УДК 159.9-054.73: 314.7
С 79

Валентина СТЕЦЬ

ОСОБЛИВОСТІ ПРОЦЕСУ СОЦІАЛЬНО-ПСИХОЛОГІЧНОЇ АДАПТАЦІЇ МІГРАНТІВ ДО НОВИХ УМОВ ЖИТТЯ

У статті аналізується процес адаптації внутрішніх мігрантів до нових обставин життя в умовах сучасних українських реалій. Стверджується, що процес адаптації до умов життя на новому місці у них відбувається набагато складніше, ніж у добровільних мігрантів, і торкається найглибших складових особистості, найбільш важливим з яких є її ідентичність. До того ж криза ідентичності є неминучим етапом у процесі адаптації мігрантів до нових умов життя, а її подолання – найважливіша умова успішної адаптації особистості в ситуації міграції, що призводить особистість до пошуку нової, більш зрілої ідентичності.

Ключові слова: *адаптація, вимушені мігранти, добровільні мігранти, ідентичність, криза ідентичності.*

Постановка проблеми. Соціальна напруженість – феномен сучасності. Вона зумовлена широким спектром проблем, починаючи з погіршення екологічної ситуації, зростання стресового навантаження на людину, закінчуючи глибокими громадянськими кризами, що охопили останнім часом багато державних систем.

На жаль, можемо констатувати, що у нашому суспільстві з'явилася значна кількість людей, на яких тяжкість сучасного періоду лягла ще повніше, ніж на інших, зробивши їх однією з найбільш незахищених груп населення. Це вимушені мігранти – біженці і переселенці, які покинули місця постійного проживання через збройний конфлікт на Сході України.

Радикальні зміни, що відбуваються в сучасній Україні, поставили перед значною кількістю українців найгостріші психо-

© Стець Валентина, 2016

логічні завдання, пов'язані з виживанням у нових умовах, змусили дослідників звернутися до вивчення проблеми соціальної адаптації особистості в період так званої «гібридної» війни. Тому сьогодні суспільство потребує досліджень, присвячених вивченню проблеми соціальної адаптації особистості до нових соціальних умов, дослідженню специфічних труднощів адаптації та шляхів їх подолання.

Аналіз останніх досліджень і публікацій. У власному розумінні слова «міграція» (від лат. migratio – переселення) – «сукупність переміщень з метою перенести місце перебування будь-кого» [3]. У певні історичні проміжки часу процеси міграції, набуваючи масового характеру, є відображенням інших більш важливих процесів, що відбуваються у суспільстві, слугують показником його благополуччя або неблагополуччя.

Ситуація вимушеної міграції розглядається вітчизняними та зарубіжними дослідниками як складна стресогенна ситуація, що ставить перед людиною необхідність розв'язання безлічі проблем. Складність реальної життєвої ситуації вимушених мігрантів і перенесені ними стреси істотно ускладнюють процес їх соціальної адаптації до нових умов життя.

Стосовно проблем мігрантів Т.Г. Стефаненко визначає соціальну адаптацію як результат взаємодії особистості і соціального середовища, що призводить до оптимального співвідношення цілей і цінностей особистості та групи [5].

На думку В.В. Константинова, при адаптації вимушених мігрантів до нових умов життя з усією очевидністю проглядається взаємодія двох сторін: адаптація особистості вимушеного мігранта до нових умов життя і адаптація соціального середовища (корінних місцевих жителів) до особистості вимушеного мігранта [2]. Автор, розглядаючи адаптацію вимушених мігрантів до нових умов життя, розуміє під цим процесом перебудову психологічних якостей особистості, поведінки і діяльності суб'єкта адаптації у відповідь на вимоги нового соціального середовища і зміни самого соціального середовища в ході задоволення адаптивної потреби вимушеного мігранта в метою їх повноцінної взаємної діяльності та розвитку [2].

Під соціально-психологічною адаптацією мігрантів науковці розуміють складний і багаторівневий процес взаємодії особис-

тості або групи, що є учасником міграційного руху, з навколишнім середовищем (природою і соціумом), спрямований на пошук прийнятних механізмів поведінки (способів адаптування) відповідно до змінених умовах проживання і пов'язаний з проявом особистісного або групового потенціалу мігрантів [4]. Ними зазначається, що при прибутті на нове місце мігрант потрапляє в незнайоме середовище, і процес соціально-психологічної адаптації відбувається за такими напрямами: 1) до іншого природно-кліматичного середовища; 2) нового соціокультурного середовища; 3) іноетнічного середовища; 4) іноконфесійного середовища. З-поміж основних адаптаційних проблем, з якими стикаються мігранти, Н.П. Нейхц та В.А. Решетніков виокремлюють відмінності в культурах мігрантів та приймаючого населення; переживання ними депривації та ізоляції; взаємини з місцевим населенням; прояв кризи ідентичності [4].

Як «складний багатовимірний процес взаємодії представників різних культур, в результаті якого відбувається формування нової позитивної (загальної з корінними жителями) соціальної ідентичності, адекватної соціальним умовам; процес розвитку особистісного потенціалу мігрантів по мірі їх активного включення в різні види діяльності (і насамперед у професійну діяльність, систему міжособистісних відносин, соціальне та соціально-політичне життя місцеперебування, знаходження умов для реалізації потреб в самоповазі і самореалізації особистості)» розуміє психологічну адаптацію мігрантів до нового соціального середовища О.В. Столяренко [6, 203].

Сам собою процес міграції та реміграції населення – природний суспільний процес, який набуває в усьому світі все ширших масштабів. На сучасному етапі міграція є не тільки соціально-економічним, а й соціально-психологічним, етнографічним, нормативно-правовим, політичним явищем, яке не можна назвати однозначним ні за своєю сутністю, ні за змістом. Формуються якісно нові міграційні потоки, поява яких зумовлена, в тому числі, політичною і економічною ситуацією в країні.

Міграція як явище вже містить у собі адаптаційний компонент, який є, на нашу думку, її невід'ємною частиною, тому що в процесі міграції людина опиняється в абсолютно нових, незнайомих умовах, на неї починає впливати значна кількість

нових стимулів і факторів, які змушують людину активно взаємодіяти із середовищем, змінюючи його відповідно до своїх потреб, і при цьому змінюватися самій в процесі взаємодії.

Мета статті – теоретичний аналіз особливостей адаптації в рамках міграційних процесів, тобто соціально-психологічної адаптації мігрантів.

Адаптація живого організму до нових умов життя є стресовою ситуацією, що викликає певний дискомфорт і вимагає мобілізації всіх енергетичних ресурсів організму. У ситуації міграції адаптація ускладнюється величезною кількістю факторів, що впливають на цей процес: кліматичні умови, культурні, соціальні, мовні, етнічні та релігійні відмінності, встановлення нових міжособистісних контактів, неминучі матеріальні та побутові проблеми тощо. Усі ці складові, які мають свою специфіку в процесі адаптації і в ситуації міграції впливають на індивіда як одне ціле, створюючи тим самим потужну стресову ситуацію, яка є дійсно екстремальною.

Не менш важливою умовою соціально-психологічної адаптації мігрантів є те, що міграція ставить людину перед необхідністю реадаптації, ламаючи колишні, звичні форми взаємодії з навколишнім середовищем, змушуючи шукати й напрацьовувати нові. Мігранту доводиться не тільки формувати в собі нові цінності, переконання, форми поведінки, характерні для нового середовища, але і знайти в собі сили відмовитися від колишніх, а це буває деколи набагато важче. Тому процес адаптації мігрантів може займати багато часу і визначатися не стільки часовими інтервалами життя однієї людини, скільки поколіннями.

Процес адаптації у мігрантів відбувається по-різному і залежить від багатьох факторів, найбільш важливим з яких, на нашу думку, є причини міграції, а саме, чи був процес міграції вимушеним або добровільним. Порівняно з фактором етнокультурної приналежності ситуація вимушеної або умисної міграції, яку можемо спостерігати в українських реаліях, як складна сукупність економічних, соціальних і психологічних умов і параметрів здійснює домінуючий і коригуючий вплив на величину культурної дистанції, ступінь суб'єктивної задоволеності життєвими змінами, стан психічного здоров'я людей та ефективність їхньої соціокультурної адаптації.

Варто відзначити, що будь-яка міграція певною мірою має вимушений характер: індивіду вже несила залишатися на колишньому місці. Але у разі добровільної міграції індивід приймає рішення про міграцію самостійно, без зовнішнього тиску, виходячи зі своїх потреб. Готовність до розвитку і самореалізації у добровільного мігранта спочатку досить висока, а сама ситуація міграції для нього – це можливість реалізувати цю готовність. У ситуації з українськими вимушеними мігрантами причина міграції лежить поза індивідом і повністю диктується зовнішніми обставинами (міграція з примусу, через бойові дії), що значною мірою знижує його готовність адаптуватися до мінливих обставин, а часто і супроводжується важкими психологічними травмами (військові дії, втрата родичів, загроза власному життю тощо).

У своєму дослідженні Б. Масуд встановив, що «навмисне, осмислене перебування на новому місці проживання, що вписується в загальну перспективу життєвого шляху особистості, в цілому сприяє позитивному сприйняттю нової культури і більшої задоволеності від неї, що, у свою чергу, підвищує ефективність адаптації до інокультурного середовища. Вимушене, безперспективне перебування на іншій території, що порушує цілісність життєвого шляху особистості, сприяє негативному сприйняттю нової культури, призводить до неминучих розчарування і незадоволеності й знижує ефективність адаптації до інокультурного середовища» [1, 91].

А Б. Масуд зауважує, що ситуація вимушеної міграції визначає високу незадоволеність особистості життєвими змінами і сприяє розвитку депресії, психастенії, параноїдальних і шизоїдних розладів [1].

Думку, що «на відміну від добровільної міграції в пошуках поліпшення життєвих умов, вимушена міграція – один з видів переміщень людей, коли вони, рятуючись від загрози життю і інших переслідувань, вимушено залишають місця свого постійного проживання і шукають притулку на інших територіях – в межах держави своєї громадянської приналежності або за її межами», висловлює Г.У. Солдатова [7, 7].

Результати дослідження дають підставу стверджувати, що в процесі соціально-психологічної адаптації вимушених мігрантів зі Сходу України та Криму відбуваються значні зміни осо-

бистісного плану, що виявляються у зниженні самооцінки та рівня домагань, деформації ціннісних орієнтацій і соціальних настановлень [7].

Було також встановлено дезадаптованість більшості вимушених мігрантів, що проявляється в гіпотимному типі реагування, хаотичному характері активності, в тенденції займати оборонну позицію, екстернальності й ескапизмі. Емоційний фон у вимушених мігрантів знижений, проявляються емоційна напруженість і схильність до безпричинної заклопотаності маловажливими проблемами, дратівливість, тривожний стан. Соціальна ситуація вимушеної міграції може бути охарактеризована як кризова і навіть екстремальна (загроза здоров'ю і життю) [7].

Отже, перебіг процесу адаптації до умов життя на новому місці у вимушених мігрантів є достатньо складним і зачіпає найглибші прошарки особистості, найбільш важливим з яких є її ідентичність.

Як зазначає Г.У. Солдатова, «травматичний досвід і життєві труднощі вимушених мігрантів визначають порушення у них цілісності та інтегрованості особистості. Комплекс проблем, що відображають особистісні трансформації, можна позначити як кризу ідентичності» [7, 259].

Згідно з теорією соціальної ідентичності Тежфела, однією з основних закономірностей ідентичності є прагнення людини до досягнення позитивної ідентичності – позитивного образу себе [4]. Позитивна ідентичність дає змогу сприймати світ як стабільний і справедливий; якщо ж позитивна ідентичність втрачається, то дезорганізується не тільки внутрішній світ, але і враження щодо зовнішнього.

Криза ідентичності зазвичай визначається як втрата почуття самого себе, неможливість пристосуватися до нових обставин, розрив між вимогами, що ставляться новою ситуацією, і колишніми установками та поглядами [6]. Криза ідентичності, як показують дослідження, виникає в українських вимушених мігрантів як внаслідок подій, що стали причинами міграції, так і через культурний шок і адаптацію у новому середовищі. У результаті пережитих подій у них виявилася зруйнованою сама основа ідентичності – відбулася трансформація тієї картини сві-

ту, яка вибудовується з самого народження і містить широкий діапазон образів, уявлень, думок, переконань, відносин.

На кризу ідентичності у вимушених мігрантів в процесі адаптації вказує й Л.А. Шайгерова: «складний процес адаптації в ситуації вимушеної міграції призводить до того, що зміни ідентичності особистості мігрантів досягають рівня кризових. Криза ідентичності у вимушених мігрантів проявляється в глибоких множинних перетвореннях її змісту, що відбуваються на особистісному і на груповому рівнях» [8, 61].

Подолання кризи ідентичності – найважливіша умова успішної адаптації особистості в ситуації вимушеної міграції, але вона нерідко досягає такої глибини і сили, коли власних ресурсів особистості виявляється недостатньо, і для її подолання потрібна психологічна допомога. Допомога в подоланні кризи ідентичності, на думку Л.А. Шайгерової, можлива через корекцію порушень мотиваційно-потребової сфери, відновлення позитивної ідентичності, її цілісності та інтегрованості, розвиток конструктивних стратегій подолання з кризовою ситуацією, вбудовування та інтегрування до змісту ідентичності особистості цінностей та елементів приймаючої культури [8].

Ще однією важливою особливістю в процесі соціально-психологічної адаптації наших внутрішніх мігрантів є те, що неадаптовані мігранти не тільки відчувають психологічний і соціальний дискомфорт, але і несуть в собі небезпеку для приймаючого суспільства.

Ми погоджуємося з думкою, що коли мігрант не може пристосуватися й адаптуватися до нового середовища, з ним відбувається трансформація негативного характеру. Змінюється його психологічний стан, погіршується фізичне самопочуття, руйнуються багато соціальних установок, змінюється погляд на світ і людей. Така трансформація призводить до різних наслідків, починаючи від сепаратизму та етнічного нігілізму до крайнього фанатизму і націоналізму, де формується виражений негативний образ етносу, і поведінка індивіда виходить з цього образу.

Отже, ситуація міграції – один з видів екстремального впливу на особистість, коли на особистість одночасно діє велика кількість факторів, кожен з яких вимагає своєї специфіки в адап-

таційному процесі, викликаючи тим самим стан стресу високої інтенсивності.

Не менш важливою умовою соціально-психологічної адаптації українських внутрішніх переселенців є те, що міграція ставить їх перед необхідністю реадаптації, ламаючи колишні, звичні форми взаємодії з навколишнім середовищем, змушуючи шукати і напрацьовувати нові. Мігранту доводиться не тільки формувати в собі нові цінності, переконання, форми поведінки, характерні для даного середовища, але і знайти в собі сили відмовитися від колишніх.

Криза ідентичності – неминучий етап у процесі адаптації мігрантів до нових умов життя, її подолання є найважливішою умовою успішної адаптації особистості в ситуації міграції та приводить особистість до знаходження нової, більш зрілої ідентичності. Проте криза ідентичності у вимушених мігрантів нерідко досягає такої глибини і сили, коли власних ресурсів особистості виявляється недостатньо і для її подолання потрібна психологічна допомога.

Висновки. У сучасному світі, коли процеси міграції набувають глобальних масштабів, соціально-психологічна адаптація мігрантів становить одну з найбільш важливих і складних проблем, що вимагають швидкого і коректного розв'язання.

Проблема інтеграції мігрантів у нове для них суспільство, подолання ними кризи ідентичності і налагодження соціальних контактів спільною як мігрантів, так і приймаючого суспільства – повинна розв'язуватися спільно. За тим, як долається ця проблема, можна робити висновок про благополуччя і соціальний розвиток суспільства загалом.

Подальші дослідження ми пов'язуємо з окресленням технології психологічного супроводу соціалізації мігрантів в нових умовах життя.

Література

1. Багери М. Социокультурная динамика психического здоровья личности в ситуации преднамеренной и вынужденной миграции / Масуд Багери // Этническое самосознание и кросскультурное взаимодействие народов Поволжья : сборник материалов Международной научно-прак-

тической конференции. – Казань : Академия наук Республики Татарстан, 2003. – С. 90 – 92.

2. Константинов В.В. Использование социально-психологического тренинга в качестве средства оптимизации процесса адаптации вынужденных мигрантов / В.В. Константинов // Теория деятельности : фундаментальная наука и социальная практика (к 100-летию А.Н. Леонтьева) : материалы Международной конференции 28 – 30 мая 2003 г. – М. : МГУ, 2003. – С. 59 – 61.

3. Міграція [Електронний ресурс]. – Режим доступу : http://eslovnik.com/

4. Решетников В.А. Традиция и инновация в социальной работе / В.А. Решетников, Н.П. Нейхц // Вестн. Иркут. ун-та. Спец. вып. : материалы ежегод. науч.-теорет. конф. молодых ученых. – Иркутск, 2000. – С. 144 – 147.

5. Стефаненко Т.Г. Адаптация к новой культурной среде и пути ее оптимизации / Т.Г. Стефаненко. – М. : Наука, 1999. – С. 86 – 99.

6. Столяренко О.В. Соціально-педагогічні засади роботи з дітьми трудових мігрантів у навчальному закладі / О.В. Столяренко, В.В. Щорс // Наукові записки Вінницького державного педагогічного університету імені Михайла Коцюбинського. Серія : Педагогіка та психологія. – 2010. – № 31. – С. 202 – 205.

7. Солдатова Г.У. Психологическая помощь мигрантам : травма, смена культуры, кризис идентичности / Г.У. Солдатова. – М. : Смысл, 2002. – 480 с.

8. Шайгерова Л.А. Принципы формирования толерантности и управления рисками ксенофобии / Л.А. Шайгерова // Национальный психологический журнал. – 2011. – № 2 (6). – С. 60 – 79.

Валентина Стець. Особенности процесса социально-психологической адаптации мигрантов к новым условиям жизни. В статье анализируется процесс адаптации внутренних мигрантов к новым обстоятельствам жизни в условиях современных украинских реалий. Утверждается, что процесс адаптации к условиям жизни на новом месте у вынужденных мигрантов проходит гораздо сложнее, чем у добровольных и касается глубоких составляющих личности, наиболее важным из которых является её идентичность. К тому же кризис идентичности – неизбежный этап в процессе адаптации мигрантов к новым условиям жизни и его преодоление является важнейшим

условием успешной адаптации личности в ситуации миграции и приводит личность к обретению новой, более зрелой идентичности.

Ключевые слова: адаптация, вынужденные мигранты, добровольные мигранты, идентичность, кризис идентичности.

Stets' Valentina. Socio-psychological adaptation features of migrants to new life conditions. The article analyzes the process of adaptation of internal migrants to the new circumstances of life in modern Ukrainian realities. It is affirmed that the process of forced migrants's adaptation to life in a new place flows much harder than at freewill migrants and touches the most important component of personality, the most important of which is its identity. In addition, the identity crisis is an inevitable step in the process of adaptation of migrants to new conditions of life, its overcome is essential for successful person's adaptation in the situation of migration and identity leads personality to finding new, more mature identity.

Keywords: adaptation, forced migrants, freewill migrants, identity, identity crisis.