

naukovih prac' Nacional'noї akademii Derzhavnoї prikordonnoї sluzhbi Ukraїni. Serija: pedagogichni ta psihologichni nauki. – 2014. – № 4 (73). – S. 579–492.

4. Prihod'ko I. I. Zasadi psihologichnoї bezpeki personalu ekstremal'nih vidiv dij'al'nosti : [monografija] / I. I. Prihod'ko. – H. : Akad. VV MVS Ukraїni, 2013. – 745 s.

5. Lazarus R. S. Psychological stress and the coping process / R. S. Lazarus. – New York : McGraw-Hill, 1966. – 466 r.

6. Skinner E. A. Searching for the structure of coping: a review and critique of category systems for classifying ways of coping / E. A. Skinner, K. Edge, J. Altman, H. Sherwood // Psychological bulletin. – 2003. – Vol. 129. № 2. – P. 216–269.

УДК 159.94

Перелигіна Л.А., д. біол. наук, професор, начальник кафедри психології діяльності в особливих умовах НУЦЗУ, e-mail: Perelugina@nuczu.edu.ua; Мотовилець І.В., магістр соціально-психологічного факультету НУЦЗУ

ПСИХОЛОГІЧНІ ОСОБЛИВОСТІ СТІЙКОСТІ ВИМУШЕНИХ ПЕРЕСЕЛЕНЦІВ

У статті представлений аналіз теоретичних підходів до проблеми психологічних особливостей стійкості вимушених переселенців. Була проведена робота по вивченню особливостей особистості вимушених переселенців, причини появи цієї категорії людей, проблеми та напрямки соціально-психологічної роботи з вимушеними переселенцями.

Ключові слова: стійкість, вимушені переселенці, міграція.

В статье представлен анализ теоретических подходов к проблеме психологических особенностей устойчивости вынужденных переселенцев. Была проведена работа по изучению особенностей личности вынужденных переселенцев, причины появления этой категории людей, проблемы и направления социально-психологической работы с вынужденными переселенцами.

Ключевые слова: устойчивость, вынужденные переселенцы, миграция.

Постановка проблеми. Актуальність дослідження зумовлена подіями, що відбуваються на сході України, які продемонстрували велике значення і цінність людей, їх роль у суспільно-історичних змінах. На сьогодні стала безсумнівною необхідність психологічної допомоги як окремим людям, так і цілим соціальним групам. Війна на сході України є викликом для усього українського народу. Подолати військову агресію, підтримати армію, допомогти пораненим, дати притулок вимушеним переселенцям, сприяти відновленню життя у повернутих містах і селах – стало тими завданнями, котрі об'єднали українців з усіх куточків нашої країни та й у всьому світі.

На сьогоднішній день українська держава перебуває у досить скрутному становищі. Воєнні дії та проведення Антитерористичної операції на сході України послугували причиною занепаду економічної, політичної, соціальної сфер нашої країни. Некеровані дії бойовиків, прагнення оволодіти владою на українських землях будь-якими методами створюють одну з найскладніших соціальних проблем для жителів східних областей, які вимушені залишати свої домівки заради збереження власного життя та життя своїх сімей. Вимушені переселенці перебувають між двома полюсами проблем: рідна домівка та стабільна робота, любов до Батьківщини і всього українського може стати причиною загибелі; а в районах, незахоплених бойовиками, брак коштів може стати причиною не менших страждань. Відповідно, вони мають потребу в матеріальній, фінансовій, соціально-педагогічній і психологічній допомозі та підтримці.

Стрес, пов'язаний із позбавленням домівки, відсутністю стабільності та звичного стану речей, втратою годувальників, друзів, родичів, батьків, позбавлення їхньої турботи і любові, негативно впливає на особистість. Скрутне становище призводить до відчуття дискомфорту, зниження активності та самооцінки, підвищення тривожності, агресивності, виникнення негативного ставлення до інших людей.

Тому в таких ситуаціях особливу роль відіграє така риса - як психологічна стійкість. Психологічна стійкість виявляється здібностями, вміннями та навичками адаптовано реагувати на тривалі навантаження, утримувати рівний, спокійний настрій. Вона надає змогу вчасно реагувати на виникаючі складнощі, часті зміни шляхом оптимального зниження страху, тривоги, напруження у всіх сферах життєдіяльності. Варто зазначити необхідність організації належних спеціалізованих програм і тренінгів соціально-педагогічної допомоги вимушених переселенців.

Тому дана проблема, яка є не лише політичною, а й соціальною та психологічною, потребує комплексної соціально-педагогічної роботи та особливих ресурсів для її вирішення, особливо полегшення стану вимушених переселенців та їх дітей.

Мета роботи: вивчити особливості психологічної стійкості вимушених переселенців.

Аналіз останніх досліджень та публікацій. Процес міграції отримав суттєвого розповсюдження у всьому світі, проте в Україні саме зараз він є досить частим явищем. Велика кількість мешканців сходу України вже декілька років активно переселяється. Частина людей переміщується через те, що були в осередку воєнного конфлікту та намагаються врятуватись, а частина не була свідком бойових дій, проте боїться переслідувань через свої політичні погляди. Як би там не було, причини у кожного свої, проте ситуація, яка склалась на території, де вони проживали, змусила їх змінити середовище життя.

Проблематика мігрантів, біженців, переселенців містить широке коло теоретичних та практичних питань. Тому ці питання висвітлюються у різних сферах наукових досліджень, а саме освітньої парадигми міграції (В. Коновальчук, А. Шацька), історико-правовий (В. Андрієнко, О. Зайцева, Я. Кондратьєв, Ю. Моргун, О. Піскун, А. Похлебаєва), етнологічний (Ю. Арутюнян, Ю. Бромлей), соціологічний (О. Малиновська) її аспекти. Дж. Беррі, В. Грищенко, Г. Солдатова, А. Фернхем досліджували особливості соціально-психологічної адаптації переселенців до нового середовища. Також у цьому напрямку (особливості вимушених переселенців) працювали: Н.П. Бочкор, Є.В. Дубровська, О.В. Залеська, О.А. Калашник, Л.Г. Ковальчук, В.М. Бондаровська, О.А. Возіянова, О.П. Григоренко, Т.В. Гуцаленко, І.О. Савенець, Ю.О. Юр, О.Я. Куриленко, Н.А. Максимова та інші.

Виклад основного матеріалу. Розглядаючи поняття міграції як соціального процесу, варто зазначити, що переміщення окремих груп та індивідів може мати як стихійний, хаотичний характер, так і організований, відрізнятися за масштабом, відстанню, часом перебування, мотивами. Тому специфіка соціальної роботи з населенням залежить від типу міграції.

В залежності від територіального переміщення розрізняють внутрішню (переміщення в межах однієї країни) та зовнішню (переміщення з однієї країни в іншу) міграції. За ступенем керованості міграція буває двох видів: організована (за участю держави або суспільних органів) і неорганізована, стихійна (силами і засобами самих мігрантів). Щодо переміщення виділяють три види міграції: добровільна, вимушена, примусова [2].

Стосовно осіб зі сходу України, то вони належать до вимушених переселенців, оскільки їх переміщення здійснюється в межах однієї країни через побоювання стати жертвами воєнного конфлікту, на відміну від біженців, які змушені покинути власну країну через страх бути переслідуваними за расовими, релігійними, національними причинами, за приналежність до певної соціальної групи або за політичні переконання.

Г.У. Солдатова розглядаючи тему психічних станів, властивих вимушеним переселенцям вказує на комплексність характеру психологічних проблем та психічних розладів вимушених мігрантів, що торкаються всіх основних сфер особистості: емоційної, когнітивної, поведінкової, мотиваційної, комунікативної [1].

Так, порушення емоційної сфери вимушених мігрантів варіюють від байдужості, пригніченості, втрати інтересу до життя, загальмованості, яка переходить в апатію та депресію, до роздратованості, агресивності, неконтрольованих спалахів гніву.

У мотиваційній сфері зміна ієрархії потреб та ціннісних орієнтацій призводить до зниження рівня домагань та різкому падінню самооцінки, тяжко переживається неможливість задоволення потреб як вищих, так і нижчих рівнів.

Афективні та мотиваційні проблеми вимушених мігрантів супроводжують порушення когнітивної сфери: наявні випадки розладів всіх основних пізнавальних процесів – порушення пам'яті (амнезії – втрати пам'яті; конфабуляції – наявність в пам'яті подій, які ніколи не відбувались з людиною, важкість запам'ятовування), розсіяність уваги, відволікаємість, порушення сприйняття (наприклад, часу), розлади мислення (зісковзування – мимовільний відхід від основної теми розмови; надмірна докладність).

Серйозні проблеми виявляються в галузі міжособистісного спілкування: як у подружніх відносинах та відносинах з дітьми, так і у сфері взаємодії з представниками власної та іншої культури.

До невротичних розладів, які зустрічаються у вимушених переселенців, Г.У. Солдатова відносить депресії, суїцидальні тенденції, тривожні розлади та страхи. Як влучно зазначає Г.У. Солдатова, вимушені мігранти, переживши травматичні події, які суттєво підірвали їх фізичне та психічне здоров'я, переживають різке зниження соціально-економічного статусу, відрізняються підвищеною сензитивністю до етнокультурного контексту, труднощами адаптації та наявністю серйозних проблем у взаємостосунках з місцевим населенням [1; 5].

Проблемою соціально-психологічної адаптації вимушених переселенців займалися Г.У. Солдатова, М.А. Южанін, Н.М. Стукаленко, В.В. Гриценко, Р.М. Шаміонов [3; 7].

Слово «вимушений» супроводжує мігранта і після переселення. Інша культура примушує його відмовитись від попереднього способу життя, прийняти інші соціальні норми, правила та способи поведінки. Цей процес, за Г.У. Солдатовою, має назву соціокультурної адаптації. Найважливіша частина змін – культурні: інша мова, звичаї, традиції, ритуали, норми та цінності. В цьому незрозумілому світі неможливо не відчувати себе зайвим. Місцеві мешканці з побоюванням та недовірою приймають переселенців. Невидимі соціальні межі, не менш міцно, ніж кам'яні стіни, ізолюють мігрантів, замикаючи їх у згубній самотності [5].

За Н.М. Стукаленко в основі соціокультурної адаптації лежать соціокультурні відмінності, тобто відмінності в розподіленні та доступності духовних благ та послуг, в рівні їх споживання, ступені активності суб'єкта у соціокультурній взаємодії. Н.М. Стукаленко визначає соціокультурну адаптацію як форму взаємоприспосовування суб'єктів та соціокультурного середовища на основі обміну духовно-практичними можливостями та результатами діяльності в конкретних адаптивних ситуаціях [4].

В.В. Гриценко під соціально-психологічною адаптацією переселенців в новому соціокультурному середовищі розуміє складний та багатомірний процес взаємодії представників різних культур, в результаті якого відбувається формування нової позитивної соціальної ідентичності, яка адекватна новим соціокультурним умовам [4].

За Р.М. Шаміоновим процес соціально-психологічної адаптації пов'язаний не тільки з пристосуванням до нової спільноти, але також із засвоєнням норм відповідних груп, способів взаємодії та інтеграцією у наявну соціальну систему (статусну, комунікативну та ін.) [4].

М.А. Южанін, говорячи про процес адаптації мігрантів до нового середовища, робить акцент на тому, що приймаюче суспільство може по-різному ставитись до них, як з тотальним неприйняттям, відторгненням «чужаків», так і толерантно, бути готовим до конструктивного діалогу [8].

Тема толерантності дещо під іншим кутом висвітлена у Петрова В.Н., який вважає її характерною рисою відносин між етнічними мігрантами та середовищем в місцях їх нового проживання. На його думку, толерантність – інтолерантність атрибутивно належить системі потреб, інтересів, мотивів, установок, цілей. При цьому інтолерантність – такий ж природний прояв поведінкової реакції в певній ситуації, як і толерантність [3].

Н.А. Ручкова визначає толерантність як цінність та норму громадянського суспільства, та, в той же час, як забезпечення стійкої гармонії між різними конфесіями, політичними, етнічними та іншими соціальними групами [3].

Дж. У. Бері та М.А. Южанін приділили увагу питанню класифікації адаптаційних стратегій мігрантів [7].

Так, Дж. У. Бері, на основі таких критеріїв як підтримання, розвиток етнічної своєрідності своєї групи та бажання контактувати з іншими етносами, виділив стратегії асиміляції, інтеграції, сепарації та маргіналізації. Асиміляція передбачає відмову від своїх культурної ідентичності та традицій, та перехід в більшу спільноту. Інтеграція проявляється одночасно через збереження культурної цілісності групи та прагнення стати невід'ємною частиною більшого суспільства. За відсутності значимих стосунків з великим суспільством та збереженням етнічної ідентичності та традицій, наслідується стратегія сепарації. І, нарешті, коли втрачається культурний та психологічний контакт як зі своєю традиційною групою, так і з культурою більшого суспільства, має місце стратегія маргіналізації [7].

М.А. Южанін виділяє чотири базові адаптаційні стратегії міжетнічної взаємодії, а саме стратегію «геттоізації», «культурної колонізації», асиміляцію та інтеграцію. Стратегія «геттоізації» реалізується в ситуаціях, коли адаптанти прагнуть уникнути прямих контактів з чужою культурою. Стратегія «культурної колонізації» характеризується активним проявом у мігрантів етноцентризму та інтолерантності. Асиміляція передбачає відмову мігрантів від рідної культури та повну ідентифікацію («розчинення») з новим етнокультурним співтовариством. Інтеграція полягає у збереженні етноменшинами прихильності до своєї культури та водночас інтерналізації ними інокультурних атрибутів [8].

Т.Г. Стефаненко зробив спробу описати психологічний портрет образу людини, який краще за все підходить для життя в чужій культурі. Це професійно компетентний з високою самооцінкою, товариський індивід, екстравертного типу; людина, у якої вагоме місце займають загальнолюдські цінності, відкрита для інших поглядів, яка цікавиться оточуючими, а при вирішенні конфліктів обирає стратегію співробітництва.

Але один певний набір особистісних характеристик не може підходити до всіх культур, ефективність пристосування може бути забезпечена скоріше відповідністю характеристик особистості характеристикам соціального середовища, в якому вона опинилась.

Якщо говорити про фактори, які сприяють адаптації, то серед них вагоме місце відводять соціальній підтримці, яка відіграє найважливішу роль у збереженні та підтриманні психічного здоров'я мігрантів. Вона розуміється як взаємовідносини з найближчим оточенням (родиною, друзями, колегами та іншими людьми), яке допомагає пом'якшити тяжкі удари долі та з меншими витратами пережити кризову життєву ситуацію. Доступність міжособистісних зв'язків, різноманіття та збільшення кількості позитивних контактів, а також інтенсивність взаємовідносин прямо пов'язані зі зростанням психологічного благополуччя та зменшенням ймовірності соматичних та психічних хвороб [4].

Можна підсумувати, що вимушене переміщення є досить вагомою проблемою для переселенців. Окрім незручностей, пов'язаних з проживанням на чужій території, переміщення в нове середовище впливає на стан психічного та фізичного здоров'я переселенців. Нервові напруження та безвихідь відчуються ними іноді настільки сильно, що мають місце суїцидальні наміри. Змінюючи соціальне оточення, переселенці втрачають підтримку друзів та знайомих, з якими вони проживали раніше, що призводить до появи почуття самотності. Все це ускладнює адаптацію до нових умов.

Суттєвим моментом є ставлення приймаючого населення до переселенців, яке не завжди є толерантним та розуміючим. Оточуючі зазвичай неприязно та вороже ставляться до нових мешканців, сприймають їх як «чужих». І переселенці, в свою чергу, не завжди приязно налаштовані по відношенню до приймаючого соціуму. Таким чином, ті соціальні стосунки, які були, вони втратили, а нові ще не встигли завести. Важливою умовою соціально-психологічної адаптації переселенців вчені вважають соціальну підтримку.

Оскільки проблема переселенців зі сходу України має комплексний характер, що пов'язано з наявністю у ній як об'єктивного, так суб'єктивного чинника, то й соціальна-психологічна допомога, соціальна робота з цією категорією населення має носити інтегративний характер, включати всю сукупність необхідних заходів, забезпечувати ефективно виконання основних функцій у їх гармонійному поєднанні. Тому

визначальна роль у цій справі, на нашу думку, належить психологу та працівнику соціальних служб, які виступають зв'язною ланкою адміністративно-правової системи соціального захисту з тими, для кого вона призначена, – переселенцями та їхніми сім'ями. На державному рівні організовано систему допомоги цій категорії населення. Але, як свідчить практика та інформація ЗМІ, українська держава виявилася неготовою до вирішення подібної проблеми, оскільки активізувалась вона несподівано, та й досвіду подолання й налагодження кризової ситуації такого рівня наша країна не має.

Висновки. Проаналізувавши факти сьогодення, нами було виявлено що напрямки соціально-психологічної роботи з переселенцями охоплюють здебільшого соціально-побутову та соціально-медичну сфери. Це, безперечно, важливо, адже без надійної матеріальної, фінансової та медичної допомоги людина не в змозі повноцінно функціонувати. Але, варто зазначити, що для якісного життя людям, які опинилися у тяжких життєвих обставинах, необхідна соціально-психологічна допомога, яка наразі не організована належним чином. Не приділяють достатньої уваги й духовно-культурній сфері й задоволенню духовних потреб громадян, хоча людина є суспільною істотою, а включення у активне соціальне життя дає їй змогу відволіктися від буденного жахиття, в якому вона опинилася. Наразі постає питання й про успішну адаптацію до нових умов життя, місця роботи для працездатних громадян та навчального закладу для дітей. Ось саме тут і виникає необхідність залучення до роботи психологів та соціальних працівників, які виконуватимуть не лише посередницьку функцію, налагодження зв'язків із різноманітними соціальними службами, а сприятимуть активізації потенціалу можливостей особистості, організують соціально-терапевтичну допомогу, соціально-реабілітаційну роботу і потурбуються про психологічний комфорт вимушених переселенців.

ЛІТЕРАТУРА

1. Медведев О. И. Эмоциональное напряжение и стресс / О. И. Медведев // Физиология кровообразования. – М. : Медицина, 1986. – 525 с.
2. Осин Е. Н. Смыслоутрата и отчуждение / Е. Н. Осин, Д. А. Леонтьев. // Культурно-историческая психология. – 2007. – № 4. – С. 68–77.
3. Сарджвеладзе Н. И. Личность и ее взаимодействие с социальной средой / Н. И. Сарджвеладзе. – Тбилиси : «Мецниереба», 1989. – 256 с.
4. Субботин В. Е. Мотивация и эмоции. Современная психология : [справочное руководство / под ред. В. Н. Дружинина]. – М. : ИНФРА-М, 1999. – 687 с.
5. Тигранян Р. А. Стресс и его значение для организма / Р. А. Тигранян. – М. : Знание, 1996. – 527 с.

6. Теория стресса и психофизиологические исследования // Эмоциональный стресс. – М. : Наука, 2003. – 208с.

7. Тимченко А. В. Психологические аспекты состояния, поведения и деятельности людей в экстремальных условиях и методы их коррекции / А. В. Тимченко. – Харьков, 1997. – 184 с.

8. Шафранская Ф. Фрустрация при переживании жизненных трудностей / Ф. Шафранская // Человек и общество. – Вып. 9. – Л. : Наука, 1971. – 229 с.

ТРАНСЛІТЕРАЦІЙНИЙ ПЕРЕКЛАД СПИСКУ ВИКОРИСТАНИХ ДЖЕРЕЛ

1. Medvedev O. I. Jemocional'noe naprjazhenie i stress / O. I. Medvedev // Fiziologija krovoobrazovanija. – М. : Medicina, 1986. – 525 s.

2. Osin E. N. Smysloutrata i otchuzhdenie / E. N. Osin, D. A. Leont'ev. // Kul'turno-istoricheskaja psihologija. – 2007. – № 4. – С. 68–77.

3. Sardzhveladze N. I. Lichnost' i ee vzaimodejstvie s social'noj sredoj / N. I. Sardzhveladze. – Tbilisi : «Mecniereba», 1989. – 256 s.

4. Subbotin V. E. Motivacija i jemocii. Sovremennaja psihologija : [spravochnoe rukovodstvo / pod red. V. N. Druzhinina]. – М. : INFRA-M, 1999. – 687 s.

5. Tigranjan R. A. Stress i ego znachenie dlja organizma / R. A. Tigranjan. – М. : Znanie, 1996. – 527 s.

6. Teorija stressa i psihofiziologicheskie issledovanija // Jemocional'nyj stress. – М. : Nauka, 2003. – 208s.

7. Timchenko A. V. Psihologicheskie aspekty sostojanija, povedenija i dejatel'nosti ljudej v jekstremal'nyh uslovijah i metody ih korrekcii / A. V. Timchenko. – Har'kov, 1997. – 184 s.

8. Shafranskaja F. Frustracija pri perezhivanii zhiznennyh trudnostej / F. Shafranskaja // Chelovek i obshhestvo. – Vyp. 9. – L. : Nauka, 1971. – 229 s.