

ПСИХОЛОГІЧНИЙ ПОРТРЕТ ОСІБ ВНУТРІШНЬОЇ МІГРАЦІЇ

Мушкевич М.І. Психологічний портрет осіб внутрішньої міграції. У статті проаналізовано актуальність теоретичних підходів до вирішення соціальних та психологічних проблем внутрішньо переміщених осіб, оскільки бойові дії на сході країни та анексія Криму спричинили значне переміщення населення вказаних регіонів до інших областей. Обґрунтовано визначення поняття внутрішньопереміщені особи, звертається увага на зміни їх особистісного плану, зниження самооцінки, рівня домагань, ламання стереотипів, ціннісних орієнтацій та соціальних установок. Вказано, що це може відобразитися у поведінці мігранта, у роздратованості, прагненні займати оборонну позицію, очікуванні негативних реакцій з боку оточуючих, фрустрації тощо. Виділено особистісних предиктори успішного подолання кризи ідентичності, ефекту культурного шоку можна віднести, до яких увійшли індивідуальна когнітивна складність, гнучкість системи особистісних цінностей, відкритість до нового досвіду, вміння узагальнювати при категоризації, низький рівень авторитаризму, інтернальний локус контролю, низький рівень ескапізму, екстраверсія, конформізм, доброзичливість, мотивація на адаптацію.

Ключові слова: міграція, внутрішньо переміщені особи, фрустрація, тривожність, ідентичність, адаптація, криза.

Мушкевич М.И. Психологический портрет лиц внутренней передвижения. В статье проанализирована актуальность теоретических подходов к решению социальных и психологических проблем внутренне перемещенных лиц, поскольку боевые действия на востоке страны и аннексия Крыма повлекли за собой значительное перемещение населения указанных регионов в другие области. Обосновано определение понятия внутриперемещенных лиц, обращается внимание на изменения их личностного плана, снижение самооценки, уровня притязаний, ломки стереотипов, ценностных ориентаций и социальных установок. Указано, что это может отражаться в поведении мигранта, раздражении, стремлении занимать оборонительную позицию, ожидании негативных реакций со стороны окружающих, фрустрации и т.д. Выделены личностные предикторы успешного преодоления кризиса идентичности, эффекта культурного шока можно отнести, в которые вошли индивидуальная когнитивная сложность, гибкость системы личностных ценностей, открытость к новому опыту, умение обобщать при категоризации, низкий уровень авторитаризма, интернальный локус контроля конформизм, дружелюбие, мотивация на адаптацию.

Ключевые слова: миграция, внутриперемещенные лица, фрустрация, тревожность, идентичность, адаптация, кризис.

Постановка проблеми. З 2014 року головною темою порядку денного в Україні була військова агресія Росії відносно України. Питання відновлення контролю над окупованою частиною Донбасу та АР Крим як завжди є актуальним для України, як і вирішення проблем внутрішньо переміщених осіб та громадян України, які проживають на тимчасово окупованих територіях. Конфлікт на Сході України, спричинений агресією Росії, змусив змінити місце проживання понад 1,5 млн. осіб. Внутрішні мігранти, безперечно, не створюють такої сильної напруги в суспільстві, як зовнішні, особливо з етнокультурно віддалених держав, однак іноді спричиняють локальні та побутові соціальні й етнокультурні (на ґрунті мови, ідентичності, зовнішньополітичної прихильності) конфлікти, особливо за наявності потужного каталізатору, який впевнено – і, слід визнати, доволі ефективно – діє в

умовах гібридної війни Росії проти України. На жаль, одним з наслідків є етнополітична нестабільність, що є сприятливим середовищем для поширення деструктивних етнополітичних явищ – дискримінації, ксенофобії, етнічної ворожнечі [16; 17].

Аналіз останніх досліджень і публікацій. Теоретичні розробки проблематики міграційних процесів у галузі психології торкаються проблем акультурації та психологічної адаптації мігрантів в іншому соціокультурному середовищі, тому здійснюються, як зазначає О. Блинова [2] здебільшого у межах соціокультурного підходу: І. Войналович, М. Кримова, Л. Щетініна [4], Л. Орбан-Лембрик [9], Н. Шульга [19].

Засновниками комплексних досліджень міграції у психологічному контексті стали аргентинські вчені L. Grinberg, R. Grinberg R., які в 1996 опублікували монографію «Міграція і вигнання. Психоаналітичне дослідження», що аналізувала аспекти феномену міграції в руслі психоаналітичного підходу [22]. Іншим цікавим дослідженням екзистенційних та психологічних проблем міграції, стала робота канадських вчених K. Frank, F. Hou, G. Schellenberg, які зробили акцент на дослідженні рівня задоволеності життєвою ситуацією у мігрантів, що прибули до Канади [21]. Їхні американські колеги J. Helliwell, H. Huang, S. Wang, H. Shiplett досліджують процес міграції з погляду досягнення психологічного благополуччя та щастя [23]. У центрі уваги іншої групи вчених із США С. Cobb, N. Branscombe, А. Меса та співавторів – особистість мігранта з позиції позитивної психології [20].

Враховуючи досить невелику кількість робіт, присвячених дослідженню психологічних аспектів міграції, відмітимо, що цей процес супроводжується важкими переживаннями не тільки з боку мігранта, але й оточуючих його людей, змінюється не тільки особистість мігранта, але і його нове оточення, реагуючи на індивідуальні особливості, адаптуючись до нової людини. В результаті має виробитися нова стратегія поведінки, взаємодії, що влаштовує обидві сторони. Звертається увага на зміни особистісного плану, зниження самооцінки, рівня домагань, ламання стереотипів, ціннісних орієнтацій та соціальних установок. Це може відобразитися у поведінці мігранта, у роздратованості, прагненні займати оборонну позицію, очікуванні негативних реакцій з боку оточуючих.

Для сучасної України проблема внутрішньої вимушеної міграції є новим викликом, тому системних комплексних розробок програми адаптації та інтеграції у суспільство вимушених переселенців поки не існує. Таким чином, актуальність проблеми зумовлена, з одного боку, поширенням такого явища в Україні як «вимушена міграція», що порушує низку різноманітних, у тому числі, психологічних питань, а з іншого боку, відчутним дефіцитом соціально-психологічних знань, які б надали змогу пояснювати, прогнозувати та регулювати наслідки вимушеної внутрішньої міграції для різних соціальних суб'єктів.

Мета статті. У цій статті ми проаналізуємо найважливіші питання, пов'язані з проявами емоційної сфери та поведінкових патернів, що виникають у процесі соціально-психологічної адаптації вимушених мігрантів.

Результати досліджень. Розглянемо власне сам феномен вимушеної міграції, що є складним і багатогранним процесом, в якому протягом останнього десятиліття

стали чітко вираженими етносоціальні та етнополітичні детермінанти. Для цього необхідно почати із визначення дефініцій. Під міграцією населення (від лат. *migratio* – переселення) розуміється переміщення людей (мігрантів) через кордони тих чи інших територій зі зміною місця проживання назавжди або на більш-менш тривалий час. Мігрант – особа, що здійснила переміщення на нове місце проживання на території своєї держави (тимчасове, сезонне, постійне).

Вимушений переселенець – громадянин, що змінив місце проживання внаслідок вчиненого щодо нього або членів його сім'ї насильства або інших форм переслідування, або внаслідок реальній небезпеки стати об'єктом переслідування за ознакою расової чи національної приналежності. Біженець – це особа, яка в силу цілком обґрунтованих побоювань стати жертвою переслідувань за ознакою раси, громадянства, національності і т. п., знаходиться поза кордонами країни своєї громадянської належності та не може або не бажає користуватися захистом цієї країни.

Вимушена міграція – це сукупність територіальних переміщень, що Пов'язані з постійною або тимчасовою зміною місця проживання людей з незалежних від них причин та, як правило, всупереч їхньому бажанню; іншими словами – переміщення людей з метою пошуку безпеки та притулку. В нашій статті як причина такої вимушеної міграції розглядається військово-політичне зіткнення, що стало розгортатися в Україні на початку 2014 р.

Нашу країну торкнулися обидва типи міграції: зовнішня міграція – виїзд українських громадян зі своєї країни в іншу країну на постійне місце проживання або на тривалий термін з надією на повернення, і внутрішня міграція – переміщення населення всередині території України. В основному розділяють мігрантів на чотири групи: 1) біженці; 2) реальні вимушені мігранти; 3) вимушені мігранти страху; 4) переселенці.

Аналізуючи психологічні особливості фрустрації потенційних мігрантів Н. Шмарова [18] серед різноманіття психоемоційних станів виокремлює специфічне тривожно-фрустраційне тло, зумовлене здебільшого переживаннями як через дію синдрому «птахи полишають гнізда», так і спричинене певним острахом перед невідомістю й проблемами адаптації до інших соціокультурних та економічних моделей життєіснування. Орім станів амбівалентності, апатії, готовності, бойової лихоманки, тривоги, у потенційних мігрантів на афективному рівні можуть істотно коливатися й інші базові індикатори психоемоційної сфери, зокрема активність/пасивність, самопочуття, настроїв, емоційно-вольова напруженість тощо.

Разом із цілком можливим і зрозумілим ейфорійним очікуванням у вигляді емоцій радості й задоволення дуже часто може проявлятися і несприятливий психоемоційний спектр, насамперед у відчуттях депресивності, розгубленості, суб'єктивного відчуття самотності, невротизму, тривожності та інших амортизаційних психостанів. Безперечно, таке афективне роздвоєння негативно впливає на життєдіяльність особистості з міграційними намірами та викристалізовує фрустрацію як типову реакцію на тривале й невизначене очікування, що гнітить і робить дискомфортом усталений біосоціальний ритм. Потенційний мігрант транслює власну тривожно-фрустраційну дисгармонійність на

всю мережу міжособистісних взаємин, унаслідок чого цілком можливими постають комунікативно-перцептивні конфлікти, непорозуміння, кризи та розлади [18].

Більшість українців у перші тижні міграції перебувають «в режимі виживання» і зосереджені на пристосуванні до нових реалій, перш за все на базових рівнях функціонування (житло, робота, школа для дітей тощо). По прибуттю у приймаючі «підпорядковується базовим психологічним закономірностям міграційного процесу (переживання втрати, почуття малоцінності, «комплекс чужинця», ностальгія, фрустрація, депресія тощо) [17]. Вимушену міграцію можна сміливо охарактеризувати як екстремальну або як мінімум кризову ситуацію.

А. Путінцев, Ю. Пащенко вказують два теоретико-методологічні підходи, щодо вивчення адаптації ВПО: соціокультурний (психологічний) і ресурсний (економічний). Перший розглядає адаптацію через подолання певного шоку від зміни звичайного та звиклого культурного оточення та підібрати стратегію співіснування ідентичності вимушеного з ідентичністю оточуючої групи. Другий пояснює процес адаптації як певне пристосування до втрати певної кількості звиклих ресурсів, які були у ВПО до переселення, та отримання доступу до тих ресурсів які є на новому місці проживання, незалежно від того чи відповідають вони йому чи ні, і чи вміє людина використовувати цей ресурс [1]. З психологічної точки зору вимушена міграція, внаслідок війни є ситуацією екстремального стресу, яка призводить до глибокої трансформації особистості: її цінностей, патернів поведінки, мотивів, цілей життєдіяльності тощо.

Емоційні стани та особливості реагування мігрантів на стрес невизначеності, посилені наративами медійних політичних маніпуляцій, справляють чималий вплив на їхні адаптивні можливості, провокуючи виникнення низки негативних психологічних феноменів [11]. Відчуття інакшості та ізольованості від спільноти, в якій вони опинилися, переживання самотності й неможливості отримати підтримку – потенційні ризики для благополуччя вимушених мігрантів, які становили значну частку населення нашої країни.

Емоційний фон у біженців зазвичай знижений, існує певна емоційна напруженість або апатія, схильність до заклопотаності мало важливими проблемами, дратівливість, злість або навіть гнів, тривожні стани, фрустрація. В такому описі дуже мало «приємних» станів. Дорога в нікуди викликає страх, сам факт потреби у виїзді викликає образ, бюрократичні питання викликають роздратування, відсутність комфортних умов проживання та власного простору викликають злість, невдачі у пошуку роботи, житла тощо, можуть викликати гнів, фрустрацію, у тривожних людей - навіть паніку, і так до безкінечності. Тому той шквал емоцій, що переживає мігрант часто є блокуючим та дезадаптивним [12].

Проблема психологічної самотності стала однією з найгостріших проблем за останній час, у зв'язку з численними випадками вимушеної необхідності перервати соціальні контакти: починаючи з ВПО в 2014 та пандемією covid-19. Самотність як психічний стан має яскраво виражений негативний фон через переживання людиною відірваності від спільноти людей, історії, сім'ї, природи, культури, яке руйнівним чином впливає на особистість [10]. Через нестачу емоційної близькості самотність може переживатися як покинутість чи відірваність, навіть якщо в

оточенні є багато різних людей. Під час такого переживання бракує довіри та симпатії, тобто глибокого емоційного зв'язку, який характеризує наявність справжніх друзів, колег-однодумців, рідних та близьких[8].

Переживання відірваності та покинутості також пов'язане порушеннями соціальних ролей. Можна виділити ризики, які несе в собі соціальна роль як можливий фактор ускладнення відносин мігранта з оточуючими людьми і самим собою, та як наслідок почуття самотності. На психологічному рівні це можуть бути проблеми при очікуванні ролі – розумінні ролі – освоєнні ролі виконання ролі. Так приклад, роль мігранта очікується з негативним острахом, не завжди розуміється і освоюється внаслідок невизначеного правового статусу, як наслідок не функційно відіграється [15].

А. Свящук негативним ефектом називає втрату суб'єктивно значущої ролі - втрата або деформація ролі дружини у жінок які виїхали без чоловіків, втрата професії, тощо. Конфлікт між виконуваною роллю і Я-концепцією - людина не може виразити себе в пропонованих ролях, не знайшла себе, займається не своєю справою - дуже часто біженець виконує не ту роботу яку б хотів, або навіть ту яка є неприйнятною, не ідентифікує себе з колективом, з соціальною групою біженців і таким чином виконання цієї ролі буде викликати спустошення, внутрішню напругу та різке незадоволення життям [13].

Щодо особливостей реагування мігрантів, то О. Малиновська звертає увагу на те, що внаслідок вищезазначеного відчуття вигнання та вираженого почуття малоцінності, вони зазвичай дуже болюче реагують на будь які повідомлення щодо них самих, особливо на оцінні судження, вбачаючи знущання та насмішки там де їх немає. Досвід країн, які перебували в конфліктних ситуаціях, показує, що значне зростання насильства в протистояннях призводить до збільшення випадків домашнього насильства, насильства стосовно жінок і дітей як у період розгортання самого конфлікту, так і по його завершенні. Загалом поведінка біженців характеризується підвищеною збудливістю, агресивною реакцією на подразники. До збільшення агресії приводить також тенденція займати оборонну позицію. Інколи навпаки мігранти відрізняюся гіпотимним типом реагування, емоційною загальмованістю, хаотичним характером активності, екстернальністю і ескапізмом. Важливо розуміти, що поведінка біженця може бути не проявом його невихованості чи поганого характеру, а ознакою складної життєвої ситуації [7]. Колосальну напругу, а як наслідок і зміни переживає і когнітивна сфера мігрантів. Дуже багато з них скаржаться на проблеми з пам'яттю, погану увагу, напруження, «затуманену свідомість».

Про кризу ідентичності у мігрантів в процесі адаптації говорить і дослідниці О. Serdiuk, А. Markovska, які зазначають, що складний процес адаптації в ситуації вимушеного переміщення призводить до того, що зміна ідентичності особистості біженців досягають рівня кризових. Криза ідентичності у біженців проявляється в глибоких множинних перетвореннях її змісту, що відбуваються на особистісному і на груповому рівнях. Дослідниці підкреслюють, що подолання кризи ідентичності – найважливіша умова успішної адаптації особистості в ситуації вимушеного переміщення, але вона нерідко досягає такої глибини і сили, коли власних ресурсів

особистості виявляється недостатньо і для її подолання потрібна психологічна допомога. Криза ідентичності – це неминучий етап в процесі пристосування до нових умов життя, успішне її подолання призводить особистість до набуття нової, більш зрілої ідентичності»[24].

Як особистість яка переживає кризу ідентичності, порушення цілісності та інтегрованості «Я», людина знаходиться у режимі боротьби, з однієї сторони пошук шляхів реалізації себе попередньої, а з іншої засвоєння нових шляхів власної індивідуальної та соціальної ідентичності. Основними видами ідентичності традиційно вважають особистісну та соціальну. Необхідним елементом благополучного існування особистості у суспільстві є її соціокультурна ідентичність, вона формується у процесі соціалізації та забезпечує для індивіда повноцінне залучення до «його» соціокультурних відносин [5]. У випадку неподолання «кризи ідентичності» настає явище різкої дезадаптації – стресова ситуація яка призводить до ряду психічних розладів. «Тріада» розладу адаптації: депресія, агресія, алкоголізм. Тобто, біженець, що переживає кризовий стан, мусить знайти зовнішній ресурс новими способами, для збереження власного я, або мусить використати новознайдені внутрішні ресурси та адаптувати їх до нової ситуації в його житті.

На особливу увагу заслуговують рольові соціальні ідентичності. Їх визначають через аналіз відносин «Я» - «інші», тобто йдеться про ідентифікацію «Я» як приналежної до якоїсь групи особистості. Таким чином індивідуалісти сприймають власне «Я» через внутрішній каркас уявлень про себе: Я терплячий, легкий, рішучий. Колективісти набагато частіше сприймають себе через свою приналежність до інших людей. Ця соціальна ідентичність походить від членства в певній групі, з якою вони поділяють спільну долю, або через виконання певної соціальної ролі по відношенню до призначених інших. Жоден зі способів самоідентифікації не є кращим чи гіршим, але такі відмінності значно впливають на переживання кризи ідентичності в її модальностях [6].

Отже, індивідуаліст може переживати руйнацію уявлень про себе в ситуаціях де його власні реакції, емоції, переживання та поведінка будуть несподіванкою, як от безпомічність яка раніше ніколи не проявлялася, або сміливість яка несподівано надійшла на допомогу в кризових ситуаціях. Так, людина що переживає цілковиту зміну оточення може бути спантеличена кількістю хибних уявлень про себе, особливо тих які є ядром її самооцінки. В такому випадку в подоланні кризи може допомогти зміна локусу сприйняття зі шкали «хибнеправильне» на усвідомлення людиною відкриття нових граней своєї особистості. Може здатися, що люди-колективісти переживають «кризу ідентичності» важче, але така позиція не є цілком правильною, оскільки, ці люди більше спрямовані на контакт, в тому числі з приймаючим населенням. Вони швидше приміряють на себе нові соціальні ролі, та швидше знаходять ознаки за якими можуть бути приналежними до тієї чи іншої соціальної групи, хоча на початку втрата первинного середовища може переживатися інтенсивніше.

Проте криза має не лише негативні, а й позитивні наслідки. Вона часто веде до індивідуального і культурного оновлення, особистісного зростання та прогресу в

розвиткові. Криза ідентичності сприяє подоланню стагнації особистості, життя набуває змісту, визначаються цінності тощо. Серед впливів на конструктивне подолання кризи ідентичності вимушених мігрантів О. Блинова виділяє соціальні чинники: міру добровільності переїзду, благополуччя подружніх стосунків у родині мігранта(особливо, чи ціла сім'я переїхала) наявність соціальної підтримки (сім'я, друзі, тощо), якість соціального капіталу мігранта, позитивне сприйняття переселенцями та представниками приймаючої спільноти один одного, державна політика, спрямована на підтримку інтеграції мігрантів. До другої групи чинників авторка віднесла індивідуальні чинники, серед них: вік та стать, рівень освіти та соціальний статус, наявність внутрішнього локусу контролю, гнучкість та диференційованість Я-концепції, «когнітивна складність», толерантність до невизначеності, комунікативна компетентність [3].

Безліч психологів, в тому числі вітчизняних спираються дослідження фаз адаптації психолога Г. Тріандіса. Він, досліджуючи, особливості пристосування вимушених мігрантів, виділив наступні фази соціально-психологічної адаптації біженців до нового середовища: «Ейфорична фаза» або «медовий місяць», «Туристична фаза», «Орієнтаційна фаза» «Депресивна фаза», «Фаза активної діяльності». Такий поділ є дещо умовним, оскільки першою фазою дуже рідко буває «медовий місяць», часто приїзд може часто характеризуватися навпаки втомою, страхом, та як написано вище, супроводжуватися екстремальним стресом для особистості. А фаза активної діяльності може наступати одразу під тиском інстинкту самозбереження, особливо якщо у біженця чи шукача притулку є така можливість [25].

Види пристосування важливо відмежувати: адаптація відбувається коли людина просто налагодила нормальний рівень функціонування, інтеграція відбувається, коли «новачки» пристосовуються до корінного населення у всіх його сферах; що розуміється як «позитивне ставлення до культури країни походження з одночасним позитивним ставленням до культури країни притулку». А інклюзія відбувається тоді, коли приймаюче суспільство пристосовується до біженця і до того що він включився як особистість так і як носій нової культури, досвіду та свідомості в нове середовище. Як вже згадано вище адаптація переміщених осіб значною мірою залежить від готовності іншої сторони прийняти вимушених переселенців як нових повноцінних членів суспільства, а не просто тимчасових мешканців, з повагою поставитись до їхнього минулого. Виходячи з цього інклюзія - це явище яке характеризує не так біженця, як характер його взаємодії з соціумом, де останній теж виступає активним. Ми взагалі, можемо говорити про ефективну інтеграцію, лише тоді, коли біженець, володіє мовою країни-реципієнта, він є економічно незалежним у зв'язку зі своєю зайнятістю і, встановив контакт із місцевою громадою та бере участь у соціальному, культурному та громадському житті. Такий підхід залишає без уваги психологічний аспект: задоволеність життям, наявність інтересів, мотивації до самоактуалізації та інших показників психологічного благополуччя.

Якщо поглянути на вимушених мігрантів як на тих, що пережили травму, то такий досвід впливає на їхні когнітивні процеси, особливості поведінки,

міжособистісні відносини, самооцінку і, в цілому, на світогляд. Із втратою найближчого оточення (близьких, родичів, сусідів), сім'я втрачає значну частину соціальної підтримки [14]. У традиції західних країн психічна травма мігранта інтерпретується як «міграційне горювання» (migratory grief – англ.), яке відноситься до типу «розлука», а не «втрата об'єкта». Таке формулювання є значно глибшим, особливо якщо звернути увагу на те, що людина переживає розлуку з близькими (мами, бабусі, чоловіки, тітки, близькі друзі) які не покидали країну, розлучається з близькою з дитинства культурою та будинком який асоціювався з безпекою, місцем сили, і що найголовніше зі своїм попереднім життям. Ситуація вимушеного переміщення визначає високу незадоволеність особистості життєвими змінами і сприяє розвитку депресії, психастенії, параноїдальних і шизоїдних розладів травматичний досвід і життєві труднощі біженців призводять до порушення у них цілісності та інтегрованості особистості. Тобто, така травма і стає причиною розвитку раніше описаної «кризи ідентичності».

Систематичний огляд та мета-аналіз показує, що до 1 з 3 біженців має діагностовану депресію та/або ПТСР. За оцінками, діагностовані тривожні розлади присутні в 1 або 2 з десяти біженців. Поширеність цих розладів, оцінена за граничними балами тестувань, а якщо інструментами самооцінки то ще вище. Разом ці результати, очевидно, свідчать про значний хронічний тягар біженців через погане психічне здоров'я, що перешкоджає їх життєдіяльності та можливостям адаптації. Цікаво, що рівень поширеності тривоги, депресії та посттравматичних стресових розладів серед біженців є не лише значним порівняно з населенням, що не є біженцями, але й порівняно з населенням, яке живе в умовах конфлікту чи війни. Здається, це свідчить про те, що не лише вплив на конфлікт і війну робить біженця вразливим до, наприклад, ПТСР, але й те, що втеча та/або додаткові постміграційні фактори можуть посилити симптоми, пов'язані з травмою. Окрім факторів, що відбувалися до міграції, таких як війна, тортури чи переслідування, постміграційні фактори, включаючи поїздки, що загрожують життю, тривалі процедури надання притулку, розлучення сім'ї, безробіття та дискримінація, постійно демонструють вплив на рівень поширеності психічних розладів.

Біженці різного віку в рази частіше страждають від тривоги, депресії та посттравматичного стресового розладу, ніж населення в цілому, а також населення, яке живе в районах війни, конфлікту чи катастрофи. Рівні поширеності є високими незалежно від місця проживання чи району переселення та залишаються високими роками після переселення. Ці показники поширеності відображають величезний тягар хронічних захворювань серед дорослих і дітей/підлітків-біженців через психопатологію, яка перешкоджає функціонуванню та інтеграції. У дорослих біженців, наприклад, повідомляють про рівень поширеності депресії від 4 до 6% (на основі 14 досліджень) і від 8 до 10% для ПТСР (на основі 17 досліджень). Два останніх мета-аналізи, які включали переважно дорослих біженців, повідомляють про значно вищі показники поширеності (від 25 до 45% для депресії, від 21 до 35% для тривожних розладів і від 31 до 63% для посттравматичного стресового розладу). До особистісних предикторів успішного подолання кризи ідентичності, ефекту культурного шоку можна віднести: індивідуальну когнітивну складність, гнучкість

системи особистісних цінностей, відкритість до нового досвіду, вміння узагальнювати при категоризації, низький рівень авторитаризму, інтернальний локус контролю, низький рівень ескапізму, екстраверсія, конформізм, доброзичливість, мотивація на адаптацію.

Висновки. Отже, при дослідженні основних аспектів вимушеної міграції досліджено, що біженці адаптуються гірше ніж інші мігранти через наявність негативної установки на інтеграцію в новій країні та відчуття вигнання з власної. Велику роль при функціонуванні біженців відіграє психологічний вплив невизначеного правового статусу та ставка на тимчасовість захисту у випадку українських біженців, що викликає порушення їх власної ідентичності, почуття непевності та невизначеності. Велику роль відіграє і характер взаємодії з приймаючим суспільством, цей процес є взаємозалежним при лояльному відношенні до мігранта він адаптується і швидше стає незалежним, і навпаки: при скерованості біженця на досягнення власної незалежності та активності приймаюча громада реагує на біженця лояльніше.

Біженці проходять ряд складних життєвих ситуацій, що невідворотно відбиваються на психіці у якості культурного шоку, травми мігранта, кризи ідентичності та навіть маргіналізації особистості. Емоційне перенавантаження провокує у біженця ряд негативних проявів: замкненість, чутливість до суспільних думок, оборонна позиція, дратівливість, порушення когнітивної сфери, дезадаптивність. Прогалини в психологічних аспектах соціальних програм: такі як запізнення з впровадженням, орієнтація на гуманітарну допомогу, надмірне забезпечення біженців формує у біженців завчену безпорадність та споживацьке ставлення до наданих благ. В цьому випадку директива 2001 р. про масовий наплив шукачів притулку, вирішила одне з болючих питань - довге очікування на легалізацію в режимі бездіяльності, таким адаптованість українських біженців вже незалежна від часу очікування правового статусу біженця.

Криза ідентичності біженців вважається одним з найпоширенішим або навіть невідворотним аспектом їх функціонування. Вона пов'язана з низкою особливостей життєвого становища вимушених мігрантів:

- деіндивідуалізація під впливом масової паніки, при виїзді з країни;
- невизначеність та неприйняття соціальної ролі біженця внаслідок стигматизації поняття;
- відірваність від власного етнокультурного середовища;
- втрата та деформація соціальних ролей для вираження «Я»; - самотність та втрата значної частини соціальної підтримки;
- небажання ідентифікувати себе з приймаючим суспільством.

В свою чергу криза ідентичності може мати і позитивний вплив на особистість: оновлення цінностей, особистісний та культурний розвиток, збагачення внутрішніх уявлень про себе, сприяє подоланню стагнації особистості, надає життю змістовності.

Подальші дослідження будуть спрямовані на розробку оптимальних психологічних досліджень, які полягатимуть в емпіричному вивченні закономірностей та чинників життєстійкості особистості в різних видах діяльності,

зокрема, в умовах вимушеного переселення.

Список використаної літератури

1. Адаптація внутрішньо переміщених осіб в регіонах України: сутність, поняття, підходи / А. В. Путінцев, Ю. Є. Пашенко // Економіка. Фінанси. Менеджмент: актуальні питання науки і практики. - 2018. - № 9. - С. 110-121. - Режим доступу: http://nbuv.gov.ua/UJRN/efmapnp_2018_9_1.
2. Блинова, О. Є. Соціально-психологічні засади адаптації вимушених мігрантів / О. Є. Блинова // Актуальні проблеми психології. Загальна психологія. Історична психологія. Етнічна психологія : зб. наук. праць Ін-ту психології ім. Г. С. Костюка НАПН України. – К. : Талком, 2016. - Т. 9, вип. 9 – С. 58-66.
3. Блинова, О. Є. Криза ідентичності особистості у нестабільні періоди розвитку суспільства [Текст] / О. Є. Блинова // Вісник Одеського національного університету. – Одеса : Астропринт, 2013. – Том 18. Вип. 22. Част. 1. – С. 30-38.
4. Войналович І. А. Вимушені переселенці: зарубіжний досвід, стан і реалізація їх прав в Україні [Електронний ресурс].
5. Зливков В.Л., Лукомська С.О., Федан О.В. Психодіагностика особистості у кризових життєвих ситуаціях / В.Л.Зливков, С.О. Лукомська, О.В. Федан. – К.: Педагогічна думка, 2016. – 219 с.
6. Лебединська І.В. Ідентичність і культура. Досвід психологічної інтерпретації / І.В.Лебединська. – К.: Золоті ворота, 2012. – 278 с.
7. Малиновська О.А. Міграційна політика: глобальний контекст та українські реалії : монографія / О.А. Малиновська. – К. : НІСД, 2018. – 472 с.
8. Мудрак І.А. Психологічні особливості тривожності депривованих підлітків-колоністів: монографія. – Луцьк : ПП Іванюк, 2014. – 279 с.
9. Орбан-Лембрик Л. Е. Вплив міграційних процесів на поведінкові прояви особистості / Л. Е. Орбан-Лембрик // Збірник наукових праць: філософія, соціологія, психологія. – Івано-Франківськ : ВДВ ЦІТ, 2008. – Вип.13. – Ч.1. – С. 3–15.
10. Особистість у кризових умовах та критичних ситуаціях життя: матеріали V Міжнародної науково-практичної конференції / Сумський державний педагогічний університет імені А.С. Макаренка. – Суми : Вид-во СумДПУ імені А.С. Макаренка, 2019. – 476 с.
11. Особистість як суб'єкт подолання кризових ситуацій: психологічна теорія і практика : монографія / за ред. С. Д. Максименка, С. Б. Кузікової, В. Л. Зливкова. – Суми : Вид-во СумДПУ імені А. С. Макаренка, 2017. – 540 с.
12. Профілактика посттравматичних стресових розладів: психологічні аспекти. Методичний посібник / Упор. : Д.Д. Романовська, О.В. Ілащук. – Чернівці : Технодрук, 2014. – 133 с.
13. Свящук А.Л. Проблеми прав біженців та виклики сучасності [Текст]: навч. посіб. / А. Л. Свящук. - Харків : Лисенко І. Б., 2018. - с. 315-322.

14. Сільвеструк Л., Кубіцький С. Соціально-педагогічна робота з переміщеними особами, які постраждали внаслідок воєнного конфлікту. Науковий вісник Національного університету біоресурсів і природокористування України Серія: педагогіка, психологія, філософія. 2016. С. 237–244.
15. Слюсаревський М.М. Психологія міграції / М.М. Слюсаревський, О.Є. Блинова. – Кіровоград: ТОВ «Імекс ЛТД», 2013. – 244 с.
16. Українська міграція в умовах глобальних і національних викликів ХХІ століття: наукове видання / наук. ред. У.Я. Садова. Львів, 2019. 110 с.
17. Українське суспільство: міграційний вимір : нац. доповідь / Інститут демографії та соціальних досліджень ім. М. В. Птухи НАН України. – К., 2018. – 396 с.
18. Шмарова, Н. Психологічні особливості фрустрації в людей з міграційними намірами. Психологічні перспективи, (34), 2019. С. 278–288. <https://doi.org/10.29038/2227-1376-2019-34-278-288>.
19. Шульга Н. А. Великое переселення народов: репатрианты, беженцы, трудовые мигранты / Н. А. Шульга. – К. : Институт социологии НАН Украины, 2002. – 700 с.
20. Cobb C.L., Branscombe N.R., Meca A., Schwartz S.J., Xie D., Zea M.C., Molina L.E., Martinez C.R.Jr. Toward a Positive Psychology of Immigrants. *Perspectives on Psychological Science*, 14 (4), December 2018. Available at: https://www.researchgate.net/publication/329483609_Toward_a_Positive_Psychology_of_Immigrants.
21. Frank K., Hou F., Schellenberg G. Life Satisfaction Among Recent Immigrants in Canada: Comparisons to Source-Country and Host-Country Populations. *Journal of Happiness Studies*, 17 (4), August 2015. Available at: https://www.researchgate.net/publication/283907844_Life_Satisfaction_Among_Recent_Immigrants_in_Canada_Comparisons_to_SourceCountry_and_Host-Country_Populations.
22. Grinberg L., Grinberg R. *Migración y exilio. Estudio psicoanalítico*. Madrid, Editorial Biblioteca Nueva, 1996. - P. 222.
23. Helliwell, John & Huang, Haifang & Wang, Shun & Shiplett, Hugh. *International Migration and World Happiness*. Chapter: 2. Publisher: United Nations, 2018. - pp. 12-43.
24. Serdiuk, O., & Markovska, A. Migrant Workers Interaction With Police: Comparative Study in England, Russia and Ukraine. *Visnyk of V. N. Karazin Kharkiv National University. Series «Sociological Studies of Contemporary Society: Methodology, Theory, methods»*, (999), 2019. P. 131-136. Retrieved from <https://periodicals.karazin.ua/ssms/article/view/13932>.
25. Triandis, H. C. *Attributes of Individualism and Collectivism, in Individualism & Collectivism*, chap. 3, Westview Press, Boulder, Colorado, 1995, pp. 43–80.

Spisok vikoristanoi literaturi

33. Adaptation of internally displaced persons in the regions of Ukraine: essence, concepts, approaches / A.V. Putintsev, Yu.E. Pashchenko // Economics. Finances. Management: topical issues of science and practice. - 2018. - No. 9. - P. 110-121. - Access mode: http://nbuv.go.v.ua/UJRN/efmapnp_2018_9_1.
34. Blynova, O. YE. Sotsial'no-psykholohichni zasady adaptatsiyi vymushenykh mihrantiv / O. YE. Blynova // Aktual'ni problemy psykholohiyi. Zahal'na psykholohiya. Istorychna psykholohiya. Etnichna psykholohiya : zb. nauk. prats' In-tu psykholohiyi im. H. S. Kostyuka NAPN Ukrayiny. – K. : Talkom, 2016. - T. 9, vyp. 9 – S. 58-66.
35. Blynova, O. YE. Kryza identychnosti osobystosti u nestabil'ni periody rozvytku suspil'stva [Tekst] / O. YE. Blynova // Visnyk Odes'koho natsional'noho universytetu. – Odesa : Astroprynt, 2013. – Tom 18. Vyp. 22. Chast. 1. – S. 30-38.
36. Voynalovych I. A. Vymusheni pereselentsi: zarubizhnyy dosvid, stan i realizatsiya yikh prav v Ukrayini [Elektronnyy resurs].
37. Zlyvkov V.L., Lukoms'ka S.O., Fedan O.V. Psykhodiahnostyka osobystosti u kryzovykh zhyttyevykh sytuatsiyakh / V.L.Zlyvkov, S.O. Lukoms'ka, O.V. Fedan. – K.: Pedahohichna dumka, 2016. – 219 s.
38. Lebedyns'ka I.V. Identychnist' i kul'tura. Dosvid psykholohichnoyi interpretatsiyi / I.V.Lebedyns'ka. – K.: Zoloti vorota, 2012. – 278 s.
39. Malynovs'ka O.A. Mihratsiyina polityka: hlobal'nyy kontekst ta ukrayins'ki realiyi : monohrafiya / O.A. Malynovs'ka. – K. : NISD, 2018. – 472 s.
40. Mudrak I.A. Psykholohichni osoblyvosti tryvozhnosti depryvovanykh pidlitkiv-kolonistiv: monohrafiya. – Luts'k : PP Ivanyuk, 2014. – 279 s.
41. Orban-Lembryk L. E. Vplyv mihratsiynykh protsesiv na povedinkovi proyavy osobystosti / L. E. Orban-Lembryk // Zbirnyk naukovykh prats': filozofiya, sotsiolohiya, psykholohiya. – Ivano-Frankivs'k : VDV TSIT, 2008. – Vyp.13. – CH.1. – S. 3–15.
42. Osobystist' u kryzovykh umovakh ta krytychnykh sytuatsiyakh zhyttya: materialy V Mizhnarodnoyi nauково-praktychnoyi konferentsiyi / Sums'kyi derzhavnyy pedahohichnyy universytet imeni A.S. Makarenka. – Sumy : Vyd-vo SumDPU imeni A.S. Makarenka, 2019. – 476 s.
43. Osobystist' yak sub"yekt podolannya kryzovykh sytuatsiy: psykholohichna teoriya i praktyka : monohrafiya / za red. S. D. Maksymenka, S. B. Kuzikovoyi, V. L. Zlyvkova. – Sumy : Vyd-vo SumDPU imeni A. S. Makarenka, 2017. – 540 s.
44. Profilaktyka posttravmatychnykh stresovykh rozladiv: psykholohichni aspekty. Metodychnyy posibnyk / Upor. : D.D. Romanovs'ka, O.V. Ilashchuk. – Chernivtsi : Tekhnodruk, 2014. – 133 s.
45. Svyashchuk A.L. Problemy prav bizhentsiv ta vyklyky suchasnosti [Tekst]: navch. posib. / A. L. Svyashchuk. - Kharkiv : Lysenko I. B., 2018. - s. 315-322.
46. Sil'vestruk L., Kubits'kyi S. Sotsial'no-pedahohichna robota z peremishchenymy osobamy, yaki postrazhdaly vnaslidok voyennoho konfliktu. Naukovyy visnyk

- Natsional'noho universytetu bioresursiv i pryrodokorystuvannya Ukrainy
Seriya: pedahohika, psykholohiya, filosofiya. 2016. S. 237–244.
47. Slyusarevs'kyy M.M. Psykholohiya mihratsiyi / M.M. Slyusarevs'kyy, O.YE. Blynova. – Kirovohrad: TOV «Imeks LTD», 2013. – 244 s.
 48. Ukrayins'ka mihratsiya v umovakh hlobal'nykh i natsional'nykh vyklykiv KHKHI stolittya: naukove vydannya / nauk. red. U.YA. Sadova. L'viv, 2019. 110 s.
 49. Ukrayins'ke suspil'stvo: mihratsiynyy vymir : nats. dopovid' / Instytut demohrafiyi ta sotsial'nykh doslidzhen' im. M. V. Ptukhy NAN Ukrainy. – K., 2018. – 396 s.
 50. Shmarova, N. Psykholohichni osoblyvosti frustratsiyi v lyudey z mihratsiynymy namiramy. Psykholohichni perspektyvy, (34), 2019. S. 278–288. <https://doi.org/10.29038/2227-1376-2019-34-278-288>.
 51. Shul'ha N. A. Velykoe pereseleennya narodov: repatryanty, bezhentsy, trudovye myhranty / N. A. Shul'ha. – K. : Ynstytut sotsyolohyy NAN Ukrainy, 2002. – 700 s
 52. Cobb C.L., Branscombe N.R., Meca A., Schwartz S.J., Xie D., Zea M.C., Molina L.E., Martinez C.R.Jr. Toward a Positive Psychology of Immigrants. *Perspectives on Psychological Science*, 14 (4), December 2018. Available at: https://www.researchgate.net/publication/329483609_Toward_a_Positive_Psychology_of_Immigrants.
 53. Frank K., Hou F., Schellenberg G. Life Satisfaction Among Recent Immigrants in Canada: Comparisons to Source-Country and Host-Country Populations. *Journal of Happiness Studies*, 17 (4), August 2015. Available at: https://www.researchgate.net/publication/283907844_Life_Satisfaction_Among_Recent_Immigrants_in_Canada_Comparisons_to_SourceCountry_and_Host-Country_Populations.
 54. Grinberg L., Grinberg R. Migración y exilio. Estudio psicoanalítico. Madrid, Editorial Biblioteca Nueva, 1996. P. 222.
 55. Helliwell, John & Huang, Haifang & Wang, Shun & Shiplett, Hugh. *International Migration and World Happiness*. Chapter: 2. Publisher: United Nations, 2018. - pp. 12-43.
 56. Serdiuk, O., & Markovska, A. Migrant Workers Interaction With Police: Comparative Study in England, Russia and Ukraine. *Visnyk of V. N. Karazin Kharkiv National University. Series «Sociological Studies of Contemporary Society: Methodology, Theory, methods»*, (999), 2019. P. 131-136. Retrieved from <https://periodicals.karazin.ua/ssms/article/view/13932>.
 57. Triandis, H. C. *Attributes of Individualism and Collectivism*, in *Individualism & Collectivism*, chap. 3, Westview Press, Boulder, Colorado, 1995, pp. 43–80.

Mushkevych M.I. Psychological portrait of the representatives of internal movement. The article analyzes the relevance of theoretical approaches to solving the social and psychological problems of internally displaced persons, since the hostilities in the east of the country and the annexation of Crimea resulted in a significant displacement of the population of the specified regions to other regions. The definition of the concept of internally displaced persons is substantiated, attention

is paid to changes in their personal plan, decrease in self-esteem, level of self-esteem, breaking of stereotypes, value orientations and social attitudes. It is indicated that this can be reflected in the migrant's behavior, irritation, the desire to take a defensive position, the expectation of negative reactions from others, frustration, etc. Selected personal predictors of successfully overcoming the identity crisis, the effect of culture shock, which include individual cognitive complexity, flexibility of the system of personal values, openness to new experiences, the ability to generalize when categorizing, a low level of authoritarianism, internal locus of control, conformity, friendliness, motivation to adapt.

Key words: migration, internally displaced persons, frustration, anxiety, identity, adaptation, crisis.