволеності і інтегрованості в нових умовах. Останній етап завершується повною адаптацією індивіда. Тим не менше, деякі вимушені переселенці після нормалізації ситуації повертаються на попереднє місце проживання через те, що не можуть або не хочуть повністю адаптуватися до нового середовища. Їх чекають нові проблеми реадаптації, які знову повторюють U-подібну криву.

Отже, одним із найважливіших чинників у всьому міграційному процесі є соціально-психологічна адаптація вимушених переселенців. Таким чином, процес адаптації мігрантів до нових умов є тривалим і складним процесом, на який впливають як індивідуальні так і групові чинники. Окрім того, процес такої адаптації може ускладнюватися, якщо переселенці не мають мотивації адаптуватися та інтегруватися в нове середовище. Оскільки соціально-психологічні фактори формують життєве середовище мігрантів, мігранти позитивно формують їхній досвід виїзду та перші місяці перебування в новій країні. Якість соціально-психологічної адаптації вимушених мігрантів залежить від зовнішніх і внутрішніх факторів, а також від причин міграції та реальних умов зовнішнього середовища. Наголошую, що ефективніша соціально-психологічна адаптація мігрантів залежить від організованого середовища проживання. Це пов'язано з новим етапом життя після евакуації з України та новим інтегрованим досвідом евакуації за межі країни.

1.3. Вимушена міграція: ознаки поведінки та фактори впливу

Зовнішня міграція - коли громадяни України залишають свою країну та виїжджають до іншої країни з наміром повернутися назад; внутрішня міграція – це коли люди переїжджають всередині території України. Обидва види міграції торкнулися нашої країни.

Внутрішня вимушена міграція це складний соціально-демографічний процес, для якого характерна суттєва відмінність від добровільних міграцій. Основні відмінності між цими двома явищами зумовлені як їхнім змістом, так і підходами до управління переміщенням та регулювання впливу на соціально-економічний розвиток держави. Ознаки міграційної поведінки населення – основний критерій, за яким можна ідентифікувати внутрішню вимушену міграцію як соціальне, економічне та демографічне явище.

До основних ознак міграційної поведінки населення, які впливають на особливості міграційного переміщення можна віднести територіальні ознаки, правові ознаки та способи залучення до процесу міграції [22].

Під територіальними (адміністративними) ознаками мається на увазі перетин адміністративних кордонів певної держави та наявність відповідного громадянство мігрантів. Зазвичай у світовій практиці за територіальними ознаками розрізняють внутрішню міграцію (переміщення населення у адміністративно-територіальних межах держави), зовнішню міграцію (перетин кордону країни, переміщення населення до інших держав) та транзитну міграцію (перебування населення на території третьої країни в процесі міграції до приймаючої країни). В основу виокремлення міграції за правовими ознаками покладено критерій законності перебування іноземців на території певної держави та їх правовий статус. За цими ознаками розрізняють легальну міграцію, яка реалізується законним шляхом, через встановлені канали із оформленням відповідних документів, та нелегальну – незаконну, таку, яка здійснюється із повним або частковим порушенням правових норм та процедур в'їзду [23, 45].

У світовій практиці не рідкі випадки, коли легальна міграція перетворюється на нелегальну форму, іншими словами, коли мігранти, прибуваючи до країни за законними основами, залишаються там після закінчення дозволеного терміну перебування. Такий механізм досить поширений серед мігрантів із країн, які мають несприятливе соціально-економічне та політичне середовище. Ці мігранти їдуть до країн Європейського союзу та інших розвинутих держав з метою знайти нові, кращі умови життя, отримати якісь гарантії, а в певних випадках – для того, щоб відчувати себе у безпеці. Розглядаючи так званих «шукачів притулку», зауважимо, що вони на легальних засадах перетинають кордон тієї чи іншої країни, будучи у статусі туристів, і зазвичай мають запрошення. Але, опинившись на території країни, вони можуть звернутися до влади країни-реципієнта, задля отримання політичного притулку. Варто зазначити, що не всі такі звернення задовольняються, і бувають випадки, коли країна-реципієнт відмовляє у наданні такого прихистку. В такому разі, мігранти хоча і залишаються в країні, але вже «поза законом». Відповідно, їхнє перебування із легального стає нелегальним.

Щоправда, варто чітко розрізняти біженців (шукачів притулку) від нелегальних мігрантів. Бо, хоча перші і можуть стати нелегальними мігрантами, але первинно ці дві категорії мігрантів відносяться до різних, самостійних видів міжнародної міграції, а їхнє співпадіння не є правилом і звичним явищем.

Якщо говорити про завжди легальну міграцію, то до неї відносяться внутрішньо вимушені мігранти. Це пояснюється тим, що при внутрішньому переміщенні можливе порушення порядку перетину кордонів, а отже будь-які форми цієї міграції будуть легітимними.

Варто зазначити, що труднощі в осмисленні і в безпосередній реалізації характеристики міграційної поведінки пов'язані з визначенням способу залучення до процесу переміщення, який визначають певні чинники міграції.

За методом втручання у переміщення, міграцію можна розділити на добровільну, вимушену та примусову. Вимушена міграція означає постійну або тимчасову зміну місця проживання людей у зв'язку з обставинами, які не залежать від них, такими як стихійні лиха, екологічні катастрофи, промислові аварії, військові конфлікти або політичне переслідування. Вимушена міграція відрізняється від примусової, яка ґрунтується на розпорядженнях цивільної або військової адміністрації, таких як вислання чи депортація.

У процесі міграції територіальні особливості, правові особливості та способи залучення до процесу міграції визначають основні характеристики міграційної поведінки населення та особливості міграційного руху, які можуть визначати тип міграції.

Факт перетину адміністративних кордонів певної держави, а також громадянство іммігрантів є адміністративними характеристиками. Внутрішня міграція — переміщення людей усередині країни. Зовнішня міграція — це переміщення людей через національні кордони в інші країни. А транзитна міграція – це переміщення людей територією третьої країни під час міграції до приймаючої країни.

Варто зазначити, що у сучасній літературі існують різні підходи до класифікації міграції за ознакою добровільності суттєво різняться. Так, деякі автори пропонують вважати частиною вимушеної міграції примусове переселення, яке знаходить відображення у таких категоріях, як «вислані», «депортовані», «недобровільно переміщені», у той час, як інші науковці виділяють таку категорію в окремий вид [8]

Сучасній світовій практиці визначають декілька категорій вимушених мігрантів: біженці, шукачі притулку та вимушено переміщені особи (переселенці). Ці категорії, які сформовано за основними причинами міграції, охоплюють як внутрішнє, так і зовнішнє переміщення та належать до легальної міграції. Статус, умови переміщення, вплив держави та політика уряду щодо кожної з названих категорій мігрантів суттєво відрізняються та потребують окремого розгляду й розробки відповідних інструментів регулювання [20].

Згідно Конвенції ООН щодо статусу біженців (1951 р.), біженець є особою, що проживає за межами своєї держави та нездатна або не бажає повертатися до країни походження через обґрунтований страх переслідування за расовою, релігійною, національною ознакою, приналежністю до певної соціальної групи або політичні погляди [9].

До цієї категорії належать особи, які звернулися до приймаючої країни та отримали згоду на надання захисту. Більше ніж 140 зі 190 країн світу долучилися до цієї Конвенції. Країни-члени взяли на себе зобов'язання захищати біженців та поважати принцип невидачі або неповернення біженців до країн, де їх можуть переслідувати. Зобов'язання передбачають надання біженцям дозволу на в'їзд до країни та гарантування їм тимчасового або постійного статусу резидента. Офіційно визнані біженці перебувають у більш привабливому стані, ніж інші вимушені мігранти, оскільки мають чітко визначений правовий статус та користуються захистом потужного інституту Управління Верховного Комісара ООН зі Справ Біженців (UNHCR) .

Шукачами притулку є особи, які переміщуються через кордон своєї країни у пошуках захисту з тих самих причин, як і біженці, проте їх запит на отримання статусу біженця ще не задоволено [10]. Тобто, шукачі притулку можуть отримати статус біженця, але для цього вони мають звернутися за захистом як біженці і чекати на визначення свого статусу. При прийнятті рішення, чи надавати шукачам притулку статусу біженця враховується ще й те, чи відповідають вони всім критеріям, які встановлені Конвенцією у 1951 р. Якщо, місцеві органи влади з питань міграції визнають їхню відповідність визначеним критеріям, то шукачі притулку можуть отримати статус біженця. Варто зазначити, що процедура присвоєння шукачам притулку статусу біженців може мати певні відмінності у різних країнах, що можна пояснити їхнім законодавством. Але для більшості країн термін «шукач притулку» відрізняється від терміну «біженець» лише місцем, звідки особа звертається щодо захисту. Так, шукачі притулку звертаються за отриманням захисту після

того, як перетнули кордон країни-реципієнта, тоді як біженці запитують і отримують цей захищений статус, перебуваючи за межами країни-реципієнта.

Також, вимушені переселенці стикаються з багатьма проблемами з житлом і засобами існування. Найпоширенішими з них є: купівля або оренда квартири, обов'язкова реєстрація, влаштування дітей у школи чи дитсадки. Найактуальніша проблема – робота. На мою думку, високий тягар імміграції на ринку праці посилює конкуренцію та знижує заробітну плату, що безпосередньо призводить до накопичення конфліктних ризиків у місцевому середовищі.

Також важливо пам'ятати, що успішність адаптації мігранта залежить від культури, мови та місцевого населення. Важко не погодитися, що основною проблемою для вимушених мігрантів є психологічні наслідки соціальної депривації та ізоляції.

У політичній та медіа спільноті тривають дискусії стосовно того, що шукачі притулку не є реальними жертвами переслідувань, а є звичайними латентними економічними мігрантами. Проте у багатьох конфліктних ситуаціях важко розрізнити переміщення через переслідування або внаслідок занепаду економічної та соціальної інфраструктури, необхідної для нормального життя людини. Шукачі притулку перебувають у затяжній ситуації невизначеності, оскільки процедура звернення та надання статусу може зайняти багато років. У деяких країнах шукачам притулку забороняється працювати, і вони вимушені існувати на мізерну матеріальну допомогу. Близько 90% звернень шукачів притулку відхиляються, проте вони все одно залишаються в країнах без легального статусу [4]. У багатьох випадках такі особи не мають паспортів і не можуть бути депортовані, оскільки країна походження не прийме їх. Разом з тим, шукачі притулку є доступним джерелом робочої сили для неформального сектору економіки розвинутих країн.

Внутрішньо переміщені особи (ВПО) відповідно до Керівних принципів Організації Об'єднаних Націй щодо внутрішнього переміщення – це особи чи групи осіб, які з метою уникнення наслідків збройного конфлікту, ситуацій

поширеного насильства, порушень прав людини або природних чи техногенних катастроф були вимушені чи зобов'язані втекти або покинути свої домівки чи місця звичайного проживання [3, 28].

До ВПО належать мігранти, що не перетинають міжнародний кордон і залишаються у межах кордонів країни походження. Цей термін надає тільки визначення певній категорії мігрантів, проте не наділяє їх особливим правовим статусом, оскільки ВПО, залишаючись у своїй країні, зберігають громадянство, а отже і гарантії передбачені конституцією та міжнародним законодавством з прав людини. Серед ВПО можна диференціювати декілька груп переселенців [3, 175]:

1. Переселенці через розвиток інфраструктури. До них належать особи, які змушені залишити своє місце проживання через реалізацію масштабних інфраструктурних об'єктів, таких як будівництво дамб, магістралей, аеропортів, інших об'єктів інфраструктури або промислових об'єктів. Світовий банк, який фінансує такі проекти розвитку, оцінює, що річний обсяг переселення населення становить близько 10 мільйонів осіб. Це вимагає здійснення спеціальних заходів для компенсації витрат та забезпечення підтримки переселенців.

Для забезпечення належної уваги потребам переселенців Світовий банк умовляє уряд країни-учасника розвитку гарантувати компенсацію витрат та забезпечити належні умови життя для переселенців. Це може включати в себе виплату компенсації за втрачене майно, надання нового житла та інфраструктури, а також доступ до освіти та медичних послуг. [12]. Мільйони переселенців через розвиток стикнулися з постійним збідненням та опинилися у ситуації соціальної та політичної маргіналізації. Однією з причин соціального занепаду цієї категорії є те, що дамби, наприклад, будуються на віддалених територіях, які заселено корінним населенням або етнічними меншинами. Такі соціальні групи практикують екстенсивні форми сільського господарства та мають глибокі зв'язки із родовими землями. Переміщення для такого населення

означає втрату зв'язків, що склалися історично, та вимушену адаптацію до зовсім нового способу життя [23].

2. Переселенці через екологічні катастрофи та стихійні лиха. Ця категорія включає осіб, переміщених у зв'язку зі змінами навколишнього середовища (опустелювання, обезліснення, деградація землі, забруднення води або затоплення), через природні стихійні лиха (повені, вулкани, зсуви, землетруси) та через техногенні катастрофи (промислові аварії, радіація). За прогнозами екологів близько 200 млн. людей ризикують стати «екологічними біженцями» у найближчому десятилітті. Проте, згідно досліджень Річарда Блека, фактори навколишнього середовища скоріше впливають на обсяг добровільної міграції, ніж вимушеного переселення [23].

3. Переселенці через озброєнні політичні конфлікти та військові дії. Чисельність таких переселенців у світі постійно зростає і наразі складає більше 20 млн. осіб, порівняно з 1,2 млн. у 1982 р. та 14 млн. у 1986 р. Чисельність країн з ВПО також збільшується: з 5 країн у 1970 р. до 36 країн у 2016 р [15, 48]. Таке зростання спостерігається внаслідок нових типів війн, розв'язаних через політичні, релігійні причини або інші конфлікти, що охоплюють лише частину території країни. Внаслідок таких конфліктів відбувалися масові внутрішні переміщення населення у Боснії, Косово, Чечні, Руанді, М'янмі, Україні [17].

Варто вказати, що існує багато протиріч та розбіжностей щодо встановлення ознак, за якими можна розрізнити добровільну та вимушену міграцію. Неможливо стверджувати, що є певні фактори, які виступають в ролі пускових механізмів для вимушеної міграції. Однакові мотиви можуть стати причиною як вимушеної, так і добровільної міграції, в залежності від сили впливу та особистого сприйняття тих чи інших факторів.

Екологічні причини можуть впливати на міграцію як у вимушеному, так і у добровільному контексті. Наприклад, при стихійних лихах або екологічних катастрофах люди можуть бути змушені залишити свої домівки і шукати безпечного притулку в інших місцях. З іншого боку, екологічний фактор може

стати мотивом для добровільної міграції, коли людина прагне переїхати до країни з більш сприятливим середовищем.

З огляду на складність ідентифікації ознак добровільності міграції за певними мотивами, доцільним є використання категорій «фактори, що виштовхують мігрантів» та «фактори, що приваблюють мігрантів». Фактори, що виштовхують, перетворюють проживання у країні походження на неможливе, у той час як фактори, що приваблюють, роблять проживання у країні призначення більш привабливим, ніж у країні походження.

Фактори, що виштовхують, є факторами країни походження, які суттєво ускладнюють або навіть унеможливають подальше проживання в ній. До них можна віднести існуючі загрози для життя або здоров'я людини у рідній країні, озброєні конфлікти та політичні переслідування, прояви дискримінації та порушення прав і свобод людини, інші умови, що перетворюють повноцінне життя у боротьбу за виживання. Саме дія таких факторів викликає у людини нестримне прагнення покинути місце проживання, що стає причиною вимушеної міграції. Фактори, що приваблюють, – це фактори країни призначення, тобто бажаного місця переселення. Частіше за все такими факторами стають високій рівень життя, освіти, охорони здоров'я, гідні умови праці та можливості розвитку бізнесу, а також інші особисті мотиви, пов'язані із віросповіданням, національною само ідентифікацією, тощо [22].

Чинники, які викликають зацікавленість, не змушують особу залишати свою батьківщину, але вони визначають бажання та прагнення проживати в обраній країні, впливаючи на рішення щодо міграції.

Внутрішнє та зовнішнє рішення людини мігрувати завжди базується на різних мотивах та особистих причинах, які впливають на її особисті цілі та обставини. Ці причини можуть бути економічними, соціальними чи політичними. Проте ці процеси впливають на всі соціально-економічні показники розвитку країни і впливають не лише на окрему людину, а й на всю владу. Хоча внутрішня міграція вважається більш зручною для країни, вона не

передбачає виходу з ринку праці, що призводить до нерівномірного розподілу населення в країні та демографічного, соціального та економічного дисбалансу.

З огляду на сучасні події, ми маємо на меті розглянути основні травмуючі фактори військових конфліктів, що включають небезпеку для життя і здоров'я індивіда та його близьких.

Дослідники, які вивчали психічні розлади у біженців з колишньої Югославії, виявили високі рівні депресії, тривожних розладів, посттравматичного стресового розладу і розладів, пов'язаних зі вживанням психоактивних речовин, що пов'язані зі ступенем травматичних подій під час війни. Вимушена міграція є складною життєвою ситуацією, що потребує серйозних вирішень. Це екстремальна ситуація, коли особистість стикається з надзвичайно складними обставинами, схожими на проблеми виживання. Вимушені мігранти, переживши травматичні події, що значно вплинули на їхнє психічне і фізичне здоров'я, стикаються з різким падінням соціально-економічного статусу, підвищеною чутливістю до етнокультурного контексту, труднощами адаптації і серйозними проблемами у взаємини з місцевим населенням.

У своїх дослідженнях П. Штомпка, зазначає, що вже сама ситуація вимушеної міграції є травматичною подією для переселенців. Серед симптомів культурної травми автор виділяє: синдром недовіри, похмурий погляд на майбутнє, ностальгію за минулим, політичну апатію, травми колективної пам'яті.

Систематичний огляд поширеності психічних розладів серед 7 000 біженців, переміщених у західні країни, проведений 2005 року в Великобританії, показав, що поширеність ПТСР серед мігрантів у 10 разів перевищує таку серед загальної популяції.

На думку науковців, вимушені мігранти належать до вразливої категорії, оскільки перебувають в умовах, незвичних для їхнього життя, що спричиняє психологічний дискомфорт у період адаптації до нових обставин.

Для розуміння серйозності проблем українських переселенців та біженців ми можемо екстраполювати дані досліджень, проведених з 2016 року з приводу сирійських біженців. Загалом, 15 досліджень надали перетинові дані для 8176 дорослих сирійських біженців, які переселилися до 10 країн, зі значним розмаїттям у методиках оцінки та вибірці. Загальний аналіз цих досліджень показує наявність таких показників поширеності серед дорослих сирійських 32 біженців: 43,0% для ПТСР, 40,9% – депресія та 26,6% – тривожні розлади. Ці дані свідчать про значні проблеми з психічним станом переселенців та біженців.

Багато наукових досліджень підтверджують, що міграція, особливо вимушена, може викликати психічні порушення. Для біженців, які змушені залишати свої рідні краї через страх переслідування або загрозу життю, цей процес стає особливо складним. Вони часто не можуть повернутися назад, і їхнє переживане горе ближче до втрати, ніж до розлуки.

Дослідження показують, що воєнний досвід та окупаційний статус можуть бути факторами ризику для психічних симптомів у сомалійських біженців, що перебувають у Великобританії. Для кожного біженця, незалежно від того, чи були у нього попередні травматичні досвіди, постміграційне середовище та соціальна підтримка мають значний вплив на його можливі афективні розлади та тяжкість психічних порушень.

За даними Медичного фонду у Великобританії, у вимушених переселенців часто спостерігаються різноманітні психологічні проблеми. Серед них можна відзначити кошмари, галюцинації, панічні атаки, сексуальні проблеми, фобії, складнощі у встановленні довіри до інших людей та у формуванні стосунків, а також депресивні та тривожні розлади.

Згідно з численними спостереженнями, на сьогоднішній день найпоширенішою проблемою психічного здоров'я серед вимушених мігрантів є посттравматичний стресовий розлад. Після нього найчастіше виникають тривожно-депресивні розлади, панічний розлад та агорафобія. Однак важливо

враховувати, що ці проблеми можуть виявитися у кожної людини по-різному та в різний час після переселення.

Окрім самого фактору вимушеного переселення, враховуються й інші чинники: соціодемографічні характеристики (вік, стать та рівень освіти), кількість потенційно травматичних переживань до війни, активний бойовий досвід війни, кількість потенційно травматичних переживань під час війни, час з моменту найбільш травматичної події, кількість потенційно травматичних переживань після війни, сімейний стан та статус зайнятості.

Усі ці змінні були пов'язані з тривалими психічними наслідками війни в ряді інших досліджень. У кожному з цих аналізів суттєві відмінності все ж таки спостерігалися між країнами походження вимушених мігрантів. Слід зазначити, що високі показники тривожних розладів були пов'язані зі старшим віком, жіночою статтю, безробіттям, відсутністю партнера у сімейних відносинах, більш потенційно травматичними переживаннями під час війни та після неї. Ті ж фактори визначалися при ПТСР та афективних розладах.

У контексті міграції, стрес можна розглядати як спосіб захисту і, в певній мірі, навіть як природну реакцію, яка допомагає людині впоратися зі змінами та подолати виклики, що виникають у зв'язку з примусовою міграцією. Зміни умов приводять до потреби перебудови внутрішньої індивідуальної схеми для адаптації та пошуку шляхів для кращої інтеграції в новому середовищі. Різке переходження з одного середовища до іншого можна розглядати як кризову ситуацію, яка впливає на психологічні механізми та може призвести до дезадаптивних змін.

У досліджених сімей, які постраждали від воєнних конфліктів, процес їхньої дезадаптації часто супроводжувався такими емоційними проблемами, як почуття емоційної ізоляції, страждання від відсутності соціальних контактів та хвилювання за майбутнє, відчуття моральної залежності від нового середовища та відсутність стабільного доходу. Етап адаптації до нового місця проживання, готовність всієї сім'ї до укладання компромісів з новим оточенням, є важливим та впливовим фактором для успішної адаптації вимушених мігрантів. Коли

сім'я відчуває розуміння з боку оточуючого соціуму, вони також стають готовими розуміти та приймати вимоги зовнішнього світу до них, що сприяє їх ідентифікації як частини світу навколо них і викликає відчуття «належності».

Вимушена міграція є періодом, коли особа, змушена покинути рідне та знайоме середовище, стикається з кризою ідентичності. Ця криза виявляється у важкостях особистості у прийнятті та усвідомленні нової ролі, запропонованої новим контекстом середовища. Основні прояви цього стану включають неадекватність самооцінки, втрату перспектив, зростання песимізму, зміну соціальної активності, появу категоричних суджень і соціально-агресивної поведінки. Критика сприймається дуже болісно і підриває впевненість у власних силах та можливостях. Розлади в особистісних психологічних сферах негативно впливають на міжособистісну взаємодію, перш за все з близькими людьми (партнерами, дітьми, батьками, друзями).

Особа, які втекли від війни в іншу країну, можуть зазнати ретравматизації, коли первинна травма, пов'язана з загрозою для життя та благополуччя, посилюється новою травмою, яка виникає внаслідок необхідності адаптації до незнайомого середовища. Цей процес може призвести до підвищеного рівня агресивності, почуття тривоги та розгубленості, втрати впевненості та нервово-психічної напруженості у переміщених осіб, що може впливати на їхню адаптацію, викликаючи девіантну поведінку та негативно впливаючи на результати адаптації.

Респонденти назвали ряд причин, які сильно вплинули на погіршення їхнього задоволення життям за кордоном у даній ситуації. Серед них були: відсутність щасливих сімейних відносин, близьких, рідних, друзів, домашніх улюбленців; труднощі з адаптацією дітей; відсутність роботи, професійної реалізації; неможливість відпочивати, займатись спортом; відчуття втрати свободи, стабільності, статусу, здатності до самозабезпечення; відсутність конкретних цілей, власної домівки, окремого житла, постійного місця проживання, нестача коштів; проблеми зі здоров'ям; незнання мови; брак любові, спілкування з рідними, інформації, консультантів, комфорту,

впевненості, часу для себе; незадовільні побутові умови; відсутність можливості займатись хобі; відсутність розуміння того, що буде далі; переживання за рідних, які залишилися в Україні; велика кількість правил та заборон; неможливість планування; неможливість швидко вирішувати питання; відсутність вчасної медичної допомоги; втрата речей через війну і багато інших.

Незважаючи на значний рівень допомоги для багатьох вимушених емігрантів, їм довелося стикнутися з низкою проблем:

1. Порядок функціонування системи охорони здоров'я характеризується неможливістю отримати доступ до спеціаліста з вузьким профілем, довгими чергами на прийом до лікаря (2-4 місяці, іноді більше) і неможливістю придбати звичні або аналогічні ліки без рецепту.

2. Вимагання щодо фізичного відвідування школи нав'язується навіть у випадку, коли дитина отримує дистанційну освіту українською програмою. Це створює проблему несумісності місця проживання з вимогами української освітньої системи, і в деяких випадках дітям доводиться переходити у більш старший або молодший клас.

3. Здача в оренду житла становить проблему через відмову багатьох власників через неможливість підтвердження емігрантом своєї платоспроможності протягом останніх трьох місяців. Без роботи було складно надати такі докази.

4. Процедура підтвердження дипломів є складною та тривалою, амологатія може займати багато часу. Також може статися випадок, коли диплом, отриманий в Україні, не визнається в новій країні. Крім того, спеціальність, отримана в Україні, може бути непопулярною чи невідомою у новій країні.

5. Соціальна ізоляваність, відсутність спілкування з іншими людьми.

6. Відсутність близьких відносин або дистанційні відносини (коли партнер залишився в країні через обставини, які перешкоджають виїзду разом із родиною).

7. Особисті переживання стосовно родичів і близьких, які залишилися в Україні.

Теоретичний аналіз проблеми психологічних аспектів вимушеної міграції в нове соціокультурне середовище показав, що під міграцією розуміють переміщення особи в межах країни (імміграція) та за її межі (еміграція). Міграція, на відміну від мобільності, передбачає зміну місця проживання, що впливає як на соціальні зв'язки так і на особистість самого мігранта. Що стосується класифікації міграції, то в рамках різних підходів лежать різні критерії, що зумовлює велику кількість різновидів міграції. Зокрема, в сучасних умовах поширеною є трудова міграція, і досить новий вид міграції – вимушена.

Для вимушеної міграції характерна відсутність добровільності у переселенні. Адже, на такі зміни вимушених мігрантів штовхають складні політичні та економічні проблеми. Вимушена міграція має свої особливості та специфіку. За допомогою неї створюється широкий спектр емоційних, психологічних та соціальних реакцій. Усе це виникає для вимушених мігрантів через втрату рідного середовища, переживання травматичних подій чи страху невпевненості у майбутньому.

Також, важливою складовою життя вимушених мігрантів в нове соціокультурне середовище є психологічна та соціальна адаптація. До цього входить набуття нових цінностей і норма, встановлення нових соціальних контактів і побудову позитивних відносин з місцевим населенням. Важливим є те, що адаптація може бути ускладнена з декількох причин: дискримінація, мовний бар'єр чи недостатньої кількості грошей.

Окрім того, процес адаптації переселенців до нових умов життя є досить тривалим і складним. На його успішність впливають індивідуальні і групові чинники. До того ж, далеко не останнє місце у цьому процесі займає готовність мігрантів до засвоєння нового досвіду, до змін.

РОЗДІЛ 2.

ЕМПІРИЧНЕ ДОСЛІДЖЕННЯ ПСИХОЛОГІЧНИХ АСПЕКТІВ ВИМУШЕНОЇ МІГРАЦІЇ В НОВЕ СОЦІОКУЛЬТУРНЕ СЕРЕДОВИЩЕ

2.1. Організація та методи дослідження психологічних аспектів вимушеної міграції в нове соціокультурне середове

Проблема еміграції не є новою для світової спільноти і вже тривалий час викликає інтерес багатьох науковців. Але, якщо раніше в центрі уваги перебувала переважно трудова міграція, то сьогодні в умовах загострення військових конфліктів і війни на території України все більше акцентується увага на вимушеній міграції. Адже для українців, починаючи з 2014 року і набувши значно більших масштабів у 2022 році, ця проблема стала як ніколи гострою.

Вимушена міграція є складним явищем, що має свою специфіку і проблеми. Зокрема, найбільші труднощі вимушених мігрантів як особливої категорії населення пов'язані в першу чергу з адаптацією до нових умов, налагодженням контактів з місцевим населенням і задоволенням власних потреб. Враховуючи актуальність цієї проблеми мною було проведено емпіричне дослідження, метою якого є виявлення психологічних аспектів вимушеної міграції в нове соціокультурне середовище.

Практична частина дослідження передбачала реалізацію таких етапів:

- 1) пошук методик діагностики для виявлення психологічних аспектів вимушеної міграції в нове соціокультурне середовище;
- 2) освоєння методик, з'ясування їх психометричних показників, підготовка стимульного матеріалу, створення Google-форми для діагностики психологічних аспектів вимушеної міграції в нове соціокультурне середовище;
- 3) реалізація діагностичної процедури, оброблення емпіричних даних, їх інтерпретація.

Емпіричне дослідження проводилось в онлайн-форматі, що дало змогу залучити у дослідження вимушених мігрантів, які проживають на різних територіях, містах. Зокрема, у дослідженні взяли участь 65 вимушених мігрантів, серед яких 25 емігрантів і 40 внутрішньо-переміщених осіб.

Оцінка наявних методик діагностики, які відповідають цілям та завданням дослідження, дозволило вибрати відповідні діагностичні інструменти. Так, дослідження передбачало використання такого психодіагностичного інструментарію:

- 1) методика діагностики міри задоволення основних потреб;
- 2) методика діагностики суб'єктивного відчуття самотності (Д. Рассел, Л. Пепло, М. Фергюсон);
- 3) опитувальник «Соціально-психологічна адаптація» (Роджерс-Даймонд);
- 4) шкала психологічного благополуччя (К. Ріфф).

Проаналізуємо детальніше обраний психодіагностичний інструментарій.

Методика діагностики міри задоволення основних потреб призначена для виявлення рівня задоволеності основних потреб. Методика включає в себе 15 тверджень, які відображають п'ять основних потреб: матеріальні потреби, потреби у безпеці, соціальні (міжособистісні) потреби, потреби у визнанні, потреби у самовираженні. Процедура виконання методики полягає в тому, що досліджуваним потрібно порівняти кожне твердження з усіма наступними. Із кожної порівнюваної пари потрібно обрати одне із тверджень. Свій вибір досліджувані фіксують у спеціальному бланку. Обробка отриманих результатів відбувається відповідно до ключа. Так, залежно від отриманих результатів робиться висновок про рівень задоволення основних потреб. Якщо досліджуваний набрав від 0 до 14 балів, то це вказує на те, що потреба задоволена; 15–28 балів вказують на часткове задоволення потреби; 29–42 бали вказують на незадоволеність потреби (Додаток А).

Методика діагностики суб'єктивного відчуття самотності (Д. Рассел, Л. Пепло, М. Фергюсон) має на меті виявлення рівня суб'єктивного відчуття самотності. Методика включає в себе 20 тверджень. Досліджуваним потрібно вказати як часто вони відчують ті стани, які вказані у методиці. Обробка отриманих результатів відбувається відповідно до ключа, де підраховується сума балів за кожним із варіантів відповіді, а потім кожна сума множиться на певний коефіцієнт, вказаний у ключі. Отримані результати додаються. Отримана сума балів вказує на певний рівень відчуття самотності. 40–60 балів вказують на високий рівень самотності, 20–40 балів – середній рівень самотності, 0–20 балів – низький рівень самотності (Додаток Б).

Опитувальник «Соціально-психологічна адаптація» (Роджерс-Даймонд) призначений для визначення особливостей психологічної адаптації і пов'язаних з нею якостей особистості. Методикою діагностується 6 інтегральних показників: адаптація; прийняття інших; інтернальність; самосприйняття, емоційний комфорт; прагнення до домінування. Кожен із показників підраховується за індивідуальною формулою. Методика включає в себе 101 твердження, кожне з яких потрібно оцінити за 7-бальною шкалою: 0 – це мене зовсім не стосується; 1 – зазвичай, мені це не притаманно; 2 – не впевнений, що це мене стосується; 3 – не наважуюсь віднести це до себе; 4 – це схоже на мене, але немає впевненості; 5 – це на мене схоже; 6 – це точно про мене. Обробка отриманих результатів відбувається відповідно до ключа (Додаток Б).

Шкала психологічного благополуччя (К. Ріфф) призначена для вимірювання виразності основних складових психологічного добробуту. Методика включає в себе 84 твердження, які відображають ставлення респондента до себе і свого життя. Процедура виконання методики полягає у тому, що досліджуваним потрібно оцінити міру згоди з кожним із тверджень, використовуючи запропоновані варіанти. Обробка отриманих результатів відбувається відповідно до ключа, де кожному із варіантів відповіді присвоюється певний бал. Бали присвоюються у прямих і у зворотніх

значеннях. Залежно від отриманих результатів робиться висновок про рівень виразності кожного показника психологічного благополуччя. Методикою діагностуються такі основні шкали: позитивне ставлення, автономія, керування середовищем, особистісний ріст, цілі в житті, самоприйняття, психологічне благополуччя; додаткові шкали: баланс ефекту, усвідомленість життя, людина як відкрита система (Додаток В).

Таким чином, дослідження психологічних аспектів вимушеної міграції в нове соціокультурне середовище передбачало використання вище описаних методик, які найбільш повно розкривають сутність досліджуваного явища.

2.2. Результати емпіричного дослідження психологічних аспектів вимушеної міграції в нове соціокультурне середовище

Проаналізувавши отримані результати діагностики міри задоволення основних потреб було виявлено, що матеріальні потреби повністю задоволені у 7,65% досліджуваних. 24,48% респондентів вказують на те, що їхні матеріальні потреби задоволені частково. І переважна більшість вимушених мігрантів (67,87%) вказує на незадоволеність своїх матеріальних потреб. Можна припустити, що такі результати зумовлені в першу чергу втратою роботи, свого житла і погіршенням економічної ситуації в країні. І якщо певна частка вимушених мігрантів все ж відкриває в собі нові можливості і навпаки проявляє ще більшу наполегливість, то більшості все ж важко впоратися із тими матеріальними труднощами, які їх спіткали. Їхнє матеріальне становище намагаються покращити різні волонтерські і міжнародні організації, що проявляється у наданні гуманітарної допомоги.

Потреби у безпеці задоволені у 9,18% досліджуваних. Часткове задоволення цих потреб виявлене у 21,42% респондентів. 69,4% опитуваних вказують на повне незадоволення потреб у безпеці. Ці результати можна пояснити тим, що через війну відчуття безпеки на всій території держави є умовним. Звичайно, найвищий рівень небезпеки існує безпосередньо на

території ведення бойових дій і біля фронтових зон, але постійні масовані атаки є свідченням того, що жоден українець не може відчувати себе у повній безпеці.

Соціальні (міжособистісні) потреби повністю задоволені у 12,24% опитуваних. 20,07% респондентів вказують на те, що їхні соціальні потреби задоволені лише частково, тоді як 58,69% респондентів вказують на повне незадоволення цих потреб. Варто зазначити, що до соціальних (міжособистісних) потреб відносяться: потреби у спілкуванні, в трудовій діяльності, соціально-економічна активність, духовна культура тощо. Таким чином, внутрішні мігранти, втративши свої звичні взаємовідносини, змінивши своє звичне життя в результаті війни не завжди можуть налагодити його на новому місці, з новими людьми.

Що стосується потреб у визнанні, то вони повністю задоволені лише у 4,49% респондентів, як і потреби у самовираженні. 19,89% респондентів вказують на те, що їхні потреби у визнанні задоволені лише частково, тоді як 75,52% досліджуваних мають повністю незадоволену потребу в визнанні. Це пов'язане з тим, що досліджуваним потрібно адаптуватися до нових умов, займати свою нішу в новому для них соціальному середовищі. Окрім того, війна породжує різні негативні переживання, призводить до втрат, переоцінки своїх цінностей. А враховуючи те, що існують проблеми у задоволенні базових потреб, то відповідно прагнення до визнання може відходити на другий план.

Подібна ситуація спостерігається у задоволенні потреби у самовираженні. 15,3% досліджуваних вказують на те, що їхні потреби у самовираженні задоволені лише частково. Зовсім незадоволені потреби у самовираженні у 80,11% опитуваних. Відсоткові показники міри задоволення основних потреб у вимушених мігрантів представлені на діаграмі на рисунку 2.1.

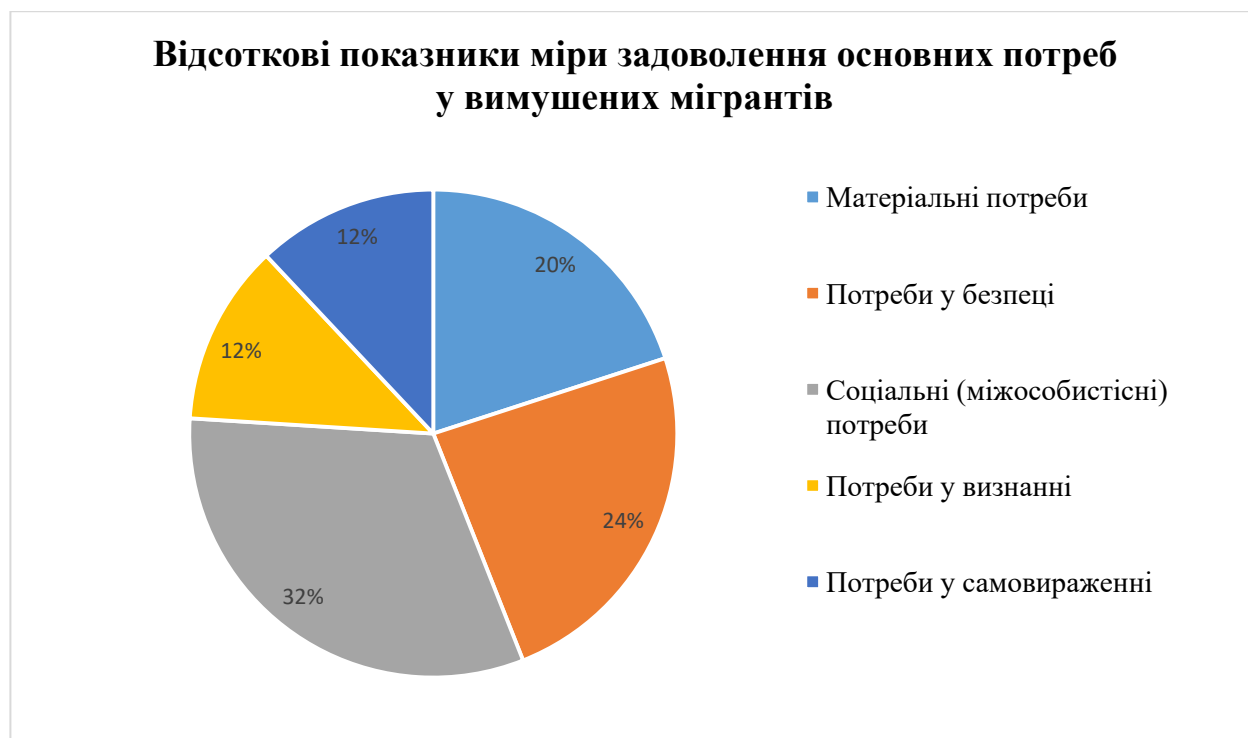


Рис. 2.1. Узагальнюючі результати за методикою «Міри задоволення основних потреб»

Аналіз отриманих результатів діагностики суб'єктивного відчуття самотності за методикою Д. Рассела, Л. Пепло, М. Фергюсона дають можливість стверджувати, що переважна більшість досліджуваних (58,69%) мають високий рівень суб'єктивного відчуття самотності. Такі результати можуть бути зумовлені тим, що досліджувані ще не знайшли на новому місці людей, з якими їм було б комфортно, не встановили дружніх відносин. До того ж, відчуття самотності є досить поширеним явищем в цьому випадку, адже вимушена міграція передбачає різку і не добровільну зміну свого життя, втрату чогось звичного і набутого. І далеко не завжди нові умови і люди є тим середовищем у якому вимушені мігранти можуть знайти себе, бути собою. Середній рівень суб'єктивного відчуття самотності виявлений у 32,13% респондентів. Низький рівень суб'єктивного відчуття самотності діагностований у 9,18% респондентів. Відсоткові показники суб'єктивного відчуття самотності вимушених мігрантів представлені на діаграмі на рисунку 2.2.

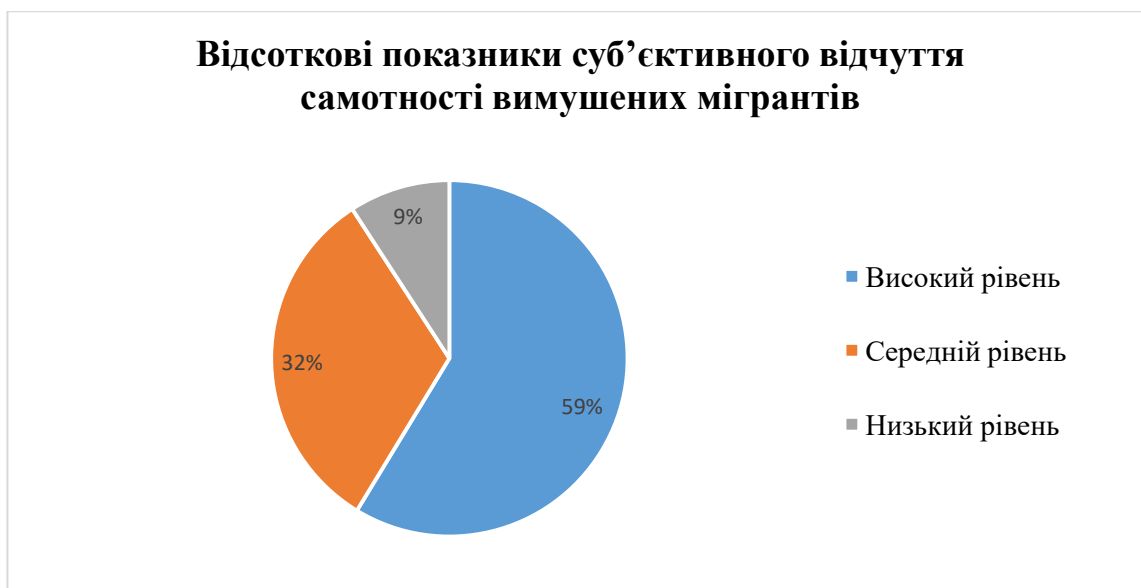


Рис. 2.2. Узагальнюючі результати за методикою «Діагностики суб'єктивного відчуття самотності» Д. Рассел, Л. Пепло, М. Фергюсон

Результати, отримані за опитувальником «Соціально-психологічна адаптація» (Роджерс-Даймонд) вказують на те, що за шкалою «Адаптація» 59,81% досліджуваних мають низькі показники, що вказує на дезадаптацію. Це вказує на те, що у респондентів присутні переживання пов'язані з перехідним періодом, а саме з адаптацією до нових соціокультурних умов. 26,58% респондентів мають нормальний рівень адаптації, що вказує на їхню здатність адекватно сприймати та «включатися» в нові умови їхнього життя, взаємодіяти з іншими людьми. Високий рівень адаптації мають 13,61% досліджуваних. Це вказує на те, що вони добре адаптувалися до нових умов життя, здатні відповідати вимогам та особливостям того середовища, в якому вони опинилися.

За шкалою «Прийняття інших» було виявлено, що 44,53% досліджуваних проявляють низький рівень прийняття інших, що негативно впливає на їх міжособистісні взаємодії. Можливо, нові умови та нові люди «вмикають» у досліджуваних певний протест і неприйняття, що може слугувати своєрідним механізмом психологічного захисту. Нормальний рівень прийняття інших мають 39,28% респондентів, що вказує на їх здатність сприймати особливості оточуючих, вміння знаходити з ними спільну мову тощо. Високий рівень

прийняття інших виявлених у 16,19% досліджуваних, що може свідчити про їх комунікабельність і відкритість до оточуючих, іноді надмірну.

За шкалою «Інтернальність» було виявлено, що 28,42% респондентів мають низький прояв цієї ознаки, що вказує на їх зовнішню орієнтованість, схильність не брати на себе відповідальність за невдачі, що трапляються у їхньому житті. Нормальний рівень інтернальності виявлений у 44,67% досліджуваних. Високий рівень інтернальності притаманний 26,91% досліджуваних, що вказує на їх замкнутість, орієнтованість на свій внутрішній світ, свої переживання.

За шкалою «Самосприйняття» низькі показники отримали 31,91% досліджуваних, що свідчить про низький рівень самосприйняття. Нормальний рівень самосприйняття виявлений у 38,73% досліджуваних. Високий рівень самосприйняття притаманний 29,36% досліджуваних.

За шкалою «Емоційний комфорт» було виявлено, що 39,63% досліджуваних відчувають емоційний дискомфорт, що може бути пов'язаний з труднощами в адаптації, особливостями міжособистісного спілкування в нових умовах життя, переживанням негативних емоцій, які пов'язані із життєвими обставинами тощо. Нормальний рівень емоційного комфорту виявлений у 27,32% досліджуваних. 33,05% досліджуваних відчувають емоційний комфорт, що може бути зумовлене позитивною адаптацією до нових соціокультурних умов, адекватним сприйняттям себе та інших в цих умовах.

За шкалою «Прагнення до домінування» виявлено, що 33,24% не прагнуть домінувати, а схильні підкорятися лідерам. Адекватне прагнення до домінування виявлене у 42,56% досліджуваних. Ці досліджувані прагнуть домінувати в тих ситуаціях, в яких відчувають свою компетентність, достатньо можливостей, адекватно їх оцінюючи. 24,2% досліджуваних прагнуть домінувати над іншими, нав'язуючи свою думку, пропагуючи певний тип поведінки, схильні переоцінювати свої лідерські якості та можливості, відчувають свою вищість над іншими. Відсоткові показники соціально-

психологічної адаптації вимушених мігрантів представлені на діаграмі на рисунку 2.3.

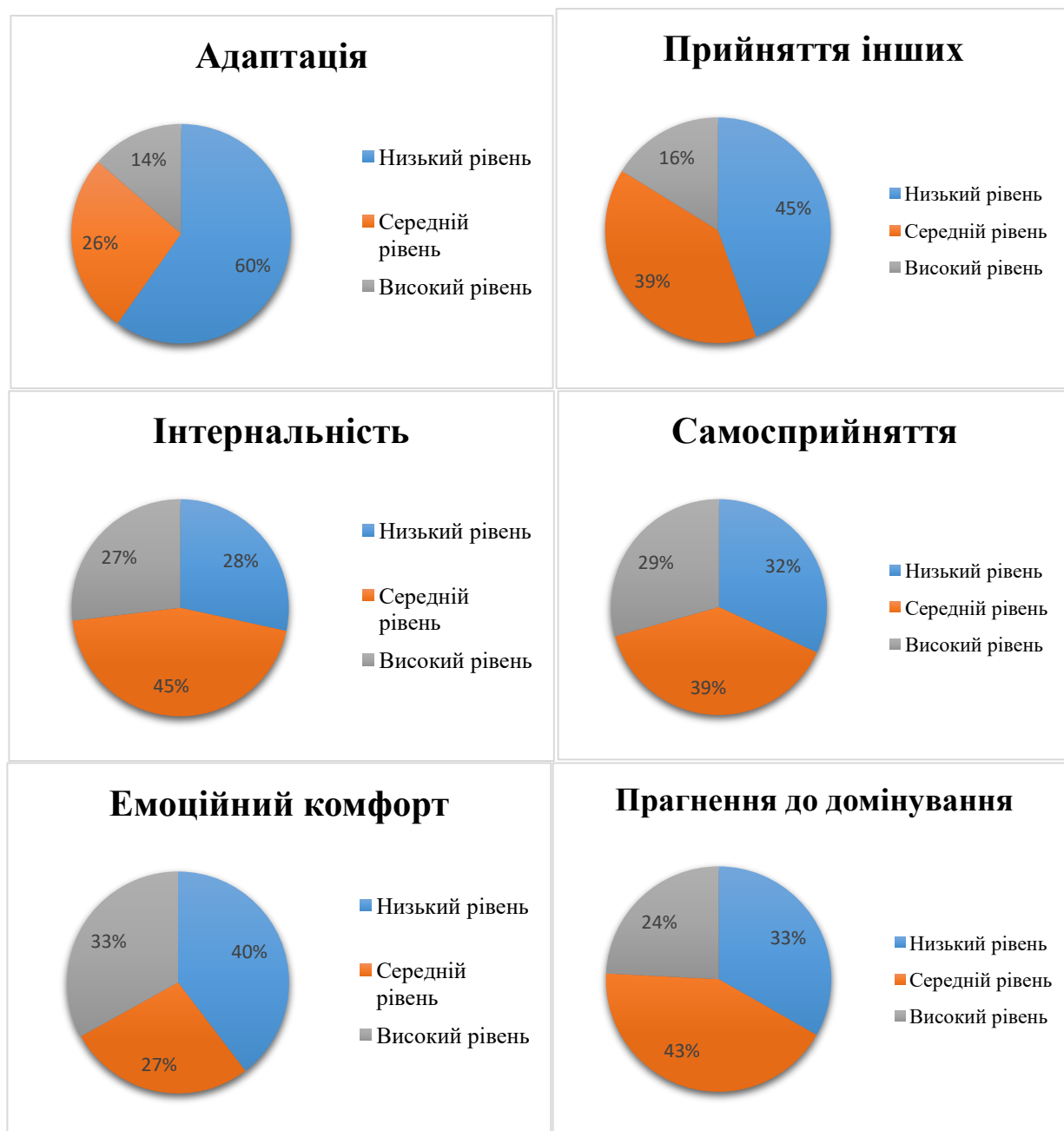


Рис. 2.3. Узагальнюючі відсоткові показники опитувальника «Соціально-психологічної адаптації» вимушених мігрантів Роджерса-Даймонда

Аналіз отриманих результатів за шкалою психологічного благополуччя (К. Ріфф) було виявлено, що за показником «Позитивне ставлення» 58,14% досліджуваних отримала середні показники. Високі показники за цією шкалою отримали 17,38% досліджуваних. Для досліджуваних з високим рівнем виразності позитивного ставлення, характерна відкритість, вміння

встановлювати дружні і довірливі відносини, вони здатні співпереживати, дбати про благополуччя інших. Вони розуміють, що для побудови будь-яких людських стосунків, потрібно вдаватися до поступок. Низький рівень позитивного ставлення діагностовано у 24,48% опитуваних. Для цих досліджуваних характерні труднощі у спілкуванні з іншими, їм важко довіряти людям, йти на компроміси, тому часто вони надають перевагу ізоляції.

За показником «Автономія» переважна більшість досліджуваних (61,2%) отримала середні показники, тоді як високий рівень автономності притаманний 18,91% респондентів. Для цих досліджуваних характерна самостійність і незалежність, вміння протистояти тиску оточуючих, самостійне регулювання власної поведінки. 19,89% досліджуваних мають труднощі у регулюванні власної поведінки, самостійному прийнятті рішень тощо. Ці досліджувані залежні від думки оточуючих, схильні керуватися думкою і порадами інших людей при прийнятті рішення, схильні до конформізму.

Високий рівень «керування середовищем» виявлений у 25,03% опитуваних. Для переважної більшості респондентів (45,9%) характерний середній рівень прояву цієї характеристики, тоді як 29,07% досліджуваних мають низький рівень виразності управління середовищем. Це вказує на труднощі у досліджуваних організувати свою повсякденну діяльність, нездатність щось змінити у своєму житті, вплинути на обставини, які складаються, бездумне ставлення і сприйняття можливостей тощо.

Особистісний ріст на середньому рівні проявляється у 48,96% опитуваних. Високий рівень особистісного росту виявлений у 14,35% опитуваних. Це вказує на наявність у них відчуття постійного особистого розвитку, відкритість до нового досвіду і реалізація власного потенціалу, зміну їхнього світогляду в міру набуття нового досвіду і знань. Протилежні тенденції характерні для 36,72% досліджуваних, які мають низький рівень особистісного росту.

За показником «Цілі в житті» 48,296% респондентів мають середній рівень. 24,48% респондентів мають низький рівень прояву цілей у житті. Це

вказує на те, що вони не мають чітких планів на життя, вони більше зосереджені або на минулому або ж очікують чогось від майбутнього, але теперішнє сприймається ними як невизначене. Високі бали за цією характеристикою виражені у 26,56% досліджуваних. Таким чином, респонденти з високим рівнем мають чітко сформовану мету в житті, вважають, що минуле і теперішнє мають сенс. Відсоткові показники психологічного благополуччя вимушених мігрантів представлені на діаграмі на рисунку 2.4.

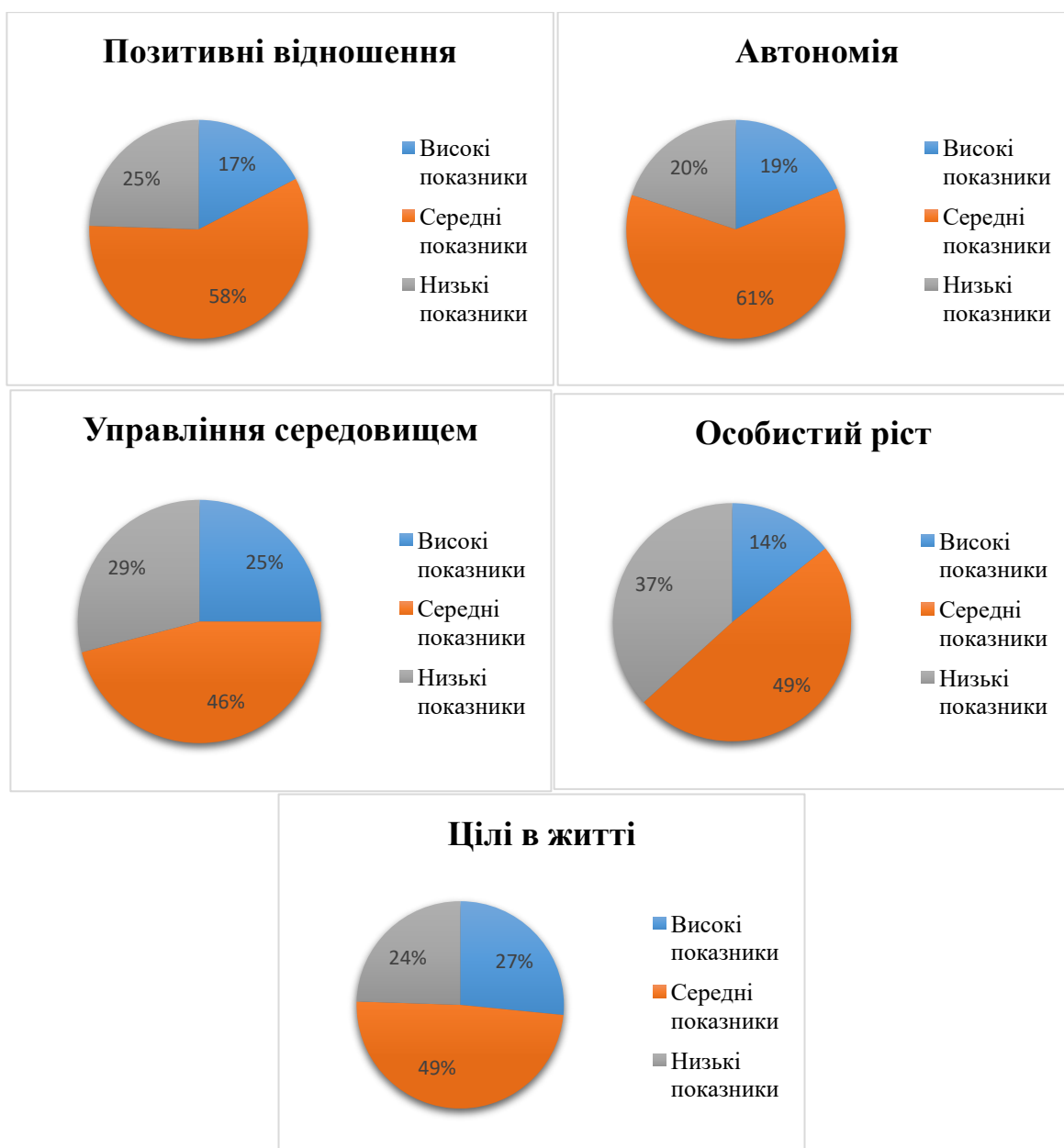


Рис. 2.4. Узагальнюючі відсоткові показники за шкалою «Психологічного благополуччя» вимушених мігрантів К. Ріффа

Високий рівень самоприйняття притаманний 11,26% досліджуваних, що вказує на позитивне ставлення їх до себе, прийняття всіх свої сторін, як хороших так і поганих, прийняття свого минулого. Для 59,67 % опитуваних характерний середній рівень самоприйняття. Низький рівень самоприйняття виявлений у 29,07% досліджуваних. Їм дуже важко прийняти власне минуле і того, що їм довелося пережити.

Що стосується балансу ефекту, то 19,89% досліджуваних мають середні бали за цією характеристикою. Для цих досліджуваних характерна низька самооцінка, дещо неадекватне сприйняття себе та оточуючих. 62,73% опитуваних мають середній рівень прояву балансу ефекту. Це вказує на те, що переважно у досліджуваних домінує позитивна самооцінка, прийняття своїх недоліків і переваг, що дозволяє адекватно сприймати оточуючих. 17,38% респондентів мають високий рівень балансу ефекту. Ці досліджувані високо оцінюють свій професіоналізм, власну компетентність, що впливає на їхнє задоволення власним життям.

Високий рівень осмисленості життя виражений у 34,21% досліджуваних. Для них притаманна наявність сенсу життя, переконань, які підсилюють відчуття значимості життя, осмисленість минулого і майбутнього тощо. Середній рівень осмисленості життя притаманний 59,67% респондентів. Низький рівень осмисленості життя виявлений у 6,12% досліджуваних.

Така характеристика як «Людина як відкрита система» має високий рівень вираженості у 31,15% досліджуваних. Отже, для них притаманна здатність засвоювати нову інформацію, цілісні і реалістичні погляди на життя, відкритість до нового. 52,02% респондентів мають середній рівень вираженості цієї характеристики. Низький рівень прояву цієї характеристики притаманний 16,83% досліджуваних. Ці респонденти досить важко адаптуються до нових умов, їм важко сприймати нове.

Загальний показник психологічного благополуччя у 44,37% досліджуваних знаходиться на середньому рівні. Тобто, у більшості учасників дослідження переважають позитивні емоції, сприятлива оцінка власного життя,

позитивне сприйняття самого себе, здатність керувати власним життям, а також відчуття неперервного особистісного зростання та самореалізації. 36,72% респондентів мають низький рівень психологічного благополуччя. Вони схильні негативно оцінювати своє життя, відчувають, що нездатні керувати власним життям і мають проблеми у самореалізації. 18,91% досліджуваних мають високий рівень психологічного благополуччя. Відсоткові показники психологічного благополуччя вимушених мігрантів представлені на діаграмі на рисунку 2.5.



Рис. 2.5. Узагальнюючі відсоткові показники психологічного благополуччя вимушених мігрантів

Таким чином, вимушена міграція є досить складним явищем, що характеризується зміною звичного способу життя, адаптацією до нових умов. До того ж, багатьом вимушеним мігрантам досить складно адаптуватися до нової місцевості, соціокультурних умов, теперішнє і майбутнє часто є невизначеним, а минуле – травматичним, але разом з тим щасливим.

Результати емпіричного дослідження дають можливість зробити висновок про те, що у більшості вимушених мігрантів не задоволені основні потреби, до яких відносяться: матеріальні потреби, потреби у безпеці, соціальні (міжособистісні) потреби, потреби у визнанні і самовираженні. Окрім того, зміна середовища проживання, інші умови життя, культура та особливості взаємодії з оточуючими породжує у багатьох вимушених мігрантів відчуття самотності. Переважна більшість досліджуваних має проблеми в адаптації до нових соціокультурних умов, прийнятті інших та самоприйнятті, вони відчувають емоційний дискомфорт тощо.

Окрім того, для багатьох вимушених мігрантів характерне сприйняття майбутнього і теперішнього як невизначеного, вони не мають достатніх ресурсів для особистісного зростання. Значна частина досліджуваних не вважає себе «господарем» свого життя, відчуває, що нездатна щось змінити, відповідно їхні життєві цілі і плани є досить розмитими. Все це призводить до того, що значна кількість вимушених мігрантів має низький рівень психологічного благополуччя.

Одже, вивчення емоційних аспектів вимушеної міграції в нове соціокультурне середовище є головним для розуміння труднощів та проблем, з якими стикаються мігранти під час адаптації до нових для них умов. Проведене мною емпіричне дослідження сприяє кращому розумінню психологічних процесів у вимушених мігрантів.

ВИСНОВКИ

Підводячи підсумок дослідження, слід зазначити, що міграції – це частина сучасного світу, яка включає переміщення людей з певною метою. Результати теоретичного і емпіричного вивчення проблеми психологічних аспектів вимушеної міграції в нове соціокультурне середовище дозволяють зробити наступні висновки.

1. Під поняттям «міграція» розуміють в першу чергу зміну місця проживання, що передбачає перетин державного чи адміністративного кордону і зміну соціальних зв'язків. Окрім того, така зміна місця проживання має бути тривалою у часі. Зауважимо, що міграцію зумовлюють різні мотиви, до яких відноситься: прагнення людей задовольнити свої потреби, зокрема покращити своє матеріальне становище; складні соціальні, економічні чи особистісні проблеми; бажання жити в іншій країні чи регіоні тощо.

Що стосується видів міграції, то вона буває різною, залежно від мотивів та причин її виникнення. Але найбільший інтерес сьогодні викликає саме вимушена міграція, для якої характерна зміна місця проживання через складні соціальні, політичні чи інші проблеми і вимушеність у прийнятті цього рішення.

2. Змінюючи місце проживання, і «тікаючи» від небезпеки перед вимушеними мігрантами постають нові проблеми, до яких можна віднести адаптацію до нових умов життя і до нового середовища. Успіх адаптації до нових соціокультурних умов буде залежати від того, наскільки людина відкрита до змін, її індивідуально-психологічних характеристик, життєвого досвіду і особистих переживань. Всі чинники, які впливають на адаптацію вимушених мігрантів до нових умов можна поділити на групові та індивідуальні. І якщо індивідуальні чинники пов'язані із самою людиною, то групові включають у себе те середовище, до якого відбувається адаптація, різницю в культурі, особливості взаємодії, традиції тощо.

3. Опираючись на результати теоретичного та емпіричного аналізу вказаної проблеми дозволяє зробити висновок, що гіпотеза дослідження підтверджена в певній мірі. Вимушена міграція в нове соціокультурне середовище дійсно впливає на психологічні аспекти адаптації вимушених мігрантів. Зокрема, було проведено дослідження, в результаті якого було виявлено, що більшість досліджуваних мають незадоволені матеріальні потреби, потреби у безпеці, соціальні потреби, потреби у визнанні і потреби у самовираженні. Окрім того, проблеми у взаємодії з оточуючими, втрата звичних соціальних зв'язків породжує у респондентів відчуття самотності.

Зауважимо, що значна частина досліджуваних переосмислила своє життя, втратили відчуття стабільності, а їхні цілі і плани стали досить розмитими. Багато із респондентів не відчують, що можуть керувати власним життям, власну незалежність і самостійність. Щоправда, серед досліджуваних є й ті, кому вдалося адаптуватися і прийняти ті зміни, які трапилися у їхньому житті, а переосмислення всього, що сталося стало поштовхом до змін.

СПИСОК ВИКОРИСТАНИХ ДЖЕРЕЛ

1. Біленька І. Г. «Культурний шок» і адаптація до нової культури. *Вісник Харк. нац. ун-ту ім. В. Н. Каразіна. Серія: Теорія культури і філософія науки*. 2011. № 940. Вип. 41. С. 12–16.
2. Блинова О. Є. Соціально-психологічна адаптація вимушених мігрантів: підходи і проблеми вивчення феномена акультурації. *Науковий вісник Херсонського державного університету. Серія «Психологічні науки»*. 2016. С. 111–117.
3. Внутрішньо переміщені особи: від подолання перешкод до стратегії успіху: монографія / за ред. О. Ф. Новікової, О. І. Амоши, В. П. Антонюк. Київ : Інститут промисловості НАН України, 2016. 448 с.
4. Войналович І. А., Кримова М. О. Щетініна Л. В. Вимушені переселенці: зарубіжний досвід, стан і реалізація їх прав в Україні. *Соціально-трудові відносини: теорія та практика*. 2014. № 2. С. 250–257.
5. Гьокхан Д. Сучасні міграційні процеси: проблема адаптації та інтеграції мігрантів в об'єднаній Європі. *Філософські науки. Вісник Житомирського державного університету ім. І. Франка*. Випуск 1 (82). 2016. С. 35–44.
6. Завацька Н. Є. Особливості функціонування інтраперсональних складових адаптаційного потенціалу особистості в кризові періоди життя. *Теоретичні і прикладні проблеми психології. Збірник наукових праць*. № 2 (26). Луганськ, 2011. С. 12–19.
7. Запорожченко О. В. Феномен «культурного шоку» та парадигма мультикультуралізму в умовах сучасності. *Актуальні проблеми філософії та соціології*. 2022. С. 14–18.
8. Захист прав внутрішньо переміщених осіб : монографія / за ред. О. Я. Рогача. Ужгород : РІК-У, 2018. 268 с.

9. Капінус О. Я. Особливості державного регулювання міграційних процесів в умовах збройного конфлікту на сході України. *Теорія та практика державного управління: зб. наук. пр.* Харків: Вид-во ХарПІ НАДУ «Магістр», 2016. Вип. 2 (53). С. 119–124.
10. Кердивар В.В. Синдром жертви у внутрішньо переміщених осіб із зони локального воєнного конфлікту. Харків, 2021. 143 с.
11. Курилич М. Трансформація та політизація міграційних процесів під впливом глобалізації. *Наукові записки Інституту політичних і етнонаціональних досліджень ім. І. Ф. Кураса НАН України*, 2010. Вип. 49. Київ. С. 364–380.
12. Кхасраві О. З. Співвідношення понять «мігрант», «біженець», «переселенець», «внутрішньо переміщена особа». *Науковий вісник Міжнародного гуманітарного університету. Серія: Юриспруденція*. 2016. № 20. С. 73–76.
13. Леонова І. М. Теоретичний аналіз проблеми соціально-психологічної адаптації вимушених переселенців в Україні. *Актуальні проблеми соціології, психології, педагогіки*. 2015 №4 (29). С. 94–100.
14. Лібанова Е., Позняк О., Цимбал О. Масштаби та наслідки вимушеної міграції населення України внаслідок збройної агресії Російської Федерації. *Демографія та соціальна економіка*. 2022. № 2. С. 37–42. URL: <https://doi.org/10.15407/dse2022.02.037>
15. Логвинова М. О. Вимушені міграції в Україні: динамічний аспект. *Четверті Сумські наукові географічні читання: збірник матеріалів Всеукраїнської наукової конференції, 11–13 жовтня 2019 р., Суми, 2019*. С. 147–153.
16. Логвинова М. О. Внутрішньо переміщені особи як категорія вимушених мігрантів: поняття та ознаки. *Науковий вісник Херсонського державного університету. Серія «Географічні науки»*. 2019. № 11. С. 44–50.
17. Малиновська О. Міграційна політика: глобальний контекст та українські реалії. НІСД. 2018. 472 с.

18. Мальчикова Д. С., Ковальова К. І., Лозова Л. В. Вимушена зміна зайнятості та основні потреби внутрішньо переміщених осіб внаслідок воєнного конфлікту на Сході України та анексії Криму. *Науковий вісник Херсонського державного університету. Серія «Географічні науки»*. 2018. Вип. 8. С. 92–97.

19. Психосоціальна допомога внутрішньо переміщеним дітям, їхнім батькам та сім'ям з дітьми зі Сходу України: посіб. для практиків соціальної сфери / Л.А. Мельник та ін.; за ред. Л.С. Волинець. Київ: Калита, 2015. 72 с.

20. Ровенчак О. А. Визначення та класифікації міграцій: наближення до операційних понять. *Політ. менеджмент*. 2006. № 2 (17). С. 127–139.

21. Ровенчак О.А. Особливості соціокультурної адаптації українських іммігрантів у США. *Наукове пізнання: методологія та технології*. 2019. №1. С. 118–144.

22. Следь О. М. Вимушена міграція: ознаки поведінки та фактори впливу. Наукові праці ДонНТУ. *Серія: економічна*. №1 (20), 2019. С. 63–71.

23. Слюсаревський М. М. Психологія міграції: навчальний посібник. Національна академія педагогічних наук України. Інститут соціальної та політичної психології. Кіровоград: ТОВ «Імекс ЛДТ», 2013. 244 с.

24. Спринська З. В. Психологічні особливості внутрішньо переміщених осіб. Теорія і практика сучасної психології. №6, 2018. С. 50–56.

25. Степаниця С. Л. Соціальна адаптація як невід'ємна складова соціалізації особистості. *Гілея: науковий вісник, збірник наукових праць НПУ ім. М.П. Драгоманова*. Київ: ВІР УАН, 2011. 736 с.

26. Тарасюк І. В. Культурний шок як один із чинників адаптації та реадаптації мігрантів до нового соціокультурного середовища. *Психологічні перспективи*. Випуск 17. 2011. С. 232–240.

27. Шиманська К. В. Міграція людських ресурсів в умовах геоекономічних трансформацій: регіональний вимір: монографія. Житомир : ЖДТУ, 2017. 588 с.

ДОДАТКИ

Додаток А

Таблиця А.1. Результати дослідження міри задоволення основних потреб вимушених мігрантів

Досліджувані	Матеріальні потреби			Потреби у безпеці			Соціальні (міжособистісні) потреби			Потреби у визнанні			Потреби у самовираженні		
	Потреба	Потреба частково	Потреба	Потреба	Потреба частково	Потреба	Потреба	Потреба частково	Потреба	Потреба	Потреба частково	Потреба	Потреба частково	Потреба	
1	12					29	11					29		15	
2			30		16				24			16			30
3			32			30			32			30			33
4			36			32			29			22			39
5		15		13					28			30		15	
6			36			35	10		34			35			33
7			32			33			25			33			38
8		19		14					35			29			39
9			40			29			36			29			40
10		16			17				21			17			32

Продовження таблиці А.1.

11			42			35			42			35			29
12	11					39		25				39			32
13			40		18		13		39		18				33
14		19				40			40			40			30
15			42			41		23				41		19	
16		21		11		39			40	11		39			31
17			42		19				42			33			39
18			39			36			34			36			34
19			29			33		25				33			32
20			32			32	14					32			38
21		23			21				29		21				34
22	13					31		23				31			39
23		24				39			30			39			40
24			29			39			31			39			32
25			40			29			35			29		19	
26			41		22				32		22				34
27		20				34		21				34			37
28			38			31	10					31			34
29		22			26			27			26				39
30	13			14					32	14					40
31		27				29			35			29			32

Продовження таблиці А.1.

32			30			29			32			29		22	
33		25			23			28			23				34
34			29			34			35			34			35
35			33			32			39			32			
36	10					33		22				33			34
37		17				39						39			39
38			31	13					31	13					41
39		26			23				39		23			28	
40			35			31		24				31			32
41			33			30			40			30			39
42			29			40			41			40			40
43		22				42			39			42			44
44			34		25			22			25				32
45			30			42						42			26
46		18				39			32			39			39
47			39			30			38			30		23	
48			40			29		20				29			34
49			32		22				36		22				
50			30			33			39			33			32
51			32			38			38			38			30
52		18		11							22				29

Продовження таблиці А.1.

53			29			29		18				29			24
54			30			33			31			33		22	
55			34		19				33		19				29
56			30			39		19				39			32
57			31			32			38			32			26
58		17				30			34			30			32
59			40		17				38		17				29
60			42			31		17				31		20	
61			37			38			40			38			29
62			34			34			40			34	11		
63			35			39			38			39			29
64			31			34			34			34			30
65		16			16			16			16			15	

Додаток Б

Таблиця Б.1. Результати дослідження суб'єктивного відчуття самотності і соціально-психологічної адаптації вимушених мігрантів

Досліджувані	Методика діагностики суб'єктивного відчуття самотності (Д.Рассел, Л. Пепло, М. Фергюсон)			Опитувальник «Соціально-психологічна адаптація» (Роджерс-Даймонд)					
	Високий рівень самотності	Середній рівень самотності	Низький рівень самотності	Адаптація	Прийняття інших	Інтернальність	Самоприйняття	Емоційний комфорт	Прагнення до домінування
1	44			69	14	21	15	20	6
2	46			78	13		16	23	12
3		23		77	11		17	24	16
4	44			32	18		19	28	19
5	49			89	24	10	20	25	22
6		25		56	28	11	23	24	18
7	49			34	33	12	24	29	11
8	43			36	28	13	28	23	6
9		31		48	21	10	25	24	7
10	44			59	29	11	24	28	8
11			14	35	33	12	29	24	9

Продовження таблиці Б.1.

12	49			39	39	18	23	21	9
13	45			67	33	13	24	20	12
14	44			89	29	17	28	22	28
15	42			140	21	14	24	25	12
16	47			38	19	17	21	29	15
17	46			55	11	20	20	28	18
18	46			49	14	21	22	20	12
19	55			78	12	20	25	30	13
20		34		59	19	22	29	30	9
21	56			145	20	24	28	29	6
22			13	154	25	21	20	12	6
23	45			137	21	10	30	11	8
24		33		134	29	11	30	18	10
25	44			156	23	12	29	12	11
26		30		135	21	19	12	13	17
27	40			128	29	11	11	12	12
28	45			89	19	12	18	10	13
29		24		78	14	18	12	19	12
30	49			56	12	18	13	8	11
31	56			89	18	15	12	9	10
32			15	45	11	18	10	10	18

Продовження таблиці Б.1.

33	56			168	19	16	19	14	15
34	45			158	23	20	8	16	12
35		21		148	21	22	9	19	17
36	51			139	10	10	10	23	13
37		24		122	28	13	14	20	12
38	45			55	21	18	16	23	17
39		21		49	30	14	19	24	19
40	52			78	18	19	23	28	13
41			11	59	19	18	27	25	15
42		24		145	14	14	28	24	15
43	56			154	13	18	29	29	12
44	50			137	18	10	23	23	8
45		21		134	13		28	24	9
46	53			156	19		21	28	6
47		24		135	13		27	24	6
48			15	128	17	12	30	21	19
49	60			89	19	18	28	20	13
50		21		78	10	11	31	22	12
51		39		56	12	10	28	25	19
52	56			89	16	12	24	29	14
53		33	12	45	13	21	13	28	24

Продовження таблиці Б.1.

54	52			168	19	29	19	20	22
55		27		158	13	22	15	30	25
56		26		148	23	19	17	30	23
57	40			139	20	13	29	29	11
58		28		122	22	18	12	12	10
59	55			55	21	15	18	11	14
60		26		49	28	14	14	18	13
61	47			78	30	11	19	12	17
62		24		59	26	21	10	13	8
63		23		167	21	20	17	12	4
64	49			144	11	11	14	10	6
65	50			156	18	10	18	19	10

Додаток В

**Таблиця В.1. Результати дослідження психологічного благополуччя
вимушених мігрантів**

Досліджувані	Позитивне ставлення	Автономія	Керування середовищем	Особистісний ріст	Самоприйняття	Баланс ефекту	Осмисленість життя	Людина як відкрита	Цілі в житті	Психологічне благополуччя
1	44	45	56	44	39	35	98	19	67	279
2	48	42	55	46	80	39	94	17	45	245
3	55	56	49	47	81	45	99	18	62	345
4	49	70	41	45	67	49	90	16	78	328
5	65	73	46	56	66	58	78	34	69	279
6	79	65	44	50	45	56	84	23	66	341
7	78	60	55	78	40	39	74	20	67	253
8	54	59	54	76	56	47	78	36	46	280
9	75	51	78	77	57	54	70	34	43	346
10	67	44	69	56	46	89	69	34	45	398
11	75	55	67	53	78	87	67	30	79	453
12	44	54	66	59	57	39	96	35	65	234
13	49	59	60	60	59	58	95	45	79	284
14	47	55	59	63	48	90	73	45	74	301
15	49	73	56	66	60	99	68	18	78	387
16	44	72	59	45	61	93	67	24	76	321

Продовження таблиці В.1.

17	50	58	47	67	63	57	98	38	67	384
18	51	56	63	54	64	89	94	46	54	374
19	54	55	67	52	67	49	85	39	56	298
20	55	45	80	50	50	76	56	67	58	314
21	50	56	41	56	54	69	47	65	56	256
22	70	43	46	59	55	76	76	42	54	306
23	79	73	44	60	47	73	87	59	56	325
24	67	65	55	61	81	75	98	56	49	321
25	64	60	54	45	56	77	94	67	44	369
26	47	59	78	50	59	70	99	69	78	345
27	44	51	69	58	67	90	90	79	69	432
28	49	67	67	62	63	96	78	84	56	424
29	55	75	66	64	62	85	84	65	67	367
30	50	68	60	77	60	47	74	34	46	435
31	79	54	59	68	65	49	78	34	43	342
32	56	55	56	53	60	69	70	30	45	298
33	55	59	59	59	67	90	69	35	79	398
34	49	67	47	60	55	96	67	45	65	405
35	48	53	63	63	58	98	96	45	79	453
36	56	55	45	66	59	94	95	18	74	324
37	55	56	46	45	54	78	73	24	78	432

Продовження таблиці В.1.

38	58	67	56	67	55	63	68	38	67	256
39	69	60	54	54	49	33	67	46	65	289
40	50	46	56	52	65	30	89	39	78	254
41	78	56	65	50	67	42	95	67	69	257
42	84	67	78	56	47	44	90	65	56	356
43	68	43	66	59	81	49	78	42	67	302
44	49	50	65	60	56	65	87	59	46	384
45	55	66	45	61	59	69	49	56	43	374
46	58	63	41	45	67	55	45	67	45	298
47	67	67	46	53	63	109	67	69	79	314
48	80	73	44	59	62	98	65	79	65	256
49	67	65	55	60	60	67	69	84	79	306
50	78	60	54	63	65	98	67	65	74	325
51	77	59	78	66	60	76	49	34	78	321
52	54	51	69	45	67	59	54	34	76	369
53	44	44	67	67	55	63	56	30	67	345
54	59	55	66	54	47	67	69	35	54	432
55	56	54	60	52	81	78	54	45	56	424
56	55	59	59	50	56	98	89	45	58	367
57	78	55	56	56	59	87	67	18	56	435
58	73	73	59	59	67	78	45	24	54	342

Продовження таблиці В.1.

59	70	72	47	60	63	65	54	38	56	298
60	71	58	63	61	62	78	67	46	49	398
61	73	56	67	45	60	67	76	39	44	405
62	69	55	80	53	65	65	78	67	42	453
63	55	45	67	57	81	89	76	32	56	324
64	59	56	45	58	54	95	57	56	46	432
65	60	33	43	60	48	78	34	36	45	256