

СОЦІАЛЬНО-ПСИХОЛОГІЧНА АДАПТАЦІЯ ЖІНОК, В УМОВАХ ВИМУШЕНОЇ МІГРАЦІЇ

*О.Г. Овсянікова*¹, *Л.І. Залановська*²

¹ *магістрант факультету Соціальної педагогіки та психології Запорізького національного університету, Запоріжжя, Україна*

² *доцент кафедри психології, канд. психол. наук, Запорізького національного університету, Запоріжжя, Україна*
ovsianikoval@ukr.net

В статті представлені результати дослідження соціально-психологічної адаптації жінок, в умовах вимушеної міграції пов'язаної з війною. Вимушені мігранти стикаються з цілою низкою серйозних психологічних проблем, зокрема почуттям меншовартості, вразливістю перед новими умовами життя. Результати дослідження вказують на ключові моменти, які впливають на успішність адаптаційного процесу. Важливим завданням стало розроблення рекомендацій щодо соціально-психологічної підтримки жінок мігранток. Ці рекомендації покликані сприяти успішній інтеграції в нове середовище та запобігати виникненню таких проблем, як соціальна ізоляція, психоемоційні розлади та конфлікти. Наукова новизна даного дослідження полягає у вивченні соціально-психологічної адаптації жінок, які є вимушеними мігрантками через війну, з акцентом на визначення специфічних адаптаційних стратегій та ресурсів, що допомагають знизити психоемоційне навантаження і сприяють успішному пристосуванню до нового середовища. Результати дослідження можуть бути використанні у науково-психологічних дослідженнях і в організації роботи спеціалістів соціальної сфери та волонтерів із вимушеними мігрантами в різних країнах світу.

Кількість біженців зростає і важливість питання їхньої адаптації в нових соціальних умовах стає все більш актуальною. Це стосується не лише самих мігрантів, але й країн, що їх приймають і забезпечують захист. Особлива увага приділяється адаптації жінок, які складають більшість тих хто виїхав за кордон і несуть значне психологічне навантаження. Моніторинг даних про їхній психоемоційний стан необхідний для своєчасного надання професійної допомоги, що сприятиме їхній успішній адаптації та збереженню ресурсів.

Міграція, невизначеність щодо можливості повернення до своєї країни, труднощі з адаптацією стають серйозними джерелами стресу, що можуть призвести до таких психологічних проблем, як посттравматичний стресовий розлад (ПТСР), депресія і тривожні стани та значно вплинути на процеси адаптації до нових умов життя. Адаптація до нового середовища для них часто ускладнюється через культурні та мовні бар'єри, дискримінацію і недостатній доступ до необхідних ресурсів і підтримки, через психологічну травматизацію та пережите насильство. Вивчення потреб жінок-мігрантів сприяє розробці ефективних програм допомоги. Дані програми можуть включати психологічну підтримку, заходи інтеграції, які можуть полегшити процес адаптації та зміцнити їх психологічну стійкість. Це стало основою для проведення дослідження. Таким чином, вивчення соціально-психологічної адаптації жінок, які опинилися у вимушеній міграції, є ключовим для розуміння їхніх потреб і розробки ефективних стратегій інтеграції та реабілітації.

Проблема психологічних станів і адаптації мігрантів була предметом дослідження як вітчизняних, так і зарубіжних науковців, серед яких визначимо:

О. Є. Блінову, І. М. Леонову, М. М. Слюсаревського, Н. А. Шульгу та інших. Їхні дослідження фокусуються на широкому спектрі аспектів міграції, зокрема соціально-

психологічній адаптації. Відомі сучасні дослідники, такі як О. Пищуліна, Т. Марцінковська, Д. Добровольський та В. Юрчишин, роблять значущий внесок у розуміння проблем жінок-мігрантів. Вони акцентують увагу на проблемах культурної адаптації, соціальної ізоляції, психологічної травматизації та впливу війни на психоемоційний стан мігранток.

Мета дослідження: визначити особливості соціально-психологічної адаптації жінок в умовах вимушеної міграції пов'язаної з війною.

Завдання дослідження: провести теоретико-методологічний аналіз особливостей соціально-психологічної адаптації вимушених мігрантів, здійснити емпіричне дослідження соціально-психологічної адаптації жінок в умовах вимушеної міграції, проаналізувати результати емпіричного дослідження соціально-психологічної адаптації жінок в умовах вимушеної міграції, пов'язаної з війною.

Методи дослідження: Теоретичні: аналіз, узагальнення та систематизація дослідних даних.

Емпіричні: спостереження, бесіда, анкетування для виявлення показників домінуючих психологічних станів, емоційних властивостей і психічних функцій організму жінок, які через війну виїхали за кордон.

Методики психодіагностики: методика «Шкала депресії Бека», методика «Опитувальника оцінки здоров'я пацієнта» (Patient Health Questionnaire) PHQ-9, методика «Шкала тривоги Спілбергера (STAI)»

В результаті обраних методик нами емпірично досліджено психологічні особливості стану жінок та їх соціально-психологічна адаптація. Жінки, вразливі до стресу, мають низьку впевненість в собі, високі показники тривожності.

В результаті статистичного аналізу і визначення достовірності різниці підтверджено, що для жінок з низкою опірністю до стресу, схильністю до депресії характерний низький рівень упевненості та пріоритетність вибору стратегії "пошуку соціальної підтримки". Встановлено і підтверджено, що такі жінки менш схильні до стратегії "вирішення проблем" ніж жінки з високою опірністю до стресу.

Більшість жінок-мігранток (74,6%) оцінюють умови життя в Польщі як гірші, ніж в Україні. Це свідчить про те, що багато з них стикаються з труднощами в адаптації, такими як економічні проблеми, мовний бар'єр, соціальна ізоляція або інші виклики, які негативно впливають на їхнє життя. Лише 25,4% жінок вважають умови життя в Польщі кращими. Високий відсоток жінок, які вважають умови гіршими, може вказувати на системні проблеми, з якими стикаються мігранти, такі як обмежений доступ до роботи, соціальних послуг. Це може підкреслювати необхідність державних і недержавних програм підтримки.

Список літератури:

1. О. Є. Блінова «Соціально-психологічна адаптація вимушених мігрантів: підходи і проблеми вивчення феномена акультурації», Науковий вісник Херсонського держ. ун-ту. Серія: Психологічні науки, Вип. 3(1), с. 111–117, (TR T TE 2016.

2. Безуглий П.Г. Чинники та наслідки міграційного руху в Україні. Політичне життя. 2018. № 3. С. 4–9. <https://doi.org/10.31558/2519-2949.2018.3.1>

3. Національне дослідження з питань міграції, торгівлі людьми та інших форм експлуатації. Київ: Міжнародна організація з міграції, 2022. URL: <https://ukraine.iom.int/uk/resources/natsionalnedoslidzhennya-z-pytan-mihratsiyi-torhivli-lyudmy-ta-inshykh-form-ekspluatatsiyi-mihrantiv>