

УДК 159.9:364.04(477)

*Анастасія Громова, Ніна Атаманчук
(Полтава, Україна)***ПСИХОСОЦІАЛЬНІ ПРЕДИКТОРИ СУБ'ЄКТИВНОГО
БЛАГОПОЛУЧЧЯ ВИМУШЕНИХ ПЕРЕСЕЛЕНЦІВ**

Розкрито та здійснено аналіз психосоціальних предикторів, які впливають на суб'єктивне благополуччя вимушених переселенців. Визначено ключові аспекти, які впливають на психічне та емоційне самопочуття цієї вразливої групи населення. Обґрунтовано комплексний підхід до вивчення суб'єктивного благополуччя переселенців. Досліджено предиктори суб'єктивного благополуччя вимушених переселенців.

Ключові слова: психосоціальні предиктори, суб'єктивне благополуччя, психологічне благополуччя, вимушені переселенці.

**PSYCHOSOCIAL PREDICTORS OF SUBJECTIVE WELL-BEING
AMONG FORCED MIGRANTS**

The analysis of psychosocial predictors that affect the subjective well-being of forcibly displaced people has been revealed and carried out. The key aspects that affect the mental and emotional well-being of this vulnerable population group have been identified. A comprehensive approach to the study of the subjective well-being of immigrants is substantiated. The predictors of the subjective well-being of forced migrants were studied.

Key words: psychosocial predictors, subjective well-being, psychological well-being, forced migrants.

У сучасному світі вимушена міграція стала актуальною та неunikненою реальністю, що суттєво впливає на життя та психічне благополуччя тисяч людей. Однією з ключових груп мігрантів є вимушені переселенці, які, зазнавши військових конфліктів, природних катастроф чи інших внутрішніх труднощів, змушені залишити свої домівки та шукати притулку в інших регіонах чи країнах.

Одним із важливих аспектів їхнього життя, який потребує уваги та вивчення, є суб'єктивне благополуччя, яке визначається не лише матеріальними умовами, але й психосоціальними факторами. Ці психосоціальні предиктори відіграють ключову роль у формуванні та збереженні психічного комфорту та стабільності в умовах вимушеної міграції.

Психологічне благополуччя – складний конструкт, який відображає прагнення особистості до внутрішньої гармонії та цілісності. Досягається шляхом збереження психічного здоров'я, тобто злагодженості психічних функцій і процесів. Психологічне благополуччя дозволяє особистості сформуванати позитивне уявлення про себе і будувати відповідні стосунки з оточенням.

Термін «суб'єктивне благополуччя» був запропонований Е. Дінером, спираючись на теорію Н. Брендбурна. Вважається, що терміни суб'єктивне

благополуччя та психологічне благополуччя – різні, але вони взаємодоповнюють один одного та не можуть існувати окремо [6-7].

На думку Р. Лукаса є такі чинники суб'єктивного благополуччя: позитивний афект, відсутність негативного афекту, задоволеність життям. Також є два типи факторів, які впливають на благополуччя особистості: внутрішні та зовнішні [3].

Ресурси психологічного благополуччя – це всі ті життєві опори, які є в розпорядженні людини й дають їй змогу забезпечувати свої основні потреби: виживання, фізичний комфорт, безпеку, залученість у соціум, повагу з боку соціуму, самореалізацію в соціумі. Ресурси орієнтовно можна поділити на чотири групи, а саме фізіологічні характеристики, психологічні риси, когнітивні властивості, соціальна підтримка та фінансове благополуччя [5].

На думку С. Хобфолл є дві категорії ресурсів: середовищні та особистісні. До середовищних ресурсів належать матеріальні об'єкти, які включають дохід, житло, транспорт тощо, а також нематеріальні ресурси, такі як бажання та цілі. Особистісні ресурси включають зовнішні фактори, які надають підтримку, такі як соціальна підтримка, статус, друзі, робота, а також внутрішні ресурси, такі як самоповага, професійні навички, оптимізм, життєві цінності та віра [2].

Вимушена міграція пов'язана з різними негативними чинниками, які становлять загрозу для життя і здоров'я людини. Серед цих чинників можуть бути війна, воєнні конфлікти, а також численні соціальні та побутові проблеми, такі як втрата майна, роботи, стійкого доходу і звичайного соціального середовища. Всі ці фактори негативно впливають на людей, спричинюючи зміни у їх ціннісно-мотиваційній сфері, системі норм та відносин. Це може викликати втрату впевненості, почуття тривоги, розгубленості, психологічного дискомфорту і відчуття дезорієнтації у навколишньому світі [4].

Задоволеність соціальними, матеріальними, духовними та фізичними умовами має важливий вплив на формування психологічного (суб'єктивного) благополуччя особистості. Цей стан благополуччя сприяє цілеспрямованій поведінці та успішній діяльності і створює сприятливі умови для реінтеграції вимушено переміщених осіб у соціум.

Непередбачені зміни можуть призвести до тривалої травматизації з негативними психологічними наслідками. Проте такий травматичний досвід також може мати позитивні наслідки, такі, як переосмислення сенсу життя, виявлення власних сильних сторін, та зміцнення відносин.

Криза соціальної ідентичності, яка зустрічається у вимушених переселенців, може бути надзвичайно важкою для особистості і вимагає розв'язання, яке полягає у переосмисленні та зміні власної ідентичності для подолання негативних переживань і відновлення самоповаги [1].

Самоповага та оптимізм відіграють важливу роль у процесі адаптації до вимушеної міграції.

Суб'єктивне благополуччя досить складний феномен із складністю вияву та емпіричними показниками, тому для дослідження варто використовувати комплексні методика, які дозволяють провести системне дослідження: анкетування; методика «Шкала психологічного благополуччя» (за К. Ріфф, адаптація Н. Н. Лепешинського); методика «Шкала базисних переконань»

(World Assumptions Scale, WAS); методика «Тест життєстійкості С. Мадді»; методика «Копінг-тест Лазаруса»; методика «Скорочений п'ятифакторний опитувальник особистості» (TIPI, Ten-Item Personality Inventory).

Названі методики відповідають вимогам стандартизації, валідності, надійності та співвідносяться з метою роботи та завданнями дослідження.

Провівши емпіричне дослідження особливостей суб'єктивного благополуччя вимушених переселенців з використанням вказаних вище методик дало можливість здійснити наступні узагальнення.

За допомогою анкетування та аналізу отриманих даних, отримали відомості про те, як переміщені особи сприймають та взаємодіють із своєю новою реальністю. Наші досліджувані склали дві вибірки, одна – це вимушені переселенці на території України, інша – це вимушені переселенці поза межами України. Ці вибірки сформули за допомогою анкетування.

За результатами нашого дослідження різниці у психологічному благополуччі вимушених переселенців з двох вибірок немає. Є різні критерії, які варіюють один між одним. Так, у вибірці досліджуваних які знаходяться на території України, домінує такий критерій, як «Позитивні відносини» – задовільні та довірливі стосунки з оточуючими. Більш активно проявляється турбота про інших, досліджувані відчувають співпереживання, характерне розуміння, що між людьми взаємодія ґрунтується на взаємних уступках.

Здійснений кореляційний аналіз даних дозволив виявити взаємозв'язок різних складових суб'єктивного благополуччя особистості.

Емпіричне дослідження показує значущий позитивний зв'язок між управлінням середовищем та рівнем контролю над власним життям як для внутрішньої, так і для вибірки за кордоном. Особливо відзначено сильний позитивний зв'язок між управлінням середовищем та психологічним благополуччям особистості.

Дослідження підтверджує значущий позитивний зв'язок зі шкалою «Психологічного благополуччя» та «Контролем» як для внутрішньої, так і для вибірки за кордоном. Люди з вищим рівнем психологічного благополуччя виявляють більший контроль над своїм життям.

Дана тема залишається актуальною через викликану війною в Україні велику кількість вимушених переселенців. Перспективи подальших розвідок у напрямку дослідження психосоціальних чинників суб'єктивного благополуччя вимушених переселенців вбачаємо у розробці за результатами дослідження комплексної психологічної допомоги таким особам.

СПИСОК ДЖЕРЕЛ ТА ЛІТЕРАТУРИ

1. Вознесенська О. Л. Ресурси арт-терапії на допомогу вимушеним переселенцям: практич. посіб. Київ: Human Rights Foundation, 2015.
2. Волинець Н. В. Теоретична модель психологічного благополуччя особистості: параметри, критерії, показники та функції. *Науковий вісник Херсонського державного університету*, 2018. №1. Т. 1. С. 50–62.
3. Титаренко Т. М. Психологічне здоров'я особистості: засоби самопомоги в умовах тривалої травматизації: *монографія; нац. академія пед. наук України, Ін-т соціал. та політ. психології*. Кропивницький: Імекс-ЛТД, 2018. 160 с

-
4. Чуйко О. В., Голотенко А. А. Соціальна підтримка в структурі особистісних ресурсів внутрішньо переміщених осіб. *Вісн. Київ. нац. ун-ту імені Тараса Шевченка. Серія «Психологія»*. К., 2017. № 1(6), 2(7). С. 146–150.
 5. Штепа О. С. Аналіз та інтерпретація емпіричної багатофакторної моделі психологічної ресурсності особистості. *Проблеми сучасної психології*. 2015. Вип. 28. С. 670–682.
 6. Seligman M. E. Positive psychology, positive prevention, and positive therapy. *Handbook of positive psychology*. 2002, 3–12.
 7. Seligman M. E. Flourish: A visionary new understanding of happiness and well-being. New York: Simon and Schuster, 2012.