

УДК 159.923

DOI <https://doi.org/10.32782/2707-0409.2024.2.4>

**Базиленко К. П.**

аспірантка кафедри соціальної психології

Одеський національний університет імені І. І. Мечникова

e-mail: [katiemalyarenko@gmail.com](mailto:katiemalyarenko@gmail.com)

ORCID ID: 0009-0007-1787-8257

## ОСОБЛИВОСТІ СОЦІАЛЬНОЇ АКОМОДАЦІЇ ВИМУШЕНИХ ПЕРЕСЕЛЕНЦІВ

Стаття присвячена вивченню особливостей деяких психологічних складових вимушених переселенців.

Вимушена міграція часто супроводжується втратою матеріальних ресурсів, соціальних ролей, звичного оточення, що може викликати серйозні зміни в емоційній та когнітивній сферах особистості. Вивчення цих змін дозволяє краще зрозуміти, які ресурси допомагають переселенцям зберегти стійкість, відновити соціальну активність та інтегруватися в нове суспільство. Крім того, актуальність дослідження особистості вимушених переселенців підкріплюється потребою в розробці ефективних програм психологічної підтримки та соціальної інтеграції. Дослідження цього феномену дозволяє визначити найбільш уразливі групи переселенців, а також ті чинники, які сприяють або перешкоджають успішній адаптації. Розуміння особистісних і соціокультурних детермінант допомагає розробляти стратегії підтримки, що базуються на особистісних ресурсах, досвіді та потребах переселенців.

Упоратися з цими викликами можливо через впровадження нових наукових категорій, які дозволяють глибше зануритися у дане проблемне поле. Такою інноваційною категорією є соціальна акомодация вимушених переселенців з України під час війни. Вона є складним та тривалим процесом, що вимагає комплексної підтримки з боку держави, міжнародних організацій та місцевих громад. Успішна соціальна акомодация залежить від багатьох факторів, серед яких вирішальними є доступ до ресурсів, психологічна підтримка та створення сприятливих умов для соціальної інтеграції.

Важливими психологічними складовими соціальної акомодации виступають соціально-психологічна адаптація та емоційний стан людей, які потрапили в ситуацію вимушеного переселення.

Констатовано, що попри державну та суспільну підтримку, українці відчувають недостатній рівень адаптації. Серед основних проблем часто згадуються соціальна ізоляція, обмеженість можливостей для спілкування з однодумцями, мовний бар'єр, а також недостатнє почуття безпеки.

Аналіз отриманих даних виявив наступні психологічні особливості серед вимушених українських переселенців: емоційний дискомфорт, труднощі в сприйнятті інших, амбівалентне ставлення до нового середовища, низький рівень енергії, значну втому, а також високий рівень тривоги та занепокоєння. Вимушені переселенці як головні психологічні проблеми констатують у себе дефіцит уваги, порушення пам'яті та емоційні упередження. Попри це, деякі з них виявляють здатність до саморозвитку та ефективного подолання стресових ситуацій. Стресовими факторами для вимушено переміщених осіб є непередбачуваність, спонтанність, невідомість та травма, пов'язані з міграцією через російське вторгнення.

**Ключові слова:** соціальна акомодация, вимушені переселенці, адаптація, емоційний стан, соціальна ізоляція.

**Постановка проблеми.** Актуальність дослідження особистості вимушених переселенців зумовлена зростанням кількості осіб, які через війну змушені залишати свої домівки та переселятися в інші регіони чи країни. Цей процес має глибокі соціальні, психологічні та культурні наслідки як для самих переселенців, так і для суспільства або регіону, що їх приймає. Вивчення особистісних особливостей вимушених переселенців сприяє розумінню механізмів адаптації до нових умов життя, подолання стресу, збереження психічного здоров'я та формування нових соціальних зв'язків.

Дослідження особистості вимушених переселенців важливе у контексті їхнього психосоціального функціонування, яке включає адаптацію до нових життєвих умов, взаємодію з новим соціальним середовищем, а також збереження ідентичності та самоповаги. Вимушена міграція часто супроводжується втратою матеріальних ресурсів, соціальних ролей, звичного оточення, що може викликати серйозні зміни в емоційній та когнітивній сферах особистості. Вивчення цих змін дозволяє краще зрозуміти, які ресурси допомагають переселенцям зберегти стійкість, відновити соціальну активність та інтегруватися в нове суспільство.

Крім того, актуальність дослідження особистості вимушених переселенців підкріплюється потребою у розробці ефективних програм психологічної підтримки та соціальної інтеграції. Дослідження цього феномену дозволяє визначити найбільш уразливі групи переселенців, а також ті чинники, які сприяють або перешкоджають успішній адаптації. Розуміння особистісних і соціокультурних детермінант допомагає розробляти стратегії підтримки, що базуються на особистісних ресурсах, досвіді та потребах переселенців.

Отже, дослідження особистості вимушених переселенців є надзвичайно важливим для забезпечення їхньої психологічної та соціальної підтримки, інтеграції в нові спільноти, а також для побудови науково обґрунтованих стратегій допомоги цій категорії українців.

**Аналіз останніх досліджень і публікацій.** У зв'язку з військовою агресією росії проти України, наша держава потрапила до числа країн із найбільшою кількістю вимушених переселенців Ця ситуація має значні наслідки, що відбиваються на економічному та суспільно-політичному житті країни. Вимушені переселенці стикаються з низкою проблем, серед яких економічні труднощі, соціально-психологічні виклики та правові питання.

У наукових колах різних галузей зростає інтерес до дослідження різних аспектів життя вимушених переселенців. Є. В. Назарова аналізувала специфіку побуту іммігрантів, а В. С. Айрапетова – їхню міжетнічну взаємодію. Дослідження Б. Г. Жогіна, Т. Ф. Маслової та В. К. Шаповалова розкривають особливості соціальної адаптації й інтеграції іммігрантів у нове культурне середовище. Деякі емпіричні праці акцентують увагу на впливі імміграційних факторів на особистість переселенців.

Психотерапевтичні та психокорекційні підходи до роботи з вимушеними переселенцями висвітлені в дослідженнях В. В. Гриценко, В. К. Калиненко, В. М. Нікі-

тіна та В. Н. Павленко. Серед зарубіжних вчених, які вивчали цю проблему, варто згадати Г. Гудвіна Гілла, Т. Хаджімануеля, В. Таргонскене, Ю. Путцера, М. Вагнера, Й. Егера, П. Банеке та інших.

В Україні значна кількість досліджень присвячена уточненню термінології щодо внутрішньо переміщених осіб. Н. С. Ісаєва, Т. Р. Кульчицький, М. О. Логвинова, М. І. Малиха, О. О. Проценко та інші науковці досліджують різні аспекти цього питання. Наприклад, М. О. Логвинова підкреслює, що внутрішньо переміщені особи часто прирівнюються до біженців, що дає їм право на міжнародний захист у країнах, де вони перебувають [5]. М. М. Сірант аналізує причини вимушеного переселення та правовий статус таких осіб, які були змушені залишити свої домівки через збройні конфлікти та масові порушення прав людини [9]. О. О. Проценко досліджує цей феномен у контексті примусової міграції, підкреслюючи потребу в уточненні терміну «внутрішньо переміщені особи» з погляду соціології [7]. Т. Р. Кульчицький визначає внутрішньо переміщеними осіб, які, рятуючись від наслідків воєнних дій, залишили свої місця проживання, але не перетнули кордони країни [3]. М. І. Малиха відзначає, що хоча питання внутрішньо переміщених осіб було актуальним протягом багатьох років на світовій арені, в Україні воно набуло особливої актуальності після початку військових дій [6]. А. В. Путінцев і Ю. Є. Пашенко звертають увагу на відмінність вимушеної міграції від добровільної, зазначаючи, що вимушене переміщення супроводжується суттєвим погіршенням соціального статусу та втратами матеріальних ресурсів [8]. Відсутність позитивної мотивації для переміщення та неможливість нормального життя в колишніх умовах є основними характеристиками вимушеної міграції.

Правові аспекти, пов'язані з дослідженням внутрішньо переміщених осіб, досліджував А. П. Купін [4]. Він зазначив, що існуючі механізми захисту на той час переважно регулювали правовий статус біженців, і не враховували потреби осіб, які з різних причин були змушені переміщатися всередині власної країни, а не перетинати її кордони.

К. Лай вказує на те, що переселення спричиняє соціальну депривацію, виключення та збільшує ймовірність насильства, руйнуючи соціальне оточення людини та формуючи так звану «пастку бідності», для виходу з якої потрібне втручання соціальних працівників [12]. Вимушене переселення також має серйозні наслідки для здоров'я переселенців, викликаючи як фізичні, так і психічні проблеми, зокрема фобії, енурез у дітей, неврози у дорослих, а також загострення хронічних хвороб. Крім того, багато з них страждають на посттравматичний стресовий розлад, що проявляється через підвищену агресивність та етнічну нетерпимість.

Я. І. Юрків та Д. В. Луканов підкреслюють, що, попри те, що багато внутрішньо переміщених осіб потрапляють у відносно знайоме середовище, яке знімає питання мови, традицій та звичаїв, це не позбавляє їх соціально-психологічних труднощів. Вони часто переживають культурний шок та почувають себе чужими серед своїх співвітчизників [11].

Однією з найбільш критичних проблем для переселенців є криза соціальної ідентичності, яка виникає через різкі зміни в уявленнях людини про себе та своє місце в суспільстві [11]. Ця криза, хоч і зачіпає все суспільство, для вимушених мігрантів є особливо болісною. В окремих випадках ідентичність трансформується настільки, що втрачає свою згуртовуючу функцію на рівні групи та адаптаційну на рівні особистості.

Міграція, у всіх її формах, часто спричиняє дезадаптацію, маргіналізацію та розвиток стресових ситуацій, що можуть призвести до бездомності та бідності.

Особливо вразливі до цих обставин діти та люди похилого віку, які стикаються з унікальними проблемами. Втрата стабільності в матеріальному та житловому аспектах поглиблює кризу: діти втрачають власний простір та іграшки, а літні люди – улюблені речі та можливості для спілкування. Криза ідентичності може настільки вплинути на особистість, що людина втрачає цілісність свого «я».

А. В. Путінцев та Ю.С. Пашенко зазначають, що внутрішньо переміщені особи – це люди або групи, які через погіршення політичної, соціальної, економічної або екологічної ситуації змушені залишити свої домівки, щоб уникнути порушень прав людини, військових конфліктів або жорстокого поводження, і потребують соціального та правового захисту [8].

Адаптація внутрішньо переміщених осіб є багатограним процесом, який охоплює кілька аспектів, що можуть вивчатися різними дисциплінами, такими як медицина, психологія, соціологія, антропологія, економіка тощо. Існують два основні підходи до розуміння адаптації та інтеграції цих осіб: соціокультурний та ресурсний.

Соціокультурний підхід спрямований на внутрішній світ переміщених осіб, аналізуючи їхні суб'єктивні переживання під час адаптації та інтеграції.

У той час, ресурсний підхід зосереджується на зовнішніх факторах і об'єктивних характеристиках, що впливають на цей процес. Соціокультурний підхід акцентує увагу на подоланні культурного шоку та пристосуванні до нових соціокультурних умов і ідентичності, тоді як ресурсний підхід передбачає доступ до інформації щодо ресурсів, наявних у новому середовищі проживання.

Також адаптація є складним процесом, який охоплює не лише мігрантів або внутрішньо переміщених осіб, але й потребує участі приймаючого суспільства, яке має адаптуватися до нових членів з їхніми соціально-економічними та культурними потребами. У цьому процесі важливу роль відіграють органи влади, соціальні інститути, місцеве населення та представники інших етнічних груп. Оптимальним варіантом визнано інтеграційну модель адаптації, яка дозволяє зберегти власну культуру та ідентичність, водночас стаючи частиною приймаючого суспільства. Проте це можливо лише за умови відкритості суспільства та добровільного вибору самої особи.

Для оцінки адаптаційних стратегій вимушених переселенців може використовуватися теорія Дж. Гуллахорн, яка базується на концепції U-подібної кривої, що



відображає різні етапи адаптації: від початкового оптимізму, через депресію та безпорадність, до поступової інтеграції та повної адаптації до нових умов.

Особлива увага приділяється дітям віком від 3 до 15 років, які значно важче пристосовуються до нового середовища порівняно з молодшими дітьми чи дорослими. Різка зміна звичних умов може спричинити у них психологічну травму, що призводить до емоційних та поведінкових розладів.

Серед основних проблем дітей переселенців виділяють: а) порушення психоемоційного стану, що проявляється в труднощах комунікації, дратівливості, агресивності, тривожності, почутті ізольованості та неповноцінності, а також відчутті відчуженості від дорослих; б) проблеми соціалізації та виховання, які виявляються в порушенні дисципліни та труднощах у навчанні, що впливає на формування особистості.

Освіта дітей, які змушені переселитися через конфлікти або природні катастрофи, створює нові виклики не лише для навчального процесу, але й для виховної роботи. Такі діти відразу опиняються в «групі ризику», оскільки через їхні вікові, соціальні та психологічні особливості вони більше піддаються емоційним потрясінням у ситуаціях соціальної нестабільності і часто не мають навичок самостійної мобілізації ресурсів. Це може призвести до психологічної кризи. Виникає також питання ресоціалізації через порушення емоційного стану дитини під час зміни місця проживання, коли інтеграція в нове середовище стає ключовою проблемою. Бар'єри у спілкуванні, кризові стани та травми ускладнюють успішну ресоціалізацію та адаптацію до нових умов.

На думку Н. Є. Завацької, між порушенням психоемоційного стану дітей та процесом їхньої ресоціалізації існує тісний зв'язок. При зміні місця проживання питання інтеграції в нове середовище стає пріоритетним, але порушення комунікативних навичок, психологічні травми та кризові стани значно ускладнюють цей процес і створюють додаткові бар'єри для швидкої адаптації [2].

За І. Трубавіною, діти, які пережили війну і вимушену міграцію, стикаються з багатьма проблемами: порушенням емоційного розвитку, агресією, стресами, страхами, почуттями провини та безпорадності, низькою самооцінкою та тривогою щодо майбутнього. Вони часто мають труднощі у вираженні власних емоцій та думок, виникають конфлікти з місцевими дітьми, відчуженість та ізоляція. Це може призвести до психосоматичних розладів, проблем із навчанням, порушень сну та відсутності необхідної медичної та психологічної допомоги, що загрожує стійкими порушеннями здоров'я [10].

Вимушене переселення викликає серйозні наслідки для здоров'я мігрантів, включаючи погіршення фізичного та психічного стану. Це може призводити до появи фобій, енурезу у дітей та неврозів у дорослих, а також до загострення хронічних захворювань. Багато переселенців стикаються з посттравматичним стресовим розладом, що проявляється через підвищену агресію та етнічну нетерпимість.

Хоча більшість вимушених мігрантів опиняються в оточенні, яке не є для них зовсім новим, процес адаптації все одно залишається складним через соціально-психологічні труднощі. Вони можуть стикатися з культурним шоком та відчувати себе відчуженими навіть серед людей своєї національності.

Однією з ключових проблем є криза соціальної ідентичності, яка призводить до кардинальних змін у сприйнятті себе та свого місця в суспільстві. Цей процес є важким для всіх, проте для вимушених переселенців він стає особливо складним. Іноді зміни ідентичності настільки глибокі, що вона перестає виконувати свої функції інтеграції на рівні групи та адаптації на особистісному рівні.

Соціальні працівники, які виконують роль посередників, повинні розробляти стратегії соціально-психологічної підтримки, що допоможуть подолати бар'єри між «своїми» та «чужими». Для цього вони повинні сприяти розвитку культури толерантності, що дає змогу як переселенцям, так і місцевим мешканцям краще розуміти та приймати одне одного, не сприймаючи переселенців як «чужинців».

Згідно з Декларацією принципів толерантності, ухваленою ЮНЕСКО, толерантність є основною цінністю цивілізованого суспільства. Вона полягає у повазі до права кожної людини на унікальність, у забезпеченні мирного співіснування між різними релігійними, політичними, етнічними та іншими групами, а також у готовності до співпраці з людьми, які відрізняються зовнішнім виглядом, мовою чи переконаннями.

Міграція і її наслідки можуть призводити до дезадаптації та маргіналізації, що має вплив на розвиток особистості, створює стресові ситуації, загрожує безробіттям, бездомністю та бідністю. Особливо вразливими в цьому контексті є діти та люди похилого віку, які стикаються зі специфічними проблемами.

Зміна соціального статусу, адаптація до нового культурного середовища, особисті та матеріальні труднощі, необхідність тісних емоційних зв'язків, поєднана зі страхом відторгнення, а також криза ідентичності – все це є частиною проблем, з якими стикаються мігранти.

Криза ідентичності, яка часто виникає, характеризується втратою відчуття себе, неможливістю пристосуватися до нових умов і розривом між вимогами середовища та особистісними можливостями. Ці труднощі особливо болісні для вразливих груп, таких як діти та літні люди, які вимушені переїжджати. Вони відчують свою відмінність від місцевого населення та гостро переживають почуття непотрібності й самотності.

Матеріальні та житлові труднощі лише поглиблюють цю кризу. Наприклад, діти можуть втратити свої улюблені іграшки, а люди похилого віку – книги, місця відпочинку та коло спілкування. Криза ідентичності може призводити до фрагментації особистості, коли відповіді на питання «Хто я?» і «Який я?» стають важкими для тих, хто залишив свій дім, особливо для дітей, які вперше стикаються з такими змінами.

Щодо літніх людей, слід зазначити, що вони менше бажають активно брати участь у житті громади. Н. І. Голова звертає увагу на те, що пенсіонери склада-

ють значну частину переселенців, але часто залишаються пасивними. Без їхнього активного залучення адаптація стає надзвичайно складною [1]. Ця категорія переселенців часто відчуває самотність, що призводить до втрати соціальних контактів і підвищує відчуття беззахисності перед оточуючими, яких вони сприймають як загрозу для власного благополуччя. У таких осіб часто спостерігається підвищена підозрілість, яка може провокувати конфлікти у сім'ї. Я. І. Юрків та Д. В. Луканов, спираючись на класифікацію «життєвих позицій» В. Франкла, підкреслюють, що переселенці похилого віку демонструють різні реакції на зміну життєвих обставин на їх соціально-психологічну адаптованість [11].

«Конструктивна» позиція властива людям, які завжди жили мирно і задоволено. Вони мають позитивний погляд на життя, готові прийняти неминучість смерті, залишаються активними і прагнуть допомагати іншим. У старшому віці такі люди не драматизують життєві труднощі, шукають нові знайомства та способи розважитися.

«Залежна» позиція характерна для осіб, що завжди мали недостатню впевненість у собі, були пасивними і нерішучими. З віком вони ще більше потребують підтримки й схвалення, а якщо цього не отримують, почуваються нещасними.

«Захисна» позиція притаманна людям з високим внутрішнім опором. Вони уникають близькості з іншими, не прагнуть відкритості та обмежують контакти. До старіння ставляться з негативом.

Позиція «ворожнечі до світу» характерна для тих, хто звинувачує суспільство й оточення у своїх невдачах. Такі люди підозрілі, агресивні, не довіряють іншим і відчувають відразу до старіння.

**Мета статті** – репрезентувати результати емпіричного дослідження особливостей соціальної акомодатії вимушених переселенців та її психологічної структури.

**Виклад основного матеріалу.** Зараз у суспільстві та в науці склалася ситуація, коли традиційний науковий тезаурус не задовольняє вирішення актуальних проблем. Тому, на наш погляд, категорія адаптації не розкриває специфіку життєдіяльності та пристосування вимушених переселенців з України до нових умов. Найбільш повно та коректно ці процеси може розкрити категорія соціальної акомодатії, яка є ширшою за адаптацію та дозволяє нашим громадянам співіснувати з представниками інших етнічних культур, пізнавати їхні культурні та моральні коди без втрати української ідентичності. Соціальна акомодатія вимушених переселенців є процесом пристосування індивідів до нових соціальних, культурних та економічних умов життя в країнах, куди вони перемістилися через військові дії в Україні. Цей процес є складним і багатофакторним, оскільки вимушені переселенці стикаються не тільки з фізичними труднощами, але й із психологічними та соціальними викликами, які впливають на їхнє життя і здатність інтегруватися в нові громади.

Однією з основних проблем соціальної акомодатії є зміна соціального статусу та ролі переселенців. Переміщені особи, які до війни мали стабільну роботу, соці-

альні зв'язки та забезпечене життя, стикаються з необхідністю адаптуватися до нових умов, де вони можуть втратити ці елементи. Вимушені переселенці часто змушені шукати нову роботу, створювати нові соціальні зв'язки та знаходити інші способи підтримки свого життя. За відсутності швидкої інтеграції у нові умови зростає ризик соціальної ізоляції, що негативно впливає на їхній психологічний стан і загальну якість життя.

Культурні відмінності та мовний бар'єр також є важливими чинниками, що впливають на процес соціальної акомодатії переселенців. У нових країнах проживання переселенці можуть стикатися з іншими нормами, традиціями та соціальними очікуваннями, що ускладнює їхню інтеграцію. Мовний бар'єр, особливо для тих, хто не володіє мовою країни переселення, обмежує можливості для працевлаштування, спілкування та отримання допомоги.

Психологічний аспект також відіграє важливу роль у соціальній акомодатії. Військові дії та вимушене переселення викликають у людей сильний стрес, страх, тривогу та депресію. Багато переселенців стикаються з посттравматичним стресовим розладом, що ускладнює їхнє пристосування до нового середовища. Ефективна психологічна допомога та підтримка з боку місцевих громад та соціальних служб є ключовими елементами у процесі адаптації переселенців.

Окремо слід зазначити важливість соціальної підтримки з боку приймаючих громад. Приймаючі громади відіграють важливу роль у створенні умов для успішної інтеграції переселенців, надаючи їм доступ до соціальних послуг, освітніх програм, медичної допомоги та інших ресурсів. Також важливим є розвиток програм для сприяння взаємодії між переселенцями та місцевими жителями, що сприяє зменшенню напруженості і покращенню соціальної взаємодії.

Соціальна акомодатія вимушених переселенців з України під час війни є складним і тривалим процесом, що вимагає комплексної підтримки з боку держави, міжнародних організацій та місцевих громад. Успішна соціальна акомодатія залежить від багатьох факторів, серед яких вирішальними є доступ до ресурсів, психологічна підтримка та створення сприятливих умов для соціальної інтеграції.

Важливими психологічними складовими соціальної акомодатії виступають соціально-психологічна адаптація та емоційний стан людей, які потрапили в ситуацію вимушеного переселення. Дослідження цих складових проводилося нами з застосуванням опитувальника соціально-психологічної адаптації К. Роджерса – М. Даймонд та опитувальника самооцінки емоційного стану Уессмана–Рікса.

Результати дослідження за методикою «Діагностика соціально-психологічної адаптації» К. Роджерса і М. Даймонда свідчать про такі відсоткові показники діагностичних конструктів: адаптація – 20%, самоприйняття – 48%, прийняття інших – 32%, емоційний комфорт – 20%, інтернальність – 35%, прагнення до домінування – 40%.

Виявлено, що попри державну та суспільну підтримку, українці (згідно з дослідженнями та спостереженнями) відчувають недостатній рівень адаптації. Серед



основних проблем часто згадуються соціальна ізоляція, обмеженість можливостей для спілкування з однодумцями, мовний бар'єр, а також недостатнє почуття безпеки. Індекс інтернальності на рівні 35% вказує на зовнішні причини цих труднощів. Найвищий показник серед параметрів соціально-психологічної адаптації отримав аспект самоприйняття, який становить 48%.

Крім того, рівень емоційного комфорту виявився досить низьким (20%), що вказує на загальну недостатню соціально-психологічну готовність до проживання в нових умовах.

Водночас, люди демонструють бажання змінити ситуацію та поліпшити свої показники. З огляду на ці дані, важливо приділяти більше уваги оцінці емоційного стану та використовувати методи релаксації, оскільки серед вимушених переселенців спостерігається підвищений рівень емоційного напруження та відчуження.

Таблиця 1

### Особливості самооцінки емоційного стану (за методикою Уессмана–Рікса)

Спокійність – тривожність	Шкала 4–10 88%	Шкала 7–9 12%
Енергійність – втомленість	Шкала 5–8 93%	Шкала 9–4 7%
Піднесення – депресія	Шкала 6–6 55%	Шкала 5–8 45%
Впевненість у собі – безпорадність	Шкала 8–7 56%	Шкала 4–7 44%

Згідно з результатами самооцінки емоційного стану за методикою Уессмана–Рікса, 88% учасників дослідження вказали на високий рівень тривожності, який є максимальним за шкалою методики, тоді як лише 12% респондентів мали середні показники. Також 93% відчували значну втому, і лише 7% вказали на достатній рівень енергії та готовність до повноцінного життя.

Одним із позитивних аспектів є індикатор «Піднесення-Депресія», де було зафіксовано рівноважний стан зі співвідношенням 55% до 45%. Впевненість респондентів оцінюється як достатня, проте 56% виявили почуття безпорадності, що відображено на шкалі «Впевненість-безпорадність», де 44% продемонстрували гірші результати.

Аналіз отриманих даних виявив наступні психологічні особливості серед вимушених українських переселенців: емоційний дискомфорт, труднощі в сприйнятті інших, амбівалентне ставлення до нового середовища, низький рівень енергії, значну втому, а також високий рівень тривоги та занепокоєння.

Варто зазначити, що в багатьох країнах, а також у південних та західних регіонах України, створено сприятливі умови для переселенців, що включають матеріальну підтримку, соціальне забезпечення, допомогу з перекваліфікацією та працевлаштуванням. Однак результати інтерв'ю з респондентами та спостереження виявили, що емоційний дискомфорт переселенців є наслідком спонтанної міграції, пережитих травматичних подій, розлуки з рідними та зміни звичного укладу життя.

Більшість переселенців не схильні відкрито говорити про свої емоційні переживання та умови життя, переважно порівнюючи ситуації у країні походження та країні перебування. Деякі активно вивчають іноземну або українську мову для відновлення професійної діяльності та інтеграції в нове соціокультурне середовище.

Наше опитування вимушених переселенців виявило, що у них головними психологічними проблемами є дефіцит уваги, порушення пам'яті та емоційні упередження. Попри це, деякі з них виявляють здатність до саморозвитку та ефективного подолання стресових ситуацій. Стресовими факторами для вимушено переміщених осіб є непередбачуваність, спонтанність, невизначеність та травма, пов'язані з міграцією через російське вторгнення.

Серед переселенців часто спостерігаються наслідки колективної травми, психологічного синдрому неповернення та емоційного виснаження. Втрата життєвих цілей, переоцінка цінностей, хронічна рольова напруга, тривожність, підвищена агресія або байдужість до небезпеки, психологічні травми можуть загострювати конфлікти та посилювати відчуття безпорадності та дезорієнтації. Низька стійкість до невизначеності є особливістю особистості, яка сприймає такі ситуації як загрозливі, що може ускладнити процес відновлення після травми, порушити соціальні норми та спричинити імпульсивність, підвищену сугестивність, іпохондрію та напруженість у міжособистісних стосунках.

**Висновки та перспективи подальшого дослідження.** Узагальнюючи результати дослідження, можна констатувати, що дослідження особистості вимушених переселенців важливе в контексті їхнього психосоціального функціонування, яке включає адаптацію до нових життєвих умов, взаємодію з новим соціальним середовищем, а також збереження ідентичності та самоповаги. Вимушена міграція часто супроводжується втратою матеріальних ресурсів, соціальних ролей, звичного оточення, що може викликати серйозні зміни в емоційній та когнітивній сферах особистості. Вивчення цих змін дозволяє краще зрозуміти, які ресурси допомагають переселенцям зберегти стійкість, відновити соціальну активність та інтегруватися в нове суспільство.

Крім того, актуальність дослідження особистості вимушених переселенців підкріплюється потребою у розробці ефективних програм психологічної підтримки та соціальної інтеграції. Дослідження цього феномену дозволяє визначити найбільш уразливі групи переселенців, а також ті чинники, які сприяють або перешкоджають успішній адаптації. Розуміння особистісних і соціокультурних детермінант допомагає розробляти стратегії підтримки, що базуються на особистісних ресурсах, досвіді та потребах переселенців.

Упоратися з цими викликами можливо через впровадження нових наукових категорій, які дозволяють глибше зануритися у дане проблемне поле. Такою інноваційною категорією є соціальна акомодация вимушених переселенців з України під час війни. Вона є складним та тривалим процесом, що вимагає комплексної

підтримки з боку держави, міжнародних організацій та місцевих громад. Успішна соціальна акомодация залежить від багатьох факторів, серед яких вирішальними є доступ до ресурсів, психологічна підтримка та створення сприятливих умов для соціальної інтеграції.

Важливими психологічними складовими соціальної акомодации виступають соціально-психологічна адаптація та емоційний стан людей, які потрапили в ситуацію вимушеного переселення.

Констатовано, що попри державну та суспільну підтримку, українці відчують недостатній рівень адаптації. Серед основних проблем часто згадуються соціальна ізоляція, обмеженість можливостей для спілкування з однодумцями, мовний бар'єр, а також недостатнє почуття безпеки. Індекс інтернальності на рівні 35% вказує на зовнішні причини цих труднощів. Найвищий показник серед параметрів соціально-психологічної адаптації отримав аспект самоприйняття, який становить 48%.

Згідно з результатами самооцінки емоційного стану за методикою Уессмана-Рікса, 88% учасників дослідження вказали на високий рівень тривожності, який є максимальним за шкалою методики, тоді як лише 12% респондентів мали середні показники. Також 93% відчували значну втому, і лише 7% вказали на достатній рівень енергії та готовність до повноцінного життя.

Одним із позитивних аспектів є індикатор «Піднесення-Депресія», де було зафіксовано рівноважний стан зі співвідношенням 55% до 45%. Впевненість респондентів оцінюється як достатня, проте 56% виявили почуття безпорадності, що відображено на шкалі «Впевненість-безпорадність», де 44% продемонстрували гірші результати.

Аналіз отриманих даних виявив наступні психологічні особливості серед вимушених українських переселенців: емоційний дискомфорт, труднощі в сприйнятті інших, амбівалентне ставлення до нового середовища, низький рівень енергії, значну втому, а також високий рівень тривоги та занепокоєння.

Вимушені переселенці як головні психологічні проблеми констатують у себе дефіцит уваги, порушення пам'яті та емоційні упередження. Попри це, деякі з них виявляють здатність до саморозвитку та ефективного подолання стресових ситуацій. Стресовими факторами для вимушено переміщених осіб є непередбачуваність, спонтанність, невизначеність та травма, пов'язані з міграцією через російське вторгнення.

#### **Список використаних джерел і літератури**

1. Голова Н.І. Забезпечення сприятливої адаптації осіб похилого віку до нових умов соціалізації. *Збірник наукових праць Хмельницького інституту соціальних технологій Університету «Україна»*. 2011. № 4. С. 19–22.
2. Завацька Н.Є. Соціокультурні та психологічні аспекти адаптації особистості в сучасному соціумі: монографія. Луганськ: Вид-во Східноукраїнського національного університету імені В. Даля, 2012. 320 с.
3. Кульчицький Т.Р. Поняття та ознаки внутрішньо переміщених осіб в Україні. *Адміністративне право і процес*. 2017. 1(19). С. 51–57.

4. Купін А.П. Правове забезпечення прав і свобод вимушених переселенців в Україні. *Вісник НТУУ КІП. Політологія. Соціологія. Право*. 2019. №4(44). С. 112–118.
5. Логвинова М.О. Внутрішньо переміщені особи як категорія вимушених мігрантів: поняття та ознаки. *Науковий вісник ХДУ*. 2019. №11. С. 44–50.
6. Малиха М.І. До проблеми сутності поняття «внутрішньо переміщені особи»: державна політика та регіональна практика. *Грані*. 2015. №8. С. 6–11.
7. Проценко О.О. Внутрішньо переміщені особи як категорія теоретизування та соціальної практики. *Грані*. 2018. 21 (4). С. 47–55.
8. Путінцев А.В., Пащенко Ю.Є. Адаптація внутрішньо переміщених осіб в регіонах України: сутність, поняття, підходи. *Економіка. Фінанси. Менеджмент: актуальні питання науки і практики*, 2018, № 9. С. 110–121.
9. Сірант М.М. Біженці та внутрішньо переміщені особи: співвідношення понять. *Митна справа*. 2015. 2(2.2). С. 154–159.
10. Трубавіна І. Спектр проблем біженців в Україні в війні 2022 року: акценти і спостереження. *Збірник тез II Міжнародної наукової конференції «Воєнні конфлікти та техногенні катастрофи: історичні та психологічні наслідки»*, 21-22 квітня. Тернопіль. 2022 С. 29–31.
11. Юрків Я. І., Луканов Д. В. Труднощі соціально-психологічної адаптації вразливих верств внутрішньо переміщених осіб до нових умов життя. *Науковий вісник Ужгородського університету*. 2021. Вип. 1 (48). С. 469–472.
12. Lai K. Community-based Programme for War-affected Children: the Case of Georgia Social Work and Social Policy in Transition. 2010. Vol. 1, No. 2. P. 92–118.

### References

1. Holova, N.I. (2011). Zabezpechennia spryiatlyvoi adaptatsii osib pokhyloho viku do novykh umov sotsializatsii [Ensuring favorable adaptation of the elderly to new conditions of socialization]. Khmelnytskyi: Khmelnytskyi Institute of Social Technologies of the University "Ukraine" [in Ukrainian].
2. Zavatska, N.Ie. (2012). Sotsiokulturni ta psykholohichni aspekty adaptatsii osobystosti v suchasnomu sotsiumi: monohrafiia [Sociocultural and psychological aspects of personality adaptation in modern society]. Luhansk: Publication of the Eastern Ukrainian National University named after V. Dahl [in Ukrainian].
3. Kulchytskyi, T.R. (2017). Poniattia ta oznaky vnutrishno peremishchenykh osib v Ukraini. [Concepts and characteristics of internally displaced persons in Ukraine]. *Administrative law and process*. 1(19). 51–57 [in Ukrainian].
4. Kupin, A.P. (2019). Pravove zabezpechennia prav i svobod vymushenykh pereselentsiv v Ukraini [Legal protection of the rights and freedoms of forced migrants in Ukraine]. *Bulletin of NTUU KPI. Political science. Sociology. Right*. 4(44). 112–118 [in Ukrainian].
5. Lohvynova, M.O. (2019). Vnutrishno peremishcheni osoby yak katehoriia vymushenykh mihrantiv: poniattia ta oznaky [Internally displaced persons as a category of forced migrants: concepts and characteristics]. *Scientific Bulletin of KhSU*. 11. 44–50 [in Ukrainian].
6. Malykha, M.I. (2015). Do problemy sutnosti poniattia «vnutrishno peremishcheni osoby»: derzhavna polityka ta rehionalna praktyka [To the problem of the essence of the concept of "internally displaced persons": state policy and regional practice]. *Faces*, 8. 6–11 [in Ukrainian].
7. Protsenko, O.O. (2018). Vnutrishno peremishcheni osoby yak katehoriia teoretyzuvannia ta sotsialnoi praktyky. [Internally displaced persons as a category of theorizing and social practice]. *Faces*, 21 (4), 47–55 [in Ukrainian].
8. Putintsev, A.V., & Pashchenko, Yu.Ie. (2018). Adaptatsiia vnutrishno peremishchenykh osib v rehionakh Ukrainy: sutnist, poniattia, pidkhody [Adaptation of internally displaced persons in the regions of Ukraine: essence, concepts, approaches]. *Economy. Finances. Management: topical issues of science and practice*. 9. P. 110–121 [in Ukrainian].
9. Sirant, M.M. (2015). Bizhentsi ta vnutrishno peremishcheni osoby: spivvidnoshennia poniat [Refugees and internally displaced persons: relationship of concepts] [in Ukrainian].



10. Trubavina, I. (2022). Spektr problem bizhentsiv v Ukraini v viini 2022 roku: aktsenty i sposterezhennia [The spectrum of refugee problems in Ukraine in the war of 2022: highlights and observations] [in Ukrainian].

11. Yurkiv, Ya. I., & Lukanov, D. V. (2021). Trudnoshchi sotsialno-psykholohichnoi adaptatsii vrazlyvykh verstv vnutrishno peremishchenykh osib do novykh umov zhyttia [Difficulties of socio-psychological adaptation of vulnerable groups of internally displaced persons to new living conditions]. *Customs case*. 2 (2.2). 154–159 [in Ukrainian].

12. Lai, K. (2010). Community-based Programme for War-affected Children: the Case of Georgia Social Work and Social Policy in Transition. Vol. 1, No. 2. P. 92–118 [in English].

### **Bazylenko K. P.**

Postgraduate Student at the Department of Social Psychology,  
Odesa I.I. Mechnicov National University

## **FEATURES OF SOCIAL ACCOMMODATION FOR FORCED IMMIGRANTS**

The article is devoted to the study of the peculiarities of some psychological components of forced migrants.

Forced migration is often accompanied by the loss of material resources, social roles, and familiar surroundings, which can cause serious changes in the emotional and cognitive spheres of an individual. Examining these changes allows us to better understand what resources help resettlers maintain resilience, regain social activity, and integrate into a new society.

In addition, the relevance of the study of the identity of forced migrants is reinforced by the need to develop effective programs of psychological support and social integration. The study of this phenomenon makes it possible to determine the most vulnerable groups of immigrants, as well as those factors that contribute to or hinder successful adaptation.

Understanding the personal and sociocultural determinants helps to develop support strategies based on the personal resources, experiences and needs of the displaced.

Coping with these challenges is possible through the introduction of new scientific categories that allow a deeper dive into this problem field. Such an innovative category is the social accommodation of forced migrants from Ukraine during the war. It is a complex and lengthy process that requires complex support from the state, international organizations and local communities. Successful social accommodation depends on many factors, among which access to resources, psychological support and creation of favorable conditions for social integration are crucial.

Important psychological components of social accommodation are socio-psychological adaptation and the emotional state of people who have been forced to relocate.

It was reported that despite state and public support, Ukrainians feel an insufficient level of adaptation. Among the main problems, social isolation, limited opportunities to communicate with like-minded people, the language barrier, as well as insufficient sense of security are often mentioned.

The analysis of the obtained data revealed the following psychological features among forced Ukrainian migrants: emotional discomfort, difficulty in perceiving others, ambivalent attitude towards the new environment, low energy level, significant fatigue, as well as high level of anxiety and worry.

Forced migrants state that they have a lack of attention, impaired memory, and emotional prejudices as the main psychological problems. Despite this, some of them show the ability for self-development and effective coping with stressful situations.

Stressors for IDPs include the unpredictability, spontaneity, uncertainty, and trauma associated with migration due to the Russian invasion.

**Key words:** social accommodation, forced migrants, adaptation, emotional state, social isolation.