

МІНІСТЕРСТВО ОСВІТИ І НАУКИ УКРАЇНИ
ХАРКІВСЬКИЙ НАЦІОНАЛЬНИЙ УНІВЕРСИТЕТ ІМЕНІ В.Н.КАРАЗІНА

ФАКУЛЬТЕТ ПСИХОЛОГІЇ
КАФЕДРА ЗАГАЛЬНОЇ ПСИХОЛОГІЇ

КВАЛІФІКАЦІЙНА РОБОТА

на тему: «Психологічні аспекти кризи ідентичності у вимушених мігрантів з України в країнах Європи»

Студентки 2 курсу групи ЗПС-61
другого (магістерського) рівня вищої освіти
освітньо-професійної програми «Психологія»
за спеціальністю 053 – ПСИХОЛОГІЯ
Рябцевої С. С.

Керівник доцент ЗВО кафедри загальної
психології, доцент, кандидат психологічних наук
Маєвська Н. А.

Чотирьохрівнева шкала оцінювання _____
Кількість балів: _____

Члени комісії _____
(підпис) (прізвище та ініціали)

(підпис) (прізвище та ініціали)

(підпис) (прізвище та ініціали)

ЗМІСТ

ВСТУП	4
РОЗДІЛ 1. ТЕОРЕТИЧНИЙ АНАЛІЗ ПОНЯТТЯ «КРИЗА ІДЕНТИЧНОСТІ» ТА ОСОБЛИВОСТІ ЇЇ ПРОЯВУ У ВИМУШЕНИХ МІГРАНТІВ	
1.1. Поняття ідентичності та її роль у психології особистості	7
1.2. Теоретичні підходи до розуміння кризи ідентичності.....	11
1.3. Особливості кризи ідентичності у вимушених мігрантів (сучасні дослідження)	17
Висновки до першого розділу.....	23
РОЗДІЛ 2. МЕТОДИЧНЕ ЗАБЕЗПЕЧЕННЯ ДОСЛІДЖЕННЯ КРИЗИ ІДЕНТИЧНОСТІ У ВИМУШЕНИХ МІГРАНТІВ	
2.1. Опис вибірки та організація проведення дослідження	25
2.2. Опис методик дослідження	28
Висновки до другого розділу	32
РОЗДІЛ 3. ЕМПІРИЧНЕ ДОСЛІДЖЕННЯ ПСИХОЛОГІЧНИХ АСПЕКТІВ КРИЗИ ІДЕНТИЧНОСТІ У ВИМУШЕНИХ МІГРАНТІВ З УКРАЇНИ В КРАЇНАХ ЄВРОПИ	
3.1. Визначення нормальності розподілу показників кризи ідентичності досліджуваних	34
3.2. Аналіз описових статистик щодо показників кризи ідентичності досліджуваних	35
3.2.1. Аналіз описових статистик даних, отриманих за допомогою Шкали позитивних і негативних переживань	35
3.2.2. Аналіз описових статистик даних, отриманих за допомогою Шкали задоволеності життям	38
3.2.3. Аналіз описових статистик даних, отриманих за допомогою методики «Хто Я?»	40
3.2.4. Аналіз описових статистик даних, отриманих за допомогою методики «Особистісна та соціальна ідентичність»	44
3.3. Порівняльний аналіз показників кризи ідентичності між групами мігрантів та осіб, що залишилися в Україні	47

3.4. Аналіз кореляційних зв'язків по групах мігрантів та осіб, що залишилися в Україні	52
Висновки до третього розділу.....	56
ВИСНОВКИ	59
СПИСОК ЛІТЕРАТУРИ	61
АНОТАЦІЯ.....	67
ДОДАТКИ	68

ВСТУП

З початку повномасштабного вторгнення Росії в Україну у 2022 році мільйони людей були змушені залишити свої домівки та перетнути кордон у пошуках безпеки. За даними ООН, станом на кінець вересня 2024 року тимчасовий захист у Європі отримали понад 6 млн. українців. Ця міграційна хвиля українців стала найбільшою в Європі з часів Другої світової війни [12; 13; 28].

На відміну від запланованої міграції, де людина зазвичай готується до переїзду та змін, вимушена міграція пов'язана з невизначеністю і відсутністю вибору. Українці часто опинялись у новій країні, не знаючи мови, де саме вони залишаться та як довго це триватиме. Багато хто втратив можливість продовжувати професійну діяльність у новій країні, більшість втратили соціальне оточення, а хтось навіть залишив сім'ю. Більшість жінок виїжджали самі з дітьми, тоді як чоловіки залишались в Україні. Усе це - розрив звичних ролей і опор - створило значні негативні психологічні наслідки [2].

Одним із ключових наслідків стала криза ідентичності, яка виникла через втрату себе, внутрішній конфлікт між попереднім і новим образом «Я». Для українців у вимушеній міграції ця криза часто є багаторівневою. Вона стосується не лише побутових змін чи втрати професійної реалізації, а й глибших, екзистенційних питань - пов'язаних із вірою та цінностями. Це складний і болісний процес переосмислення себе в нових умовах.

Актуальність цієї теми полягає не тільки в масовості явища, а й у тому, що процеси вимушеної міграції тривають досі. Нові хвилі переміщення продовжуються залежно від ситуації в різних регіонах України, а частина людей досі живе в режимі очікування повернення додому, не інтегруючись повноцінно в нове середовище та не маючи мотивацію у вибудовуванні свого нового «Я».

Попри наявність загальних досліджень адаптації українських переселенців (зокрема, у працях Блинової О.Є., Слюсаревського М. М.), аспект особистісної кризи ідентичності у вимушених мігрантів недостатньо вивчений. А як зазначають світові дослідники (зокрема, Е. Фромм, Дж. Марсія), ідентичність - це базовий конструкт для психічного здоров'я, і його втрата може мати довготривалі наслідки [41; 42; 44].

Об'єкт дослідження - ідентичність особистості.

Предмет дослідження - психологічні особливості прояву кризи ідентичності у вимушених мігрантів.

Мета дослідження - оцінити рівень кризи ідентичності у вимушених мігрантів і порівняти його з показниками тих, хто залишився в Україні, а також визначити особливості прояву кризи ідентичності в кожній групі.

Гіпотези:

1. Рівень кризи ідентичності є вищим у вимушених українських мігрантів, які виїхали до країн Європи, у порівнянні з українцями, що залишилися в Україні.

2. Існує взаємозв'язок між умовами адаптації та переживанням кризи ідентичності у вимушених мігрантів і осіб, що залишилися в Україні, при цьому джерела психологічної стабільності в обох вибірках можуть відрізнятися.

Завдання:

1. Проаналізувати теоретичні підходи до поняття ідентичності та кризи ідентичності в контексті міграції.

2. Дослідити рівень прояву кризи ідентичності у вибірках українських мігрантів в Європі та осіб, що залишилися в Україні.

3. Порівняти рівень кризи ідентичності між українцями, які виїхали до Європи, і тими, хто залишився проживати в Україні.

4. Виявити особливості взаємозв'язків між показниками кризи ідентичності в обох вибірках.

Методики дослідження:

- Методика 20-ти відповідей «Хто я?» [19]
- Шкала позитивних і негативних емоцій (SPANE) [22]
- Методика «Особистісна та соціальна ідентичність» [27]
- Шкала задоволеності життям [32]

Методи статистичної обробки даних:

• Критерій Колмогорова-Смірнова - для перевірки нормальності розподілу даних.

• Описова статистика - для узагальнення основних характеристик показників кризи ідентичності досліджуваних (мінімум, максимум, середнє, стандартне

відхилення).

- Порівняльний аналіз:

T-критерій Стьюдента - для порівняння показників Шкали позитивних та негативних переживань і Шкали задоволеності життям між групами.

Критерій Манна-Уїтні - для порівняння показників методик «Хто я?» та «Особистісна та соціальна ідентичність».

- Кореляційний аналіз (коефіцієнт Спірмена) - для виявлення специфічних зв'язків між різними аспектами ідентичності окремо для кожної групи (мігранти, та ті що залишилися в Україні).

Вибірка: Загальна кількість учасників дослідження становить 63 особи. Було сформовано дві групи респондентів.

Перша група - українці, які після початку повномасштабного вторгнення виїхали з України та наразі проживають у країнах Європи (36 осіб).

Друга група - українці, які залишилися проживати на території України (27 осіб).

Вік респондентів - від 25 до 54 років.

Практична значущість:

Результати можуть бути корисні практичним психологам, консультантами з кризових станів, волонтерам, а також фахівцям, які працюють з групами українських мігрантів у Європі.

РОЗДІЛ 1

ТЕОРЕТИЧНИЙ АНАЛІЗ ПОНЯТТЯ «КРИЗА ІДЕНТИЧНОСТІ» ТА ОСОБЛИВОСТІ ЇЇ ПРОЯВУ У ВИМУШЕНИХ МІГРАНТІВ

У першому розділі проведено аналіз основних теоретичних підходів до розуміння ідентичності в сучасній психології особистості. Розкрито її значення для формування цілісного уявлення людини про себе. Також розглянуто ключові підходи до розуміння кризи ідентичності та її динаміки. Окремо висвітлено особливості переживання кризи ідентичності в умовах вимушеної міграції, на основі актуальних наукових досліджень.

1.1. Поняття ідентичності та її роль у психології особистості

Упродовж життя кожна людина так чи інакше стикається з питанням: «Хто я є насправді?» Відчуття себе, розуміння власної унікальності, а також приналежності до певних спільнот - усе це формує внутрішню опору, яку прийнято називати ідентичністю. Сам термін походить від латинського «identitas», що означає «тотожність», «однаковість», і водночас - «відповідність самому собі». Ідентичності є центральним поняттям у психології особистості, оскільки воно відображає єдність та цілісність власного уявлення про себе в контексті особистісного та соціального розвитку. Ідентичність визначає, хто ми є, у чому полягає наше місце у світі, які цінності для нас є пріоритетними, а також як ми взаємодіємо із соціальним середовищем. Саме ідентичність є фундаментом для стабільної психіки, внутрішньої послідовності, морального вибору, а також передбачуваності поведінки в різних життєвих обставинах [35; 40].

У психології особистості ідентичність розглядається як успішний синтез когнітивних, емоційних та соціальних аспектів, що створює у людини стійке та визначене уявлення про себе. Цей конструкт включає такі елементи:

- внутрішнє «Я» - власне самоусвідомлення;
- соціальні ролі - виконання функцій у суспільстві (наприклад, студент, працівник, батько/мати);

- цінності, переконання, що формують орієнтири життя;
- а також наратив - уявлення про власну біографію, що пов'язує минуле, теперішнє і майбутнє [38; 45].

Поняття ідентичності є міждисциплінарним та активно досліджується в різних галузях науки - психології, соціології, філософії, а також культурології. Це свідчить про його багатовимірний характер. З огляду на складність цього феномену, у науковій літературі існує багато визначень і підходів до його розуміння.

Класичне визначення ідентичності у психології надає Ерік Еріксон, який трактував її як внутрішнє відчуття тотожності самому собі, що забезпечує безперервність особистісного досвіду в часі та узгодженість з соціальним середовищем. Згідно з його концепцією, ідентичність формується на кожному етапі психосоціального розвитку, але особливого значення вона набуває у період юності, коли індивід стикається з необхідністю визначення власного місця в суспільстві, вибору життєвих орієнтирів і ролей [40; 41]. Еріксон підкреслював, що ідентичність не є стійкою структурою, вона динамічна за своєю природою, змінюється та розвивається впродовж усього життя особистості під впливом нових соціальних ролей, значущих взаємодій та особистісних криз. Також відомо, що Ерік Еріксон розглядав ідентичність як відповідь на питання «Хто я?».

Подальший розвиток теорії ідентичності зробив Джеймс Марсія, який виокремив чотири статуси ідентичності, що відображають різні стани процесу самовизначення: дифузія, передчасне прийняття, мораторій і досягнута ідентичність.

- Дифузія означає відсутність пошуку і зобов'язання - характерна для станів плутанини;
- Передчасне прийняття - не усвідомлений вибір ще без дослідження, часто під тиском соціальних норм;
- Мораторій - дослідження без остаточного вибору;
- Досягнута ідентичність - результат активного пошуку і прийняття на свідомому рівні [44].

Варто зазначити, що ці статуси не є постійними - людина може переходити між ними в різні періоди життя. Але завдяки цій теорії можна визначити типи реагування на кризу ідентичності у дорослих, особливо в умовах змін, таких як

переміщення до іншої країни. Наприклад, одна група мігрантів міняє ціннісну систему під тиском оточення (передчасно прийнята ідентичність), інша переживає довгий період невизначеності (мораторій), а деякі можуть залишатись у стані дифузії, неспроможні обрати новий життєвий напрям.

Соціально-психологічні концепції ідентичності надають особливого значення груповим механізмам, що пов'язані з формуванням самосприйняття індивіда [37]. Зокрема, теорія соціальної ідентичності Генрі Тейджефеля та Джона Тернера стверджує, що ідентичність формується через віднесення себе до певних соціальних груп. Це можуть бути групи, що ґрунтуються на національності (етнічна приналежність), професії, релігії, політичних поглядах, улюблених музичних жанрах, спортивних командах і безлічі інших ознак, за якими люди об'єднуються в групи. Ключовим мотиватором цього процесу є прагнення до внутрішньогрупової позитивної самооцінки - бажання бачити свою групу як цінну та значущу, що підвищує самооцінку індивіда. Формування соціальної ідентичності відбувається завдяки груповим механізмам, таким як соціальне порівняння, котрий дозволяє виділити «своїх» і «чужих», а також почуття приналежності, яке забезпечує емоційний зв'язок із групою. Ці механізми сприяють не лише самоусвідомленню, а й формуванню стабільної та позитивної ідентичності через підтримку групових норм, цінностей та ролей. Завдяки цьому людина частково визначає себе через «ми», а не лише через «я», включаючи в особистісне «Я» риси, властиві групам, до яких вона належить. Такий підхід пояснює, чому групова ідентичність є фундаментом міжгрупової поведінки та самовизначення особистості [46; 47].

Ентоні Сміт розширює цю концепцію, акцентуючи увагу на значенні національної ідентичності як основного компонента особистісної ідентичності, яка формується у взаємодії з історичним, культурним та соціальним контекстом [31]. Ця концепція набуває особливого значення для мігрантів. Через розрив з групами своєї рідної країни та недостатнє розуміння з боку приймаючого суспільства, їхня соціальна ідентичність може стати слабшою або фрагментованою.

Українські дослідники також активно досліджують і узагальнюють теоретичне розуміння щодо ідентичності, розглядаючи її як складне та багатогранне явище [16]. Ідентичність на думку українських науковців має як внутрішньо -

особистісний, так і соціокультурний виміри. Зокрема, Петруньок Б. П. підкреслює значущість аналізу ідентичності в контексті національного самовизначення, акцентуючи на соціокультурних чинниках формування особистісного «Я». Дослідник визначає ідентичність як результат складної взаємодії між особистістю та суспільством, що відображає особливості національної свідомості та культури [26].

Яблонська Т. М. розглядає ідентичність як інтегративну категорію, яка поєднує індивідуальні психологічні особливості із загальносоціальними процесами, підкреслюючи, що ідентичність є основою саморозвитку та самовизначення [38]. У свою чергу Воропаєва В. Г. зазначає, що в умовах глобалізації та цифрової революції традиційні уявлення про власне «Я» зазнають суттєвих змін. Ідентичність стає більш гнучкою, відкритою до нових змін, а особистість змушена постійно переосмислювати свою позицію в складному інформаційному світі. Ці зміни зумовлені, зокрема, розвитком онлайн-спільнот, які дозволяють індивідам одночасно належати до різних культурних та соціальних груп, створюючи мультикультурні й гібридні ідентичності. Швидкість поширення інформації та постійна зміна соціальних норм змушують особистість адаптуватися до нових ролей і цінностей майже миттєво. Водночас цифрові технології розмивають межі між приватним і публічним, що відображається на способі конструювання власного «Я» та його презентації іншим. Все це веде до підвищеної мобільності ідентичності, що водночас відкриває нові можливості для самовираження та ставить виклики щодо збереження цілісності особистості [10].

Філософський підхід, представлений в працях Зубенко А. С., розглядає ідентичність не лише як психологічний конструкт, а як онтологічне явище - фундаментальне усвідомлення власного буття і сенсу життя. Ідентичність, на думку Зубенка А. С., є основою для пошуку глибинного значення існування, вона включає не тільки механізми самоусвідомлення, але й ціннісні орієнтири, що формуються у тісній взаємодії з культурними та соціальними контекстами. Таким чином, ідентичність постає як комплексне явище, яке об'єднує індивідуальний досвід, соціальну приналежність і філософське розуміння себе у світі [14].

Важливо відзначити, що ідентичність виступає не лише як внутрішній ресурс особистості, але й як соціально-психологічний феномен, що регулює

взаємовідносини з іншими. У дослідженнях Блинової О. Є. підкреслюється роль ідентичності у підтримці психологічної стійкості особистості в кризових умовах, зокрема у вимушених мігрантів, для яких процес збереження або реконструкції ідентичності є ключовим у подоланні травматичних втрат і адаптації до нових реалій [5; 6; 7; 8].

Окремим напрямом вивчення є професійна ідентичність, яка набуває все більшої актуальності в умовах динамічного ринку праці, необхідності постійного професійного розвитку та адаптації до нових умов. Формування професійної ідентичності є важливим етапом у становленні дорослої особистості. Саме через професійну самореалізацію людина досягає соціального визнання та підвищує власну значущість [23; 24]. У цьому контексті ідентичність розглядається як механізм, що об'єднує професійний досвід, компетенції, цінності та очікування.

Узагальнюючи викладене, можна сказати, що ідентичність - це складне й багатогранне явище, яке не зводиться лише до одного визначення або ролі. Ідентичність охоплює здатність людини відповідати на різні запитання про себе: «Хто Я?», «Яке моє місце у суспільстві?», «Чого я прагну?». Така багатовимірність допомагає людині сформувати цілісне уявлення про себе.

1.2. Теоретичні підходи до розуміння кризи ідентичності

Поняття кризи ідентичності розглядається науковцями, як складний внутрішній процес. Він виникає внаслідок радикальних змін у житті особистості, втрати стабільних точок ідентифікації, невизначеності власної ролі у суспільстві, загрози цілісності власного образу «Я». Цей феномен має як особистісний, так і соціокультурний виміри, тому його аналіз потребує міждисциплінарного підходу. Важливо не тільки розуміння її механізмів, але й розгляд теоретичних моделей, що пояснюють її суть.

Багато досліджень показують, що криза ідентичності супроводжується глибокими емоційними переживаннями - тривогою, почуттям внутрішньої порожнечі, соромом, зниженням самооцінки, а також втратою сенсу життя [21]. Наприклад, Блинова О. Є. відзначає, що в умовах соціальних змін особистість може

переживати втрату «внутрішнього стрижня», який підтримує зв'язок між минулим, теперішнім і майбутнім [4].

Середницька І. Я. підкреслює, що однією з ключових ознак кризи є посилення рефлексії, коли особа починає активно переосмислювати свою ідентичність, ставити під сумнів попередні життєві настанови та ролі [29]. Це викликає конфлікт між «старим» і «новим» образом себе, дезорієнтацію та внутрішній опір. У такому стані особистість втрачає цілісність, переходить у фазу пошуку або реконструкції нового образу «Я».

Булах І. С. запропонував концепцію життєвих криз, у якій стадія кризи ідентичності вважається природним етапом розвитку. Вона проявляється через емоційні потрясіння, конфлікти мотивацій, втрату життєвих смислів та необхідність формування нової структури цінностей [9]. Отже, криза ідентичності це не лише негативний досвід, але й потенційна точка для особистісного зростання.

Когнітивна психологія аналізує кризу ідентичності як порушення цілісності мисленнєвих схем, що відповідають за самоусвідомлення, сприйняття ролей і власної унікальності. За даними Середницької І. Я., особи, які переживають кризу, демонструють різний рівень когнітивної активності - від поверхневого усвідомлення власних суперечностей до глибокого осмислення і пошуку нових стратегій самоідентифікації [29].

Це підкреслює важливість таких процесів, як саморефлексія та когнітивне реструктурування, які допомагають особистості подолати невизначеність і сформувати стійке відчуття «Я». Таким чином, криза ідентичності - це не просто емоційний стан, а складний когнітивно-психологічний процес. У межах якого активізується внутрішні ресурси для перебудови особистості.

У цьому контексті також важливо, що когнітивна нестабільність спричиняє конфлікти між уявленням про себе та соціальними очікуваннями. Саме така невідповідність часто є джерелом хронічного стресу, емоційного напруження і відчуження, особливо у періоди інтенсивних соціальних трансформацій [4]. Порушення ідентичності, відповідно, може бути наслідком дезадаптації мисленнєвих патернів до нових життєвих умов, що вимагають переосмислення цінностей, ролей і поведінкових стратегій.

Значний внесок у розуміння кризи ідентичності зробив Еріх Фромм. У своїх працях він описував кризу як внутрішню боротьбу між свободою і страхом відповідальності за власне життя [42; 43]. Індивід, стикаючись із необхідністю самовизначення, часто виявляється паралізованим страхом бути ізольованим, не прийнятим, незрозумілим. У відповідь він може обрати втечу від свободи - тобто втратити автентичність, піддатися конформізму чи навіть агресивній ідентифікації з авторитарними структурами [42; 43].

Еріх Фромм вважав, що сучасна людина, опинившись у ситуації втрати культурних і релігійних орієнтирів, схильна до ідентифікаційної дезорієнтації. Це веде до наростання екзистенційної тривоги, яка і є ядром кризи ідентичності. Водночас саме в цьому виклику - через усвідомлення своєї свободи - відкривається потенціал для глибокого оновлення особистості [43].

Цей погляд доповнює соціально-психологічний підхід, який розглядає кризу ідентичності як результат взаємодії індивіда з соціальним середовищем, колективними нормами і культурними цінностями. Згідно з Булахом І. С., криза часто виникає у періоди життєвих змін, коли особа стикається з новими соціальними ролями або втрачає попередні [9].

За теорією Орбан-Лембрик Л. Є., криза ідентичності - це зіштовхнення з системами цінностей, які не мають емоційної підтримки з боку соціального середовища [23]. Особистість мусить заново переписати власну біографію, створити нові системи смислів і відповісти на питання: «Хто я тут і тепер?» [24]. Таке переформулювання, як правило, відбувається не лінійно, а з численними поверненнями до попередніх форм саморозуміння, що сприяє психічному виснаженню.

У працях Блинової О. Є. особлива увага приділяється соціально-психологічних чинникам, пов'язаним із кризовими станами, що ілюструє, як зовнішні умови можуть посилювати внутрішній конфлікт ідентичності [5].

Відомо, що криза ідентичності не є однорідним явищем - вона проявляється у різних формах. Як зазначають Блинова О. Є. та Булах І. С., кризи ідентичності можуть істотно відрізнятися між собою за причинами виникнення, тривалістю, інтенсивністю та характером переживання особистості, що зумовлює необхідність їх

типологізації та глибшого розуміння.

Одна з ключових класифікацій, яку широко використовують у психології - поділ кризи на нормативну та ненормативну:

Нормативна криза - це природний етап розвитку особистості, який виникає у певні вікові періоди або соціальні зміни. Вона сприяє переосмисленню себе, корекції життєвих орієнтирів і формуванню більш цілісної ідентичності. Цей тип кризи є короткотривалим і має сприятливий потенціал для особистісного росту.

Ненормативна криза ідентичності виникає внаслідок несподіваних або травматичних життєвих подій. Таких як: втрати, розрив звичних соціальних зв'язків, різкої зміни умов життя. Вона характеризується високим рівнем емоційного напруження, нестабільністю самоідентифікації та втратою здатності до осмисленого самовизначення [29].

Як зазначає Блинова О. Є., ненормативні кризи частіше мають дезадаптаційний характер, який супроводжуються тривожними або депресивними розладами, і можуть призводити до глибоких порушень психологічної структури особистості [4].

Згідно з дослідженнями, Булах І. С. пропонує багатofакторну класифікацію криз ідентичності [9], які відрізняються за:

- Тривалістю (короткочасні (до кількох тижнів/місяців) і тривалі (роки), що залежить від здатності особистості адаптуватися та від соціальних обставин),
- Інтенсивністю (легкі, середні та важкі кризи, які відрізняються за рівнем психологічного навантаження і ступенем порушення функціонування),
- Типом, залежно від характеру конфлікту (когнітивні - пов'язані з суперечностями у сприйнятті себе; емоційні - переважання негативних переживань; поведінкові - зміна стилю життя, поведінкових реакцій).

Середницька І. Я. доповнює цю типологію, наголошуючи на ролі індивідуальних особливостей особистості у переживанні кризи [29]. Зокрема, вона виділяє:

- Актуалізаційну кризу - виникає як відповідь на потребу особистісного зростання, самореалізації;
- Інституційно-рольову кризу - пов'язану з неможливістю реалізувати

очікувані соціальні ролі;

- Екзистенційну кризу - що торкається основних питань сенсу життя, самотності, свободи.

Криза ідентичності має свою динаміку розвитку, яка проходить через певні стадії або фази, що визначають перебіг і наслідки цього стану. У наукових працях, більшість дослідників виділяють три ключові фази: ініціацію, загострення та розв'язання.

1. Ініціація кризи - це момент коли людина починає усвідомлювати внутрішній дискомфорт, пов'язаний із розбіжністю між уявленням про себе та зовнішніми умовами. З'являються перші ознаки фрустрації, невдоволення, зниження самооцінки. Важливими є тригери - соціальні або особисті події, що запускають механізм кризи [4; 9].

2. Розвиток кризи - фаза загострення конфлікту, що супроводжується посиленням емоційної напруги, активним пошуком шляхів вирішення. Змінюється ставлення до власного минулого, актуальних ролей, цінностей. У цій фазі домінують когнітивно-емоційні процеси (рефлексія, сумніви, боротьба між різними ідентичностями) [8; 29].

Серед характерних психічних процесів - дисонанс між внутрішніми очікуваннями та зовнішнім визнанням, що породжує фрустрацію та внутрішню роздвоєність [38].

3. Розв'язання кризи - ця фаза передбачає або адаптацію особистості до нових умов і формування нового цілісного «Я», або закріплення кризового стану. Вдале розв'язання кризи означає інтеграцію нових ідентичностей, тоді як неусвідомлена чи неприйнята криза може призводити до хронічного психологічного дискомфорту.

Водночас важливо враховувати, що переживання кризи ідентичності не має універсального шаблону - особистість може реалізовувати різні стратегії реагування залежно від внутрішніх ресурсів і контексту ситуації. Згідно з методичними розробками Кляпця О. Я. та співавторів, у ситуації кризи ідентичності можуть домінувати три базові стилі реагування:

- Активне подолання - свідома спроба реконструювати образ себе, сформувану нову ідентичність через переоцінку цінностей і життєвих орієнтирів;

- Уникнення - емоційне або когнітивне ігнорування проблем ідентичності, що часто призводить до відчуження, апатії та блокування особистісного розвитку;
- Захисний регрес - повернення до ранніших форм ідентичності, які втратили свою функціональність, але все ще забезпечують відчуття тимчасової стабільності [19].

Кожна з цих стратегій має як адаптивний, так і дезадаптивний потенціал, і тому розуміння індивідуальної траєкторії кризового реагування є ключем до ефективного подолання цього стану.

Психологічні прояви кризи ідентичності мають складний характер і охоплюють широкий спектр емоційних станів і поведінкових реакцій, що відображаються на психічному житті особистості.

Блинова О. Є. [4] та Середницька І. Я. [29] виокремлюють такі емоції як:

- Тривогу, яка пов'язана з невизначеністю власного «Я»;
- Страх змін, соціальної відчуженості, непередбачуваності майбутнього;
- Сумніви щодо власних цінностей, життєвих орієнтирів і вибору шляху;
- Сором, пов'язаний з невідповідністю внутрішніх очікувань соціальним вимогам;
- Депресивні стани, що виникають у випадках тривалої невизначеності.

Ці емоції є не лише симптомами кризи, а й активними чинниками, що пов'язані з подальшим розвитком і завершенням кризи [20].

Іванець Т. М. також зазначає, що криза ідентичності часто супроводжується порушеннями сну, зниженням працездатності, соматичними скаргами, що є показниками психологічного дистресу [15]. Короцінська Ю. А. додає, що в умовах кризового досвіду посилюється схильність до ізоляції, уникання нових соціальних зв'язків, що ще більше заглиблює кризу [17].

За даними Блинової О. Є., емоційний фон, у якому розгортається криза, пов'язаний із здатність особистості інтегрувати новий досвід і формувати оновлену ідентичність. Тривалий негативний емоційний стан унеможливорює конструктивну адаптацію, тоді як часткове усвідомлення й прийняття кризи відкриває можливість для трансформації «Я» [5; 7].

Таким чином, усвідомлення і регуляція емоційних станів є важливим

завданням у подоланні кризи.

У підсумку можна сказати, що криза ідентичності є явищем, яке зачіпає як внутрішній світ людини, так і її стосунки із суспільством. Різні підходи - психологічний, когнітивний, екзистенційний, соціально-культурний - дають змогу глибше зрозуміти, як саме виникає ця криза, через що вона ускладнюється і як особистість може її подолати. Незважаючи на емоційну напруженість, яка часто супроводжує цей стан, кризу ідентичності варто розглядати не лише як проблему, а й як можливість переосмислити себе, свої цінності та життєві орієнтири [5; 7; 25].

1.3 Особливості кризи ідентичності у вимушених мігрантів (сучасні дослідження)

Радикальні життєві зміни, такі як: втрата близьких, розрив соціальних зв'язків, або зміна місця проживання - часто порушують звичний ритм життя і змушують особистість переоцінити своє ставлення до себе, світу і власної ролі в ньому [9]. Найгостріше такі процеси виявляються у ситуації вимушеної міграції, коли звичне соціальне, культурне й емоційне середовище руйнується, а людина змушена адаптуватися до нових умов, що радикально відрізняються від попередніх. У цих обставинах ідентичність, як цілісне уявлення про себе, потрапляє під загрозу і часто переходить у фазу кризи [5; 7].

Наукові дослідження підкреслюють, що вимушена міграція супроводжується внутрішнім конфліктом між минулим досвідом та новими соціальними викликами. Для мігрантів характерними є спроби заново гармонізувати своє внутрішнє «Я» з новими умовами життя, які диктуються приймаючим суспільством і культурою [2].

Ідентичність вимушеного мігранта зазнає змін не лише у національному чи культурному вимірі. Зазвичай одночасно порушуються декілька її рівнів - професійна (через втрату роботи), соціальна (втрата статусу чи кола спілкування), рольова (зміна ролей або батьківських функцій), екзистенційна (переосмислення сенсу буття). Така багатовекторна дезінтеграція створює передумови для кризи ідентичності, подолання якої потребує глибокого аналізу та комплексної підтримки [5; 33].

Поняття вимушеної міграції охоплює переміщення осіб, спричинене надзвичайними обставинами, такими як військові конфлікти. Як зазначає Блинова О. Є., вимушені мігранти - це особи, які були змушені покинути звичне середовище проживання унаслідок втрати базових умов для безпечного існування [5]. Аналогічну позицію висловлює і Слюсаревський М. М., який підкреслює, що вимушена міграція є не лише географічним переміщенням, а й глибоким особистісним потрясінням, що зачіпає базові елементи ідентичності [30].

Криза ідентичності у вимушених мігрантів, як правило, проявляється через труднощі у формуванні стабільного самоусвідомлення та відчуття належності, що є базовими складовими особистісної цілісності. Зазвичай це супроводжується відчуттям роздвоєння між збереженням національних, культурних цінностей та адаптацією до нових соціальних норм і ролей. З одного боку, мігранти прагнуть утримати власну ідентичність, що є джерелом внутрішньої опори і самоповаги, з іншого - стикаються з потребою інтегруватися у нове суспільство, яке часто сприймається як чужорідне і навіть ворожнече. Цей конфлікт може викликати значні психологічні труднощі, що посилюють кризу ідентичності та загрожують дестабілізацією психічного здоров'я особистості [5; 6; 30].

Одним із ключових викликів, що постають перед вимушеними мігрантами, є необхідність адаптації до нової культурної системи без втрати власної ідентичності. У цьому контексті важливою є концепція акультурації, запропонована Джоном Беррі, згідно з якою адаптація може відбуватися за кількома стратегіями: інтеграції, асиміляції, маргіналізації та сепарації [39]. Дослідження Блинової О. Є. показують, що саме інтегративна стратегія, яка передбачає одночасне збереження власної ідентичності і адаптацію до нової культури, вважається оптимальною для подолання кризи ідентичності та збереження психологічного благополуччя [5]. Подібні висновки містяться й у німецькому дослідженні, де підкреслюється ефективність інтеграції для збереження психологічного балансу мігрантів [36].

Натомість асиміляція, яка вимагає повного прийняття нової культури за рахунок відмови від власної, часто призводить до фрустрації, відчуження та внутрішнього конфлікту. Маргіналізація, коли індивід втрачає і стару, і нову ідентичність, становить найбільшу загрозу для її психологічного стану. Вона ще

більше загострює кризу ідентичності, породжуючи почуття безнадії та втрати контролю над власним життям.

Ці механізми безпосередньо позначаються на психоемоційному стані особистості. Зокрема, численні емпіричні дослідження Іванець Т. М. та Александрова О. П. підтверджують, що у вимушених мігрантів часто проявляються симптоми психологічного дистресу, зокрема тривожності, депресії та посттравматичного стресового розладу (ПТСР), які безпосередньо пов'язані з кризою ідентичності [1; 15]. Виявлено, що рівень депресивних і тривожних симптомів корелює з труднощами у прийнятті нової ідентичності та почуттям соціальної ізоляції. Водночас підтримка з боку громадських організацій, місцевих спільнот і родини сприяє процесу адаптації та відновленню психологічної рівноваги. Використання стандартизованих діагностичних інструментів, зокрема шкали DASS-21, дозволяє своєчасно виявляти критичний рівень дистресу та розробляти цільові інтервенції, що допомагають стабілізувати ідентичність та знизити рівень тривоги [11; 15].

Важливо відзначити, що криза ідентичності у вимушених мігрантів часто супроводжується не лише зміною культурного середовища, а й втратою важливих соціальних зв'язків, що значною мірою посилює кризу ідентичності. Як зазначають Блинова О. Є. та Короцінська Ю. А., розрив родинних і дружніх стосунків, втрата професійного статусу та соціальних ролей спричиняє дезінтеграцію соціального «Я», що порушує відчуття стабільності, безпеки та соціальної приналежності [5; 17].

Адже саме через виконання таких ролей індивід закріплює свою ідентичність у щоденних практиках. Коли ці ролі обриваються раптово, наприклад через міграцію, особистість стикається з екзистенційною порожнечою. Звичні способи самореалізації втрачають актуальність, а нові ще не сформовані [7; 30]. У таких умовах формуються відчуття ізоляції, самотності та втрати життєвого орієнтиру. Це може активізувати дезадаптивні механізми - уникнення, відчуження або психосоматичні прояви. Соціальна підтримка в цьому контексті виконує функцію «ідентифікаційного дзеркала», допомагаючи людині переосмислити себе в новому середовищі. Зокрема, програми інтеграції, групи підтримки та участь у громадських ініціативах сприяють відновленню відчуття приналежності й цінності [1; 33].

Особливості кризи ідентичності у вимушених мігрантів з України в умовах війни мають власну специфіку, що відрізняє її від класичних форм міграційного досвіду. Згідно з дослідженнями Іванець Т. М. та Климчук Р. Б., воєнна травматизація у поєднанні з втратою домівки, насильницьким характером переселення та загрозою життю формує особливу психологічну ситуацію, яку важко порівняти з мирним переміщенням населення [15; 18].

В таких умовах порушується базове почуття безпеки, що є фундаментом стабільної ідентичності. Людина не лише втрачає своє фізичне середовище, але й символічні точки опори, такі як: простір, мову, культурні маркери, соціальні ролі. Унаслідок цього формується стан «ідентифікаційної порожнечі», коли попередні способи самовизначення більше не працюють, а нові ще не сформовані [5; 30].

Додатковим чинником, що ускладнює адаптацію, є стигматизація українських мігрантів у деяких європейських країнах. Як вказує Андрушко Я. С., навіть прихована дискримінація або культурна дистанція можуть посилювати відчуття «інакшості», викликаючи вторинну травматизацію та підсилюючи відчуття втрати ідентичності [3].

Особливо вразливими у контексті подвійної травматизації є жінки та діти. Як підкреслюють науковці, жінки в умовах вимушеного переселення часто втрачають не лише побутову та професійну стабільність, але й соціально схвалені ідентичності. Переміщення у статус тимчасової особи, без можливості реалізувати звичні соціальні ролі, сприяє розвитку ідентифікаційної дезорієнтації, що супроводжується зниженням самооцінки, почуттям безпорадності та внутрішньою фрустрацією [1, 7]. Крім того, жінки зазнають тиску подвійних очікувань - з боку нової культури та власної родини, що загострює внутрішні конфлікти між звичними та новими соціальними ідентичностями.

Діти в свою чергу, часто швидше адаптуються до нових умов, особливо у шкільному середовищі. Проте, як показують дані Климчук Р. Б., цей процес супроводжується культурним розривом між новим середовищем і родинною традицією, що створює умови для міжпоколінневих ідентифікаційних конфліктів [18]. Дитина засвоює мову, норми та культурні коди приймаючого суспільства, тоді як батьки залишаються носіями минулої ідентичності. Це може призводити до

непорозуміння, втрати авторитету дорослого та формування відчуження всередині сім'ї, яке поглиблює кризу ідентичності в обох поколіннях.

Ще одним важливим аспектом у процесі адаптації вимушених мігрантів є мовна інтеграція, яка має не лише функціональне, але й глибоко ідентифікаційне значення. Мова виступає як маркер приналежності до певної культури, соціальної спільноти та національного середовища. Її опанування означає не просто здатність до комунікації, а й символічне визнання себе частиною нового соціуму [5; 34].

Ефективне опанування мови приймаючої країни сприяє зниженню почуття відчуженості та формуванню нових соціальних ролей, що є важливими для відновлення цілісної ідентичності. Особливо помітно це серед молоді та дітей, які природніше входять у нове культурне середовище через навчальні заклади.

Водночас, для дорослих мігрантів, мовна адаптація часто супроводжується труднощами психологічного характеру, таких як: страх помилок, зниження самооцінки, відчуття неповноцінності в порівнянні з носіями мови. Така ситуація може поглиблювати кризу ідентичності, створюючи відчуття відстороненості та маргінальності. Відсутність мовних навичок також значно обмежує соціальну взаємодію, доступ до ресурсів і участь у суспільному житті, що перешкоджає формуванню нового «Я» [5; 34].

Суттєвий внесок у подолання кризи ідентичності у вимушених мігрантів здійснюють інституційні й неформальні форми підтримки. Дослідження Слюсаревського М. М. та Блинової О. Є. показують, що створення умов для соціокультурної адаптації (мовні курси, психологічне консультування, культурні тренінги) не тільки полегшують адаптацію, але й створюють умови для переосмислення власної ролі в суспільстві [30]. Внаслідок чого відбувається трансформація ідентичності - з дефіцитної на ресурсну. У цьому контексті надзвичайно важливу роль відіграють соціальні працівники та фахівці з кризової підтримки, які, як зазначено у збірнику під ред. Кузікової С. Б. та Щербакової І. М., мають не просто інформувати чи допомагати з документами, а надавати підтримку на екзистенційному рівні - допомагати людині знайти нові смисли, відчути себе знову суб'єктом власного життя [21].

Значну роль відіграють також залучення до громадської діяльності. Локальні

громади, волонтерські ініціативи, діаспори, релігійні та культурні об'єднання, саме участь у таких спільнотах відновлює почуття належності та сприяє появі нових соціальних зв'язків і допомагає в подоланні ізоляції. Ці механізми діють як компенсаторний ресурс у ситуаціях, коли формальні інституції не встигають або не мають достатніх можливостей реагувати на всі потреби мігрантів [8; 33]. Аналогічні спостереження зроблені і в німецьких дослідженнях, де соціальна підтримка та участь у спільнотах розглядаються як ключові фактори адаптації [36].

Узагальнюючи, варто відзначити, що криза ідентичності у вимушених мігрантів, постає як результат взаємодії психологічних, соціокультурних і правових чинників, які створюють складний та часто напружений контекст адаптації. Протиріччя між збереженням національної і культурної ідентичності та необхідністю інтеграції у приймаюче суспільство створюють основу для виникнення кризи. Крім зазначених чинників, важливе значення має правовий статус вимушених мігрантів у країні перебування. Наявність чіткого та стабільного правового становища, включно з дозволом на проживання, правом на працю, доступом до соціальних послуг та освіти, позитивно пов'язане з процесами ідентифікації особистості. Але правова невизначеність та зтяжні бюрократичні процедури можуть призводити до зниження почуття безпеки й формування глибокого відчуття нестабільності, що посилює кризу ідентичності [3; 17].

Криза ідентичності у вимушених мігрантів не є статичним або короткотривалим явищем, навпаки - це процес, що має динамічний характер. Він включає періоди загострення, пов'язані з новими етапами адаптації (отримання житла, працевлаштування, зміна статусу), а також можливі фази стабілізації, які супроводжуються відчуттям прогресу та позитивної трансформації. Проте навіть за умови успішної інтеграції, досвід втрати дому, розриву з рідною культурою та емоційної травми, пов'язаної з війною, залишає глибокий слід, що може потребувати тривалої психотерапевтичної підтримки [11; 28].

Загалом, подолання кризи ідентичності у вимушених мігрантів не має універсального сценарію. Це тривалий і складний процес, у якому важливу роль відіграють не лише внутрішні ресурси особистості, а й зовнішні умови: доступ до стабільного правового статусу, соціальної підтримки, мовної інтеграції та

психосоціальних послуг. Успішність адаптації залежить від сукупності факторів, і далеко не завжди супроводжується відчуттям завершеності чи досягнення стабільної ідентичності.

Висновки до першого розділу

1. Теоретичний аналіз показав, що поняття ідентичності має складну багаторівневу природу та охоплює кілька вимірів - особистісний, соціальний, культурний та професійний. Незважаючи на існування класичних підходів до її розуміння, таких як моделі Е. Еріксона та Д. Марсії, у науковій літературі простежується різноманітність трактувань. Ідентичність розглядають як процес формування «Я», як стан або як результат самовизначення.

2. Під час аналізу кризи ідентичності виявлено значну кількість типологій та пояснювальних моделей, що спираються як на етапи вікового розвитку, так і на соціокультурні чинники. Залежно від теорії, виділяють два основні підходи: криза постає або як нормативний етап особистісного розвитку, або як реакція на зовнішні виклики та значні, несподівані життєві зміни. Особливої уваги заслуговує саме другий аспект, оскільки вимушена міграція у зв'язку з військовими діями 2022 року змусила людей швидко змінити середовище, розірвати соціальні зв'язки та адаптуватися до нових умов. Це підкреслює важливість глибокого вивчення кризи ідентичності саме в цих обставинах.

3. Питання кризи ідентичності у мігрантів вже розглядали у своїх роботах українські вчені [5; 6; 30]. Їхні дослідження створюють базову основу для розуміння психологічних механізмів формування «Я» в умовах змін середовища. Разом з тим, ці роботи відображають стан науки минулих років і не враховують нових обставин, пов'язаних із подіями 2022 року. Сучасні дослідження здебільшого зосереджуються на соціальній адаптації вимушених мігрантів, їхніх копінг-стратегіях та психологічному стані, проте питання кризи ідентичності у цих умовах розглядається досить поверхово.

4. Отже, відсутність глибинного аналізу кризи ідентичності у сучасних дослідженнях обумовлює необхідність проведення подальшого емпіричного дослідження. Актуальним є з'ясування особливостей прояву кризи ідентичності у вимушених мігрантів, порівняння їхніх показників із тими, хто залишився в Україні, а також визначення умов та чинників, що пов'язані з інтенсивністю та характером цього процесу.

РОЗДІЛ 2

МЕТОДИЧНЕ ЗАБЕЗПЕЧЕННЯ ДОСЛІДЖЕННЯ КРИЗИ ІДЕНТИЧНОСТІ У ВИМУШЕНИХ МІГРАНТІВ

У другому розділі представлено опис вибірки, організацію проведення дослідження та характеристики досліджуваних груп. А також детально розглянуто використані методики, пояснено їх функцію в дослідженні та обгрунтовано вибір саме цих інструментів для виявлення особливостей кризи ідентичності.

2.1. Опис вибірки та організація проведення дослідження

У дослідженні взяли участь громадяни України, серед яких були як особи, що залишилися проживати на території України після початку повномасштабної війни у 2022 році, так і респонденти, які тимчасово виїхали до Європейських країн у зв'язку з воєнними подіями.

Загальна кількість учасників становила 63 особи. Опитування проводилося онлайн за допомогою Google-форми, що дало можливість охопити респондентів з різних Європейських країн та різних регіонів України.

Для цілей дослідження, респондентів було розподілено на дві групи:

1 група - 36 осіб, вимушені мігранти, які після 2022 року виїхали до країн Європи;

2 група - 27 осіб, що залишилися проживати в Україні після 2022 року.

Такий поділ дозволив здійснити порівняння показників кризи ідентичності між особами, які пережили ситуацію вимушеної міграції, та тими, хто продовжує перебувати в українському соціальному середовищі.

Вік учасників від 25 до 54 років, що свідчить про участь лише дорослих осіб працездатного віку, здатних самостійно приймати життєві та соціальні рішення.

Структура вибірки за статтю у двох групах є близькою за показниками.

У групі вимушених мігрантів жінки становили 83,3%, чоловіки - 16,7%.

У групі респондентів, що залишилися в Україні, жінок було 81,5 %, чоловіків 18,5 %.

Таке співвідношення відповідає ситуації в країні, так як чоловіки призовного віку не можуть залишити територію України і відображають реальну характеристику міграційних процесів, а ті, хто залишився в Україні, більшість знаходиться на службі.

Якщо порівняти рівень зайнятості у двох групах, простежується помітні відмінності.

- серед мігрантів працює 38,9 %, тоді як 61,1% не мають роботи.
- серед учасників, що залишилися в Україні, працюють 77,8%, не працюють 22,2%.

Отже, у групі вимушених мігрантів більше ніж половина респондентів не зайняті професійною діяльністю. Це може бути пов'язано з труднощами інтеграції, мовним бар'єром або юридичним статусом. Подібна ситуація створює умови, за яких посилюється ймовірність формування або загострення кризи професійної та соціальної ідентичності. Натомість серед тих, хто залишився в Україні, переважають працюючі особи, що потенційно може сприяти більшій стабільності професійної ідентичності.

Серед мігрантів, які проживають у Європі, були респонденти з Польщі, Німеччини, Чехії, Італії, Іспанії, Франції, Болгарії, Португалії та інших країн. Для респондентів цієї групи додатково враховувалися такі показники:

Тривалість перебування за кордоном:

- до 6 місяців - 16,7%
- від 6 до 12 місяців - 5,6%
- від 1 до 2 років - 22,2%
- з початку повномасштабного вторгнення (з 2022 р.) - 55,5%

Більшість респондентів перебуває за межами України понад 2 роки. Менше року за кордоном знаходиться близько 20 % учасників, тобто більша частка вибірки вже мала час для формування перших етапів інтеграції в нове соціальне середовище.

Рівень володіння мовою країни проживання:

- Не володіють - 27,8%
- Базово - 38,9%
- Добре - 19,4%

- Вільно - 13,9%

Попри те, що більшість респондентів тривалий час перебуває за кордоном, майже дві третини мають лише базовий рівень або зовсім не володіють мовою. Вільно або добре говорять приблизно третина учасників. Це свідчить про те, що повноцінна інтеграція в мовне середовище для частини мігрантів залишається складністю.

Наявність близьких родичів за кордоном:

- Мають родичів поруч - 41,7%
- Не мають родичів - 58,3%

Більше половини мігрантів не мають поруч близьких родичів, що може ускладнювати процес адаптації, оскільки звужує доступ до звичайної сімейної підтримки.

Окремо учасники суб'єктивно оцінювали рівень підтримки, яку вони відчують у приймаючій країні. Оцінювання здійснювалася за п'ятибальною шкалою (де 1 - мінімальний рівень допомоги, а 5 - максимальна відчутна підтримка).

- 1 бал - 19,4% (респонденти переважно з Італії)
- 2 бали - 19,4% (характерні для Португалії, Чехії)
- 3 бали - 19,4% (серед респондентів з Болгарії, Іспанії та Франції)
- 4 бали - 16,8% (найчастіше фіксуються у Німеччині та Румунії)
- 5 балів - 25% (переважають серед мігрантів у Нідерландах та Німеччині)

Характеристики вибірки демонструють важливі відмінності між двома групами. Респонденти, які залишилися в Україні, мають вищий рівень зайнятості та перебувають у стабільнішому соціальному середовищі. Натомість мігранти частіше стикаються з економічною невизначеністю, мовними труднощами та обмеженою соціальною підтримкою, що визначає специфіку їхніх адаптивних процесів та може позначатися на переживанні кризи ідентичності.

Наведені дані дають змогу комплексно охарактеризувати вибірку та забезпечують можливість подальшого аналізу специфіки переживання кризи ідентичності залежно від умов проживання та міграційного досвіду.

2.2. Опис методик дослідження

Для того, щоб дослідити кризу ідентичності у вимушених мігрантів з України, було обрано 4 психодіагностичні методики, а саме: Методика 20-ти відповідей «Хто я?» (М. Кун, Т. Макпартленд) [19]; шкала позитивних і негативних переживань (SPANЕ) [22]; методика «Особистісна та соціальна ідентичність» (україномовна адаптація - Ревенко С. П.) [27]; шкала задоволеності життям SWLS (Е. Дінер, укр. версія) [32].

При відборі інструментів враховувалася необхідність проаналізувати різні аспекти ідентичності та психологічного стану людей, які пережили міграцію, а також порівняти їх показники з учасниками, що залишилися проживати в Україні.

Основний акцент робився на кількісних методах, оскільки вони дозволяють об'єктивно оцінити динаміку та інтенсивність кризових проявів. Водночас до дослідження була включена одна якісна методика, що допомагає побачити більш глибокі змістові елементи ідентичності та уточнити кількісні результати.

Далі розглянемо кожен методик детальніше:

1) Методика 20-ти відповідей «Хто я?» (М. Кун, Т. Макпартленд)

Методика спрямована на вивчення особливостей ідентичності та того, як людина сприймає й описує себе. Респонденту пропонується дати 20 спонтанних відповідей на запитання «Хто я?», у вільній формі, без обмежень, без довгих роздумів та спроб сформулювати соціально бажані відповіді. Вважається, що перші, інтуїтивні формулювання найбільш точно відображають актуальний образ себе, значущі соціальні ролі, життєві орієнтири та внутрішній стан [19].

У цьому дослідженні методика використана для аналізу особливостей ідентичності вимушених мігрантів та можливих проявів кризи ідентичності, що може виникати в умовах вимушеної зміни соціального середовища, втрати звичних ролей і переосмислення власного місця у новій країні.

З метою забезпечення можливості подальшої математико-статистичної обробки відповіді були класифіковані за двома категоріями:

1. Висловлювання, що вказують на наявність кризи ідентичності (невизначені, надто загальні або відсутні відповіді, такі як: «Не знаю», «Ніхто»,

«Людина» тощо);

2. Висловлювання, що відображають достатньо сформовану ідентичність (такі як: «Українець», «Мати», «Фахівець» тощо).

Кожна відповідь, що належить до першої категорії, оцінювалася в 1 бал, а другої - у 0 балів.

Таким чином, сумарний показник (0-20) відображав ступінь виразності кризи ідентичності: чим вищий показник, тим більша невизначеність у самоідентифікації.

Отримані дані були піддані описові статистиці (середні значення, стандартне відхилення), а також порівняльному аналізу між групами вимушених мігрантів та осіб, що залишилися в Україні із використанням непараметричного критерію Манна-Уїтні (U-тест).

Методика виконувала функцію якісно - кількісного інструменту, що доповнює стандартизовані опитувальники та дозволяє глибше зрозуміти змістові характеристики процесу формування ідентичності в умовах вимушеної міграції.

2) Шкала позитивних і негативних переживань (SPANE)

У дослідженні для оцінки емоційного стану досліджуваних застосовувалася методика SPANE (Scale of Positive and Negative Experience), спрямована на вимірювання частоти емоційних переживань за певний період часу. Методика була адаптована для української вибірки Олефіром В. О., Боснюком В. Ф. та Малофейкіною К. О., що забезпечує її коректність та відповідність українському культурному контексту [22].

SPANE дозволяє оцінити, наскільки часто людина переживала позитивні та негативні емоційні стани протягом останніх 4-ох тижнів. Опитувальник складається з 12 тверджень, шість з яких описують позитивні переживання (SPANE-P), а інші шість - негативні (SPANE-N) [22].

Респондентам пропонувалося оцінити, як часто протягом останніх 4-х тижнів вони відчували кожне з наведених переживань, використовуючи шкалу від 1 («ніколи або майже ніколи») до 5 («завжди або майже завжди»).

До позитивних формулювань належать: позитивно, добре, приємно, щасливим, радісним, натхненним.

До негативних переживань відносяться: негативно, погано, неприємно,

засмученим, наляканим, роздратованим.

Таким чином, учасник фактично оцінює частоту шести позитивних і шести негативних емоційних станів, що дозволяє сформувати цілісну картину його емоційного фону. За отриманими відповідями розраховуються окремі індекси позитивних емоцій (SPANE-P), негативних (SPANE-N), а також підсумковий показник емоційного балансу (SPANE-B), який отримується шляхом віднімання негативних переживань від позитивних. Вищі значення свідчать про більш сприятливий емоційний стан [22].

У межах нашого дослідження ця шкала використовувалася для оцінки емоційного фону вимушених мігрантів з України та осіб, що залишилися в Україні, з метою виявлення особливостей емоційної реакції на вимушену зміну середовища, адаптаційні труднощі та можливі маркери емоційного виснаження або ресурсності. Враховуючи, що дослідження ідентичності пов'язане не лише з когнітивними процесами, а й з емоційним переживанням, SPANE дозволила отримати додатковий важливий зріз щодо психологічного стану учасників і зрозуміти, наскільки переживання вимушеної міграції пов'язане з їхнім емоційним благополуччям.

3) Методика «Особистісна та соціальна ідентичність» (україномовна адаптація - Ревенко С. П.)

Для дослідження структури і особливостей ідентичності у респондентів, була використана методика «Особистісна та соціальна ідентичність». Опитувальник дозволяє оцінити, наскільки людина ототожнює себе з основними життєвими сферами, а також визначити рівень сформованості та цілісності її ідентичності [27].

Методика охоплює вісім ключових сфер самототожності, кожна з яких відображає певний аспект життя:

1. служба/робота;
2. матеріальне становище;
3. внутрішній світ;
4. здоров'я;
5. сім'я;
6. взаємини з оточенням;
7. майбутнє;

8. «Я і суспільство».

Кожній сфері відповідає 12 тверджень, отже загалом опитувальник містить 96 пунктів. Респондент має відповісти «так/ні» щодо кожного твердження. Позитивна відповідь оцінюється в 1 бал, негативна - у 0 балів. Сукупність відповідей відображає рівень і стабільність ідентичності у кожній сфері, а також загальний рівень самоприйняття та включеності у соціальні контексти [27].

У нашому дослідженні ця методика дозволила простежити, які саме сфери ідентичності є найбільш збереженими або вразливими у вимушених мігрантів, а також порівняти їх профіль ідентичності з учасниками, що залишилися в Україні. Особливу увагу приділялося таким сферам, як почуття майбутнього, зв'язок із суспільством, сімейні й соціальні ролі - адже саме вони потенційно найбільше піддаються трансформації під час міграційної кризи та адаптації в новому середовищі.

Обробка даних проводилася відповідно до ключа, де бали підраховуються окремо за кожною сферою, що дозволяє побудувати індивідуальний профіль ідентичності. Подальший аналіз здійснювався шляхом порівняння показників між групами та виявлення специфічних патернів, притаманних учасникам, які належать до групи вимушених мігрантів.

4) Методика «Шкала задоволеності життям» (SWLS, E. Diener)

Для оцінки загального рівня суб'єктивного благополуччя респондентів у дослідженні використовувалася Шкала задоволеності життям (Satisfaction with Life Scale, SWLS), розроблена Е. Дінером та співавторами. Даний інструмент дозволяє виміряти когнітивний компонент суб'єктивного благополуччя - тобто загальну оцінку людиною власного життя, міру задоволеності його перебігом і досягнутими результатами [32].

На відміну від емоційних шкал, SWLS не досліджує тимчасові переживання, а відображає загальне ставлення особистості до свого життя в цілому. Це робить її особливо корисною для вивчення якості життя в умовах значних життєвих змін, до яких належить і досвід вимушеної міграції. У поєднанні з методиками, спрямованими на вивчення ідентичності та емоційного стану, SWLS допомагає комплексно простежити: як трансформується життєве задоволення у мігрантів, чи

пов'язана цілісність ідентичності з оцінкою життєвого шляху та як суб'єктивне благополуччя співвідноситься з адаптивними ресурсами особистості [32].

Методика складається з 5 тверджень, з якими респондент оцінює ступінь своєї згоди за 7-бальною шкалою:

від 1 - «цілком не згоден/не згодна» до 7 - «повністю згоден/згодна».

Твердження шкали SWLS:

1. В основному моє життя близько до ідеалу.
2. Обставини мого життя виключно сприятливі.
3. Я повністю задоволений своїм життям.
4. У мене є в житті те, що мені по-справжньому потрібно.
5. Якщо я почав життя з початку - залишив би як є.

Сума балів інтерпретується як показник загального рівня задоволеності життям: чим вищий підсумковий результат, тим більш позитивно людина оцінює свій життєвий шлях та його перспективи [32].

Висновки до другого розділу

1. Для проведення емпіричного дослідження, спрямованого на вивчення психологічних аспектів кризи ідентичності у вимушених мігрантів, була створена Google - форма, що дозволила збирати дані онлайн серед учасників у різних країнах Європи: Польщі, Німеччині, Чехії, Італії, Болгарії, Португалії тощо.

2. Загальна кількість респондентів становила 63 особи, віком від 25 - 54 років. Основну групу склали - 36 вимушених мігрантів. До другої групи увійшли - 27 осіб, що залишилися проживати на території України. У вибірці за двома групами переважали жінки - близько 82% від загальної кількості респондентів. Це відображає реальну тенденцію міграційних процесів, адже чоловіки відповідного віку обмежені у можливості виїзду за межі України. Крім того, між групами простежувалися відмінності за рівнем зайнятості, у вимушених мігрантів частіше спостерігалася труднощі працевлаштування. Додатково у групі мігрантів відмічено низький рівень мовної інтеграції та обмежені соціальні зв'язки, що може посилювати ризики

виникнення кризи ідентичності.

3. Для дослідження було використано 4 психодіагностичні методики, які у сукупності дозволили оцінити феномен кризи ідентичності, а також загальний психологічний стан учасників. Методика 20-ти відповідей «Хто я?» дала можливість провести аналіз змісту самовизначень респондентів, а також відокремити прояви позитивної та негативної ідентичності. Методика «Особистісна та соціальна ідентичність» дозволила дослідити структурні компоненти ідентичності у різних життєвих сферах. Зокрема у професійній, сімейній, соціальній, а також визначити рівень їх сформованості. Шкала задоволеності життям дала змогу оцінити загальне суб'єктивне сприйняття життя респондентів та його зв'язок з із відчуттям стабільності й самоідентифікації. Додатково використано шкалу позитивних і негативних переживань, що дозволило оцінити афективний баланс учасників та глибше зрозуміти емоційні аспекти кризи ідентичності.

4. Поєднання кількісних і якісних підходів забезпечило глибше розуміння процесів, що лежать в основі кризи ідентичності. Отримані показники відображають не лише когнітивні чи емоційні характеристики, але є соціально-психологічні чинники, пов'язані із самовизначенням особистості у контексті вимушеної міграції.

5. На основі обраних інструментів та отриманих даних створено міцну методологічну основу, яка дозволяє перейти до наступного розділу - статистичного аналізу результатів та порівняння показників між групами.

РОЗДІЛ 3

ЕМПІРИЧНЕ ДОСЛІДЖЕННЯ ПСИХОЛОГІЧНИХ АСПЕКТІВ КРИЗИ ІДЕНТИЧНОСТІ У ВИМУШЕНИХ МІГРАНТІВ З УКРАЇНИ В КРАЇНАХ ЄВРОПИ

3.1. Визначення нормальності розподілу показників кризи ідентичності досліджуваних

Застосовуючи одновибірковий критерій Колмогорова-Смирнова, проведено аналіз даних досліджуваних шкал на відповідність закону нормального розподілу. Ця процедура необхідна для визначення подальших методів статистичної обробки даних. Результати перевірки представлено у таблиці 3.1.

Таблиця 3.1

Результати перевірки даних досліджуваних шкал на предмет їхньої відповідності закону нормального розподілу

Шкала	Екстремальні розбіжності		Статистика критерію	p (2-сторон.)	Розподіл
	Додатні	Від'ємні			
Позитивні переживання	,080	-,079	,080	,200	Нормальний
Негативні переживання	,078	-,081	,081	,200	Нормальний
Баланс афектів	,050	-,042	,050	,200	Нормальний
Задоволеність життям	,067	-,054	,067	,200	Нормальний
Криза ідентичності	,113	-,068	,113	,046	Не нормальний
Робота	,108	-,125	,125	,016	Не нормальний
Матеріальне становище	,104	-,129	,129	,011	Не нормальний
Внутрішній світ	,075	-,142	,142	,003	Не нормальний
Здоров'я	,104	-,121	,121	,024	Не нормальний
Сім'я	,130	-,170	,170	,000	Не нормальний
Стосунки з оточенням	,114	-,196	,196	,000	Не нормальний
Майбутнє	,140	-,193	,193	,000	Не нормальний
Моє суспільство	,112	-,087	,112	,049	Не нормальний

З наведених у таблиці 3.1 результатів ми бачимо, що р-показник, який відображує достовірність відмінності емпіричного розподілу від нормального, перевищує критичне значення 0,05 лише за шкалами: позитивні переживання, негативні переживання, баланс афектів та задоволеність життям, отже, розподіл даних за цими шкалами слід вважати нормальним. Решта шкал не отримали нормального розподілу.

Таким чином, цілком правомірним для порівняння груп мігрантів та осіб, що лишилися в Україні, за Шкалою позитивних і негативних переживань та Шкалою задоволеності життям буде використання параметричного методу, тобто, Т-критерію Стьюдента. Натомість, порівняння за показником: криза ідентичності, яку ми вимірювали за методикою «Хто Я?» та показником методики «Особистісна та соціальна ідентичність» має здійснюватися із застосуванням непараметричного критерію Манна-Уїтні. Щодо кореляційного аналізу, оскільки в ньому передбачено залучення і тих шкал, що мають нормальний розподіл, і тих, що його не мають, ми маємо застосовувати тільки непараметричний метод - метод Спірмена.

Отже, далі буде наведено безпосередній змістовний аналіз отриманих даних.

3.2. Аналіз описових статистик щодо показників кризи ідентичності досліджуваних

3.2.1. Аналіз описових статистик даних, отриманих за допомогою Шкали позитивних і негативних переживань

Проаналізуємо міру виразності позитивних та негативних переживань, а також балансу афектів, досліджуючи описові статистики, що були отримані по групах мігрантів та осіб, що лишилися в Україні, за допомогою Шкали позитивних і негативних переживань. Дані по виборці мігрантів представлено у таблиці 3.2.

**Описові статистики показників Шкали позитивних і негативних переживань
по групі мігрантів**

	Мін.	Макс.	Середнє	Сер-кв. відх.
Позитивні переживання	8	30	20,1	5,7
Негативні переживання	6	26	16,3	5,9
Баланс афектів	-14	24	3,8	10,9

Отримані дані по виборці мігрантів засвідчують незначне переважання позитивних переживань над негативними, що видно як зі співвідношення середніх значень цих двох шкал, так і з огляду на знак показника балансу афектів.

Отримані дані свідчать про збереження у вимушених мігрантів певного емоційного балансу, який, попри стресові події, залишається дещо зміщеним у позитивний бік. Такий феномен може відображати активні механізми психологічної адаптації до нових умов життя, що включають пошук сенсу у пережитому досвіді, переорієнтацію життєвих цілей, а також спроби інтегрувати травматичний досвід у власну життєву історію. Незначне переважання позитивних переживань може бути пов'язане із мобілізацією внутрішніх ресурсів особистості, необхідних для подолання складних життєвих обставин, а також із феноменом «посттравматичного зростання», коли після сильних стресових подій у людини виникає нове усвідомлення цінності життя, значущості міжособистісних стосунків та власних можливостей. У вимушених мігрантів це може проявлятися у прагненні до стабільності, відчутті вдячності за збережене життя та безпеку, а також у відновленні контролю над власним життям через планування майбутнього в новому середовищі. Певна збалансованість емоційного стану може також бути результатом ефекту порівняння: переживши екстремальні події війни, індивіди схильні сприймати навіть мінімальне покращення життєвих умов як значуще досягнення, що посилює позитивний афект. Водночас, присутність негативних переживань вказує на те, що процес адаптації триває, а минулий травматичний досвід продовжує позначатися на емоційному фоні, формуючи ситуаційні коливання настрою, тривожність чи відчуття

втрати.

Поглянемо на описові статистики показників Шкали позитивних і негативних переживань по групі осіб, що не виїхали з України (таблиця 3.3).

Таблиця 3.3

Описові статистики показників Шкали позитивних і негативних переживань по групі осіб, що не виїхали з України

	Мін.	Макс.	Середнє	Сер-кв. відх.
Позитивні переживання	13	27	20,8	4,0
Негативні переживання	8	26	16,7	4,4
Баланс афектів	-11	19	4,1	7,3

Як видно з отриманих даних, особи, що лишилися в Україні, демонструють тенденції, подібні до тих, що були виявлені при аналізі результатів по групі мігрантів, тут також наявні незначні переважання позитивних переживань над негативними.

Збереження незначної переваги позитивних емоцій над негативними серед осіб, що переживають воєнні події безпосередньо в Україні, може свідчити про стійкість та адаптивність психіки в умовах хронічного стресу. Такий результат можна розглядати як прояв психологічної життестійкості, що забезпечується за рахунок сформованих стратегій подолання, підтримувальних соціальних зв'язків та колективних форм емоційного реагування. Для цієї категорії респондентів характерним є відчуття спільності, взаємопідтримки та приналежності до соціуму, що виступають значущими буферами негативного афекту. Позитивні емоції можуть бути пов'язані з переживанням патріотичних почуттів, солідарності, а також із переживанням власної суб'єктності - участю у волонтерських ініціативах, підтримкою інших, допомогою військовим або переселенцям. Подібні дії сприяють формуванню почуття сенсу та контролю над ситуацією, що є важливими чинниками підтримання позитивного емоційного тону. Водночас наявність негативних переживань відображає тривалу дію воєнних загроз, невизначеність майбутнього та емоційне виснаження, спричинене постійними втратами та інформаційним

перевантаженням. Емоційний баланс у такому випадку може розглядатися як прояв динамічної рівноваги між травматичними подіями й активізацією внутрішніх ресурсів, коли позитивний афект стає не наслідком зовнішнього благополуччя, а скоріше психологічним засобом підтримання функціонування особистості в умовах нестабільності.

Таким чином, для обох груп незначне переважання позитивних емоцій може бути розцінене як прояв емоційної адаптивності, коли людина, стикаючись із критичними життєвими обставинами, не втрачає здатності переживати позитивні почуття, що забезпечують збереження психічної рівноваги та потенціалу до подальшого відновлення.

3.2.2. Аналіз описових статистик даних, отриманих за допомогою Шкали задоволеності життям

Поглянемо на описові статистики, отримані за допомогою Шкали задоволеності життям, щоб визначити міру виразності даного показника по групі мігрантів (таблиця 3.4).

Таблиця 3.4

Описові статистики показника Шкали задоволеності життям по групі мігрантів

	Мін.	Макс.	Середнє	Сер-кв. відх.
Задоволеність життям	11	35	21,5	6,0

Співставляючи загально-вибіркове середнє значення показника задоволеності життям з тестовими нормами, ми бачимо, що воно вказує на відповідність рівню «майже задоволений життям», тобто, рівню, трохи вищому за невизначене ставлення (вищому за рівень, що відображає врівноваженість задоволеності та незадоволеності).

Отримані показники задоволеності життям серед вимушених мігрантів свідчать про збереження відносно стабільного, хоча й не високого, рівня суб'єктивного благополуччя. Це може бути наслідком того, що, попри численні втрати та розрив соціальних зв'язків, частина осіб змогла адаптуватися до нових

умов, віднайти ресурси для побудови нового життєвого середовища та сформувати базове відчуття безпеки. Вимушена міграція часто супроводжується почуттям втрати дому, професійної ідентичності, звичних контактів, однак поступове відновлення соціальних і особистісних орієнтирів створює передумови для формування відносно нейтрального або помірно позитивного ставлення до власного життя. Помірна задоволеність може бути зумовлена зміщенням акцентів у життєвих цінностях. У ситуації війни та міграції на перший план виходять базові екзистенційні критерії - безпека, стабільність, здоров'я, можливість забезпечити сім'ю та мати перспективу. У цьому контексті навіть обмежене благополуччя сприймається як достатній рівень задоволеності, особливо в порівнянні з попереднім періодом невизначеності та загрози. Крім того, певна «майже задоволеність» може відображати процес тривалої адаптації, коли люди ще не до кінця інтегрувалися в нове соціокультурне середовище, але вже відчують поступове відновлення контролю над власним життям. Такий стан можна трактувати як проміжний етап між кризовим реагуванням і стабілізованою життєвою задоволеністю, коли емоційна рівновага ще вразлива, але вже не визначається виключно негативними чинниками минулого досвіду.

Поглянемо на результати діагностики задоволеності життям, отримані по групі осіб, що лишилися в Україні (таблиця 3.5).

Таблиця 3.5

Описові статистики показника Шкали задоволеності життям по групі осіб, що не виїхали з України

	Мін.	Макс.	Середнє	Сер-кв. відх.
Задоволеність життям	14	30	22,4	4,2

Як ми можемо бачити, з точки зору рівня виразності, показник задоволеності життям по групі осіб, що лишилися в Україні, є ідентичним до того, що був виявлений у мігрантів, тобто, відповідним рівню «майже задоволений життям».

Рівень задоволеності життям осіб, що залишилися в Україні під час війни, можна розглядати як показник відносної психологічної стабільності попри постійну дію стресогенних факторів. Такий результат вказує на наявність адаптивних

механізмів, які допомагають зберігати внутрішню рівновагу навіть у складних і непередбачуваних умовах. Для багатьох людей у цій групі задоволеність життям може мати не стільки матеріальний чи зовнішній вимір, скільки екзистенційно-смысловий. Таким чином, задоволеність формується на основі відчуття причетності, участі у важливих суспільних процесах, реалізації громадянського чи професійного обов'язку. Такі внутрішні джерела підтримують відносну позитивність загальної оцінки життя, навіть якщо об'єктивні умови залишаються складними. Крім того, в умовах воєнного стану люди часто переосмислюють критерії життєвого задоволення, коли звичні очікування змінюються на більш реалістичні, і саме факт збереження життя, близьких, можливість діяти, працювати або допомагати іншим набувають вирішального значення для суб'єктивного благополуччя. Таким чином, невисокий, але стабільний рівень задоволеності життям може відображати внутрішню мобілізацію, відчуття сенсу власного існування та готовність приймати поточну реальність без надмірного емоційного коливання між оптимізмом і песимізмом. Це свідчить про формування стійкого психологічного стану, який дозволяє підтримувати функціонування особистості в умовах тривалих соціальних і політичних потрясінь.

Загалом подібні результати демонструють, що обидві категорії людей, попри різний життєвий контекст, зберігають базову здатність до суб'єктивного прийняття власного життя як достатньо задовільного, що може розглядатися як свідчення наявності внутрішніх адаптаційних ресурсів, спрямованих на підтримання психологічної рівноваги в умовах війни.

3.2.3. Аналіз описових статистик даних, отриманих за допомогою методики «Хто Я?»

При обробці результатів якісної методики «Хто я?» з метою отримання можливості їхньої математико-статистичної обробки відповіді були класифіковані за двома категоріями: 1) ті, що вказують на наявність кризи ідентичності (наприклад, коли досліджувані відповідали на питання «Хто я?» висловами на кшталт «Не знаю», «Важко сказати», «Ніхто»); або занадто узагальненими відповідями, які не

характеризують більш-менш визначену ідентичність - «Людина», «Чоловік», «Жінка»; або взагалі не надавалося відповіді); 2) ті, що вказують на достатньо визначену ідентичність («Українець», «Батько своїх дітей», «Фахівець-програміст» тощо). У випадку віднесення до першої категорії відповідь оцінювалася в один бал; за потрапляння у другу категорію бали не нараховувалися. Отже, сумарний показник за 20 пунктами сумарно і складав інтегральний показник, що відображує виразність кризи ідентичності.

Поглянемо на описові статистики, отримані на основі застосування методики «Хто я?» по групі мігрантів (таблиця 3.6).

Таблиця 3.6

Описові статистики показника методики «Хто я?» по групі мігрантів

	Мін.	Макс.	Середнє	Сер.-кв. відх.
Криза ідентичності (Хто я)	0	16	5,5	3,7

Оскільки обрана нами процедура кількісного обчислення даних не передбачає наявності тестових норм, в ході аналізу описових статистик ми маємо спиратися на віддаленість емпіричних даних від можливих мінімального та максимального значень.

То ж, як ми бачимо, по групі мігрантів загальновибіркоче середнє значення виразності кризи ідентичності знаходиться на межі між першою та другою чвертями максимального діапазону, з чого ми можемо робити висновок про наявність певних ознак щодо проблем з ідентичністю, проте ці ознаки не є надто виразними та такими, що значною мірою пригнічують ідентичність даних осіб.

Отримані показники за методикою «Хто я?» у групі вимушених мігрантів свідчать про наявність певного ступеня кризи ідентичності, що, однак, не набуває деструктивного чи тотального характеру. Такий результат є цілком закономірним у контексті досвіду вимушеної міграції, який передбачає втрату стабільного соціального середовища, розрив із звичними ролями та потребу переосмислення власного місця у світі. Переселення до іншої країни нерідко супроводжується тимчасовою дезорієнтацією у системі самоідентифікацій: змінюються соціальні

статуси, рольові позиції, відчуття приналежності до спільноти, що може зумовлювати внутрішнє відчуття невизначеності або «розмитості» власного «Я». Разом із тим, помірна виразність кризи ідентичності свідчить про те, що для більшості учасників ця дезорієнтація має адаптаційний, а не руйнівний характер. Можна припустити, що частина респондентів перебуває у процесі реконструкції своєї ідентичності - переходу від колишніх соціальних ролей і цінностей до нових, актуальних у змінених умовах життя. Вимушені мігранти, які опинилися в новому культурному середовищі, мають потребу узгодити власну національну, професійну та особистісну ідентичності з новими соціальними контекстами, що може зумовлювати перехідний стан між визначеністю та сумнівами у самовизначенні. Водночас факт відсутності різко виражених кризових проявів може свідчити про відносну цілісність базової ідентичності - наприклад, національної чи родинної - яка залишається психологічною опорою в умовах змін. Такий результат дозволяє припустити, що у більшості вимушених мігрантів процес переосмислення власного «Я» розгортається у межах нормативного адаптаційного реагування, яке, попри тимчасові коливання, не призводить до глибокої ідентифікаційної дезінтеграції.

Далі поглянемо на описові статистики, отримані на основі застосування методики «Хто я?» по групі осіб, що не виїхали з України (таблиця 3.7).

Таблиця 3.7

«Особистісна та соціальна ідентичність» «Хто я?» по групі осіб, що не виїхали з України

	Мін.	Макс.	Середнє	Сер.-кв. відх.
Криза ідентичності (Хто я)	1	10	4,7	2,6

Як видно з таблиці 3.7, по групі осіб, що не виїхали з України спостерігається результат, схожий до того, що був отриманий по виборці мігрантів, так як він знаходиться на межі між першою та другою чвертями максимального діапазону. Отже, знову-таки, ми можемо говорити про наявність певних ознак щодо проблем з ідентичністю, проте ці ознаки не є надто виразними та такими, що значною мірою пригнічують ідентичність даних осіб.

Виявлений рівень виразності кризи ідентичності серед осіб, що залишилися в Україні під час війни, свідчить про наявність окремих, проте не критичних ознак внутрішнього пошуку та переоцінки власного «Я». Це може бути пов'язано із глибокими соціальними змінами, які зумовлюють потребу осмислення свого місця у воєнній реальності, перегляду життєвих пріоритетів та цінностей. Для значної частини населення війна стає чинником не лише зовнішньої нестабільності, а й внутрішнього самопізнання, оскільки змінюються смислові орієнтири, життєві ролі, а також морально-етичні критерії самооцінки. Помірна виразність кризи ідентичності може відображати цей процес активного переосмислення, який є типовим для суспільства, що переживає колективну травму та водночас мобілізується на опір і виживання. Такі зміни часто супроводжуються внутрішніми коливаннями між минулим і майбутнім образом себе: людина може відчувати непевність у власній ролі, але водночас прагнення до нової визначеності. В умовах війни традиційні ідентифікації (професійна, соціальна, громадянська) зазнають трансформації, а деякі тимчасово втрачають актуальність, що й пояснює появу окремих проявів ідентифікаційного дискомфорту. Проте той факт, що рівень кризи не сягає високих показників, свідчить про функціонування стабілізуючих чинників - таких як збереження почуття національної належності, спільності досвіду та ціннісної єдності з оточенням. Це дозволяє розглядати результати не як свідчення руйнування ідентичності, а радше як її оновлення - процес, у якому відбувається поступова інтеграція нових значень і ролей у структуру «Я», що формується у контексті соціально-політичних реалій.

Таким чином, у межах обох досліджуваних груп простежується тенденція до часткового, але керованого переосмислення власної ідентичності, що відображає нормальну адаптаційну динаміку особистості в умовах глибоких соціальних змін та невизначеності.

3.2.4. Аналіз описових статистик даних, отриманих за допомогою методики «Особистісна та соціальна ідентичність»

Оскільки методика «Особистісна та соціальна ідентичність» є іпсативною, в ній оцінюється не сама міра виразності її показників, а особливості профілю, який вони утворюють. Отже, в ході аналізу описових статистик, отриманих за допомогою зазначеного психодіагностичного інструменту, ми виділимо шкали, що є найбільше і найменше представленими відносно одна одної. Описові статистики отримані на основі методики «Особистісна та соціальна ідентичність», представлено у таблиці 3.8.

Таблиця 3.8

Описові статистики показника методики «Особистісна та соціальна ідентичність» по групі мігрантів

	Мін.	Макс.	Середнє	Сер.-кв. відх.
Робота	0	12	7,2	3,6
Матеріальне становище	2	12	7,5	2,3
Внутрішній світ	3	12	8,1	2,4
Здоров'я	1	12	6,8	2,8
Сім'я	3	12	9,2	2,2
Стосунки з оточенням	4	12	9,5	2,0
Майбутнє	1	12	8,8	2,8
Моє суспільство	2	12	6,7	2,3

Як ми можемо бачити з отриманих даних, по групі мігрантів найбільш позитивну виразність мають такі показники, як Стосунки з оточенням, Сім'я та Майбутнє; найменш позитивними виявилися: Моє суспільство (повна назва - «Я і суспільство, в якому живу», - тобто, міра прийняття суспільства та визначення власного місця у ньому), Здоров'я та Робота.

Отримані результати свідчать про те, що у вимушених мігрантів найбільш

позитивно вираженими є ті сфери ідентичності, які пов'язані з міжособистісними контактами, родинними зв'язками та орієнтацією на майбутнє. Таке співвідношення показників може відображати процес психологічного переорієнтування особистості після вимушеного переселення: у ситуації втрати звичних соціальних і професійних ролей, а також матеріальних орієнтирів, людина починає шукати стабільність у сферах, що залишаються найбільш емоційно значущими і здатними забезпечити почуття належності й сенсу. Позитивна ідентифікація через сім'ю та міжособистісні стосунки свідчить про те, що соціально-емоційна підтримка стає ключовим ресурсом адаптації в умовах міграції. Збереження важливості сімейних зв'язків, навіть у новому середовищі, допомагає особистості підтримувати відчуття власної безперервності та цілісності. Підвищена значущість майбутнього може бути вираженням мотивації до відновлення життєвої стабільності, надії на краще становище й прагнення побудувати нову життєву перспективу.

Водночас нижчі показники у сферах, що стосуються суспільства, здоров'я та роботи, можуть відображати труднощі соціальної інтеграції та відчуття дистанції між собою та новим соціокультурним контекстом. Обмежені можливості професійної реалізації, невпевненість у статусі на ринку праці, а також потреба пристосування до інших соціальних норм і культурних моделей можуть знижувати рівень позитивного самосприйняття у сфері трудової ідентичності. Зниження оцінки здоров'я може бути пов'язане із хронічною напругою, втомою, пережитими травматичними подіями чи зниженням доступу до звичної медичної допомоги. Найменш виражена позитивність у ставленні до суспільства може бути обумовлена як почуттям «тимчасовості» перебування у новому середовищі, так і певним емоційним відчуженням - біженці часто переживають невизначеність щодо власного статусу, можливостей інтеграції та прийняття їх оточенням. Таким чином, профіль ідентичності вимушених мігрантів демонструє збереження особистісної та емоційної цілісності через близькі стосунки та надію на майбутнє, при одночасному ослабленні соціально-професійних і громадянських складників, що перебувають у процесі поступового відновлення.

Поглянемо далі на результати, отримані по групі осіб, що лишилися в Україні (таблиця 3.9).

Описові статистики показника методики «Особистісна та соціальна ідентичність» по групі осіб, що лишилися в Україні.

	Мін.	Макс.	Середнє	Сер.-кв. відх.
Робота	1	12	8,3	3,3
Матеріальне становище	3	11	7,7	2,2
Внутрішній світ	3	12	8,6	2,2
Здоров'я	1	12	7,1	3,0
Сім'я	4	12	9,6	2,5
Стосунки з оточенням	4	12	9,8	2,0
Майбутнє	2	12	9,3	2,7
Моє суспільство	2	12	7,2	2,8

Як видно з отриманих даних, для групи осіб, що лишилися в Україні, найбільш позитивну виразність мають такі показники, як Стосунки з оточенням, Сім'я та Майбутнє, тобто так само, як і по групі мігрантів. Найменш позитивними виявилися: Матеріальне становище, Моє суспільство та Здоров'я.

Профіль ідентичності осіб, які залишилися в Україні, характеризується підвищеною виразністю тих сфер, що забезпечують особистісну емоційну стабільність - стосунків із близьким оточенням, сімейних зв'язків та уявлень про майбутнє. Це свідчить про те, що в умовах воєнного часу головною психологічною опорою для багатьох людей стають міжособистісні відносини, почуття єдності та взаємної підтримки. Саме соціально-емоційна близькість і належність до сімейної чи дружньої спільноти допомагають підтримувати відчуття безпеки й сенсу в ситуації постійної загрози. Орієнтація на майбутнє, навіть попри невизначеність, може інтерпретуватися як прояв внутрішньої життєстійкості, прагнення зберегти віру в можливість позитивних змін, що виступає важливою умовою психологічного виживання в кризових умовах.

Менш виражена позитивність у сферах матеріального становища, ставлення

до суспільства та здоров'я відображає об'єктивні труднощі, пов'язані з воєнною реальністю. Погіршення економічних умов, втрата роботи або зниження фінансової стабільності закономірно зумовлюють зниження позитивної самоідентифікації в матеріальній сфері. Менше прийняття суспільства може бути пов'язане з розчаруванням у соціальних інститутах, відчуттям неефективності державних структур або браком справедливості, що породжує амбівалентне ставлення до соціальної системи. Низький показник у сфері здоров'я, своєю чергою, може бути наслідком хронічного стресу, тривожності та фізичного виснаження, що супроводжують тривалий воєнний стан. Водночас відносна стабільність сфер, пов'язаних із родиною, спілкуванням і майбутнім, свідчить про наявність компенсаторних механізмів: втрата зовнішніх ресурсів частково врівноважується внутрішніми, соціально-емоційними й смисловими опорами.

Таким чином, профіль ідентичності осіб, які залишаються в умовах війни, демонструє переорієнтацію з матеріально-професійних на емоційно-соціальні сфери, що стають головним джерелом стабільності та самоідентифікації в умовах суспільної нестабільності.

3.3. Порівняльний аналіз показників кризи ідентичності між групами мігрантів та осіб, що залишилися в Україні

З метою визначення особливостей показників кризи ідентичності мігрантів та осіб, що лишилися в Україні, нами був проведений порівняльний аналіз зазначених груп із застосуванням Т-критерію (для показників Шкали позитивних та негативних переживань і Шкали задоволеності життям) та критерію Манна-Уїтні (для показників методик «Хто я?» та «Особистісна та соціальна ідентичність»).

Отже, результати порівняльного аналізу показників Шкали позитивних та негативних переживань за допомогою Т-критерію Стьюдента представлено у таблиці 3.10.

Таблиця 3.10

Результати порівняльного аналізу показників Шкали позитивних та негативних переживань між групами мігрантів та осіб, що лишилися в Україні

		Критерій рівності дисперсій Левіна		Т-критерій для рівності середніх		
		F	p	t	ст.св.	p
Позитивні переживання	Для рівних дисперсій	3,472	,067	-,568	61	,572
	Для нерівних дисперсій			-,603	60,995	,549
Негативні переживання	Для рівних дисперсій	3,901	,053	-,319	61	,751
	Для нерівних дисперсій			-,336	60,822	,738
Баланс афектів	Для рівних дисперсій	5,398	,024	-,125	61	,901
	Для нерівних дисперсій			-,133	60,908	,895

Як видно з таблиці 3.10, достовірних відмінностей між групами мігрантів та осіб, що лишилися в Україні, не встановлено ані за показником позитивних переживань, ані за показником негативних переживань, ані за показником балансу афектів.

Відсутність статистично достовірних відмінностей у показниках емоційних переживань між вимушеними мігрантами та особами, які залишилися в Україні, може свідчити про подібний рівень емоційної адаптації обох груп до екстремальної ситуації війни. Тобто, незалежно від життєвих обставин - чи то перебування в умовах воєнних дій, чи то вимушена еміграція - психоемоційні реакції мають спільний характер, що визначається колективним досвідом, ціннісною єдністю та спільною національною ідентичністю. Обидві групи демонструють збереження балансу між позитивними та негативними емоційними станами, що може відображати високий рівень психологічної стійкості, пов'язаної із національною згуртованістю та соціальною підтримкою. Цей результат свідчить, що війна, попри свою руйнівну природу, активізувала в українському суспільстві адаптаційні механізми колективного виживання: почуття єдності, готовність допомагати, взаємну емпатію, а також здатність шукати смисл навіть у складних обставинах. Таким чином, емоційна сфера респондентів характеризується не емоційною виснаженістю,

а скоріше стабілізованим, хоч і напруженим станом, у якому переважають конструктивні форми переживання над деструктивними.

Далі поглянемо на результати порівняльного аналізу показника Шкали задоволеності життям, здійсненого за допомогою Т-критерію Стьюдента (таблиця 3.11).

Таблиця 3.11

Результати порівняльного аналізу показника Шкали задоволеності життям між групами мігрантів та осіб, що лишилися в Україні

		Критерій рівності дисперсій Левіна		Т-критерій для рівності середніх		
		F	p	t	ст.св.	p
Задоволеність життям	Для рівних дисперсій	3,906	,053	-,636	61	,527
	Для нерівних дисперсій			-,677	60,998	,501

Як ми можемо бачити з таблиці 3.11, достовірних відмінностей у виразності задоволеності життям між групами мігрантів та осіб, що лишилися в Україні, не виявлено.

Той факт, що задоволеність життям не має суттєвих розбіжностей між двома групами, може свідчити про спільні психологічні тенденції у переживанні життєвої ситуації, які не залежать від територіального статусу. Це може бути пояснено тим, що як вимушені мігранти, так і ті, хто залишився в Україні, переосмислили самі критерії життєвого благополуччя. На перший план виходять базові аспекти - безпека, цілісність сім'ї, здоров'я, можливість підтримувати контакт із близькими та відчуття причетності до спільної боротьби. У контексті війни саме ці елементи набувають визначального значення, витісняючи традиційні показники добробуту - наприклад, професійна реалізація чи матеріальна забезпеченість. Відсутність різниці між групами також може свідчити про формування своєрідної «нормалізації» стану життя в умовах кризи, коли люди звикають до нової реальності та починають оцінювати своє життя не через зовнішні стандарти, а через внутрішнє відчуття сенсу й стійкості. Задоволеність життям у цьому контексті набуває змісту не як ознака

зовнішнього комфорту, а як показник здатності підтримувати внутрішню рівновагу, приймати реальність і зберігати надію.

Тепер розглянемо результати порівняльного аналізу показника методики «Хто я?», здійсненого за допомогою критерію Манна-Уїтні (таблиця 3.12).

Таблиця 3.12

Результати порівняльного аналізу показника методики «Хто я?» між групами мігрантів та осіб, що лишилися в Україні

	Категорія	Срд. ранг	Сума рангів	U Манна-Уїтні	W Вілкоксона	Z	p
Криза ідентичності (Хто я)	Мігр.	33,27	1231,0	434,000	785,000	-,660	,509
	Укр.	30,19	785,0				

Отримані результати показують, що між групами мігрантів та осіб, що лишилися в Україні, немає статистично значущих відмінностей у виразності ознак кризи ідентичності.

Відсутність статистично значущих розбіжностей у показниках кризи ідентичності можуть свідчити про те, що обидві групи демонструють схожі тенденції у збереженні цілісності особистісного «Я». Незважаючи на те, що мігранти пережили зміну соціального середовища, а ті, хто залишився, постійні воєнні загрози, рівень визначеності особистісної ідентичності у них залишається близьким. Це може бути пов'язано з тим, що обидві групи включені в єдиний культурно-національний контекст, який формує відчуття спільності, взаємної підтримки та моральної солідарності. У ситуації війни індивідуальні аспекти ідентичності часто підпорядковуються колективним, що створює своєрідний «психологічний захист» від дезінтеграції особистісного світу. І для мігрантів, і для тих, хто залишився, визначення себе через належність до української нації, родини, соціальної спільноти виконує функцію стабілізуючого чинника, що знижує ризик ідентифікаційних криз. Таким чином, навіть за наявності внутрішніх сумнівів або переосмислення власного місця в житті, ядро особистісної ідентичності залишається збереженим і забезпечує безперервність самосприйняття. Це може розглядатися як прояв колективної резильєнтності, у межах якої особистісне «Я» укорінюється в спільному досвіді, що

дає відчуття належності та сенсу.

Нарешті, поглянемо на результати порівняльного аналізу показників методики «Особистісна та соціальна ідентичність», здійсненого за допомогою критерію Манна-Уїтні (таблиця 3.13)

Таблиця 3.13

Результати порівняльного аналізу показників методики «Особистісна та соціальна ідентичність» між групами мігрантів та осіб, що лишилися в Україні

	Категорія	Срд. ранг	Сума рангів	U Манна-Уїтні	W Вілкоксона	Z	p
Робота	Мігр.	29,88	1105,5	402,500	1105,500	-1,104	,270
	Укр.	35,02	910,5				
Матеріальне становище	Мігр.	30,95	1145,0	442,000	1145,000	-,551	,582
	Укр.	33,50	871,0				
Внутрішній світ	Мігр.	30,27	1120,0	417,000	1120,000	-,903	,367
	Укр.	34,46	896,0				
Здоров'я	Мігр.	31,09	1150,5	447,500	1150,500	-,471	,638
	Укр.	33,29	865,5				
Сім'я	Мігр.	30,36	1123,5	420,500	1123,500	-,855	,392
	Укр.	34,33	892,5				
Стосунки з оточенням	Мігр.	30,68	1135,0	432,000	1135,000	-,697	,486
	Укр.	33,88	881,0				
Майбутнє	Мігр.	30,55	1130,5	427,500	1130,500	-,756	,450
	Укр.	34,06	885,5				
Моє суспільство	Мігр.	30,96	1145,5	442,500	1145,500	-,542	,588
	Укр.	33,48	870,5				

Як видно з результатів, наведених у таблиці 3.13 за жодним з показників методики «Особистісна та соціальна ідентичність» не виявлено значущих розбіжностей, тобто, виразність ідентичності у таких сферах, як робота, матеріальне становище, внутрішній світ, здоров'я, стосунки з оточенням, майбутнє та ставлення до суспільства між групами мігрантів та осіб, що лишилися в Україні, значущо не

відрізняються.

Відсутність значущих відмінностей за показниками особистісної та соціальної ідентичності може засвідчувати відносну однорідність системи самоусвідомлення в обох групах. Це може бути зумовлено тим, що війна створила унікальний соціально-психологічний контекст, у якому базові сфери ідентичності - сім'я, міжособистісні зв'язки, орієнтація на майбутнє - стали однаково важливими як для тих, хто залишив країну, так і для тих, хто продовжує жити в ній. Учасники обох груп вочевидь схильні спиратися на емоційно значущі сфери життя як на джерело стабільності, що сприяє збереженню психологічної цілісності. Зниження позитивності в сферах матеріального добробуту, професійної реалізації чи ставлення до суспільства може відображати спільні соціальні наслідки війни - економічну нестабільність, зниження довіри до інституцій, невизначеність майбутнього. Однак наявність схожого профілю в обох групах свідчить про глибоку культурну спільність, спільний ціннісний фундамент, який забезпечує внутрішню єдність незалежно від зовнішніх умов. Таким чином, результати інтерпретуються як підтвердження того, що війна не лише не зруйнувала систему ідентичності українців, а й, навпаки, сприяла її консолідації - посиленню значущості родинних, особистісних і соціальних зв'язків, що стали основою психологічної стійкості та взаємопідтримки.

Загалом, сукупність результатів усіх методик може вказувати на те, що українське суспільство, попри травматичний досвід війни, демонструє феномен колективної адаптації, у межах якого внутрішні ресурси, соціальні зв'язки та ціннісні орієнтири забезпечують відносну стабільність емоційного стану й ідентичності як у тих, хто залишив країну, так і у тих, хто в ній залишився.

3.4. Аналіз кореляційних зв'язків по групах мігрантів та осіб, що залишилися в Україні

З метою виявлення специфічних механізмів зв'язку різних аспектів ідентичності для кожної вибірки був проведений кореляційний аналіз за методом Спірмена. Результати наведені у Додатку А.

Не розглядаючи кореляції між шкалами, що входять до однієї й тієї самої

методики, відзначаємо, що для групи мігрантів характерним є достовірний зв'язок: показника позитивних переживань із задоволеністю життям ($r=0.62$) та позитивністю ідентичності у таких сферах, як здоров'я ($r=0.398$), сім'я ($r=0.435$); майбутнє ($r=0.534$) та суспільство ($r=0.436$) (в усіх випадках кореляції позитивні).

Показник негативних переживань виявив достовірні негативні кореляції з задоволеністю життям ($r=-0.536$) та позитивністю ідентичності у таких сферах, як робота ($r=-0.48$), матеріальне становище ($r=-0.447$), здоров'я ($r=-0.339$), майбутнє ($r=-0.463$) та суспільство ($r=-0.368$).

Показник позитивності балансу афектів виявив достовірні позитивні кореляції з задоволеністю життям ($r=0.63$) та позитивністю ідентичності у таких сферах, як робота ($r=0.459$), матеріальне становище ($r=0.4$), здоров'я ($r=0.4$), сім'я ($r=0.383$), майбутнє ($r=0.555$) та суспільство ($r=0.424$).

Показник задоволеності життям виявив достовірні позитивні кореляції з позитивністю ідентичності у таких сферах, як робота ($r=0.519$), матеріальне становище ($r=0.407$), внутрішній світ ($r=0.34$), сім'я ($r=0.461$), майбутнє ($r=0.584$) та суспільство ($r=0.326$).

Показник виразності ознак кризи ідентичності виявив значущий зворотний зв'язок з показником позитивності ідентичності у такій сфері, як матеріальне становище ($r=-0.385$).

Тепер поглянемо на зв'язки, виявлені в ході кореляційного аналізу по групі осіб, що не виїжджали з України (Додаток Б).

Відповідно до даних Додатку Б, по групі осіб, що лишилися в Україні, виявлено достовірні позитивні кореляції віку досліджуваних та позитивності ідентичності у таких сферах, як здоров'я ($r=0.581$), майбутнє ($r=0.519$) та суспільство ($r=0.49$).

Показник позитивних переживань виявив достовірні позитивні кореляції із задоволеністю життям ($r=0.483$) та позитивністю ідентичності у таких сферах, як робота ($r=0.434$), матеріальне становище ($r=0.6$), здоров'я ($r=0.499$), майбутнє ($r=0.586$) та суспільство ($r=0.529$). Крім того, показник позитивних переживань також виявив негативну значущу кореляцію з показником виразності кризи ідентичності ($r=-0.491$).

Показник негативних переживань виявив достовірну позитивну кореляцію із показником виразності кризи ідентичності ($r=0.737$), а також негативні кореляції - з позитивністю ідентичності у таких сферах, як матеріальне становище ($r=-0.399$), здоров'я ($r=-0.519$), майбутнє ($r=-0.397$) та суспільство ($r=-0.398$).

Показник позитивності балансу афектів виявив достовірні позитивні кореляції з задоволеністю життям ($r=0.396$) та позитивністю ідентичності у таких сферах, як матеріальне становище ($r=0.567$), здоров'я ($r=0.603$), майбутнє ($r=0.546$) та суспільство ($r=0.535$). Також показник позитивності балансу афектів виявив достовірну негативну кореляцію з показником виразності кризи ідентичності ($r=-0.663$).

Показник задоволеності життям виявив позитивні кореляції позитивністю ідентичності у таких сферах, як робота ($r=0.458$), здоров'я ($r=0.432$), ($r=0.658$) та суспільство ($r=0.516$).

Аналізуючи значущі кореляції, які виявилися спільними для двох груп, маємо відзначити, що загальний кореляційний профіль вказує на певні структурну подібність емоційно-ідентичної організації у представників обох вибірок. У мігрантів і осіб, що залишилися в Україні, спостерігається єдина тенденція до інтеграції емоційного благополуччя, задоволеності життям та позитивної ідентичності у ключових життєвих доменах - насамперед у сферах здоров'я, майбутнього та соціальної належності. Що може свідчити про функціонування спільного механізму афективно-когнітивної регуляції, коли суб'єктивне відчуття психологічного комфорту та внутрішнього емоційного балансу виступає детермінантою загального життєвого самоприйняття й підсилює відчуття цілісності власного «Я». Позитивна афективна насиченість досвіду пов'язана зі зростанням когнітивної оцінки життєвої задоволеності, що, своєю чергою, корелює з посиленням прийняття себе у провідних ідентифікаційних доменах. Натомість переважання негативних переживань супроводжується зниженням рівня прийняття власного життєвого контексту, а також редукцією смислової насиченості уявлень про здоров'я, соціальну підтримку й майбутню перспективу. Таким чином, для обох груп характерна функціональна взаємодія афективної сфери та системи ідентичності, що забезпечує гомеостатичну стабільність особистісної структури навіть у ситуації

тривалого соціально-політичного стресу.

Якщо звернутися до тих значущих кореляцій, які у двох досліджуваних вибірках є відмінними, то ми маємо відзначити, що у мігрантів простежується більш виражена інтеграція емоційного благополуччя із сімейним і міжособистісним виміром ідентичності, що може свідчити про те, що у контексті зміни соціального середовища сім'я виконує компенсаторну функцію, стаючи провідним джерелом психологічної стабільності та смислотворення. Наявність позитивних кореляцій між емоційними показниками, задоволеністю життям і сімейною ідентичністю вказує на те, що підтримка близьких осіб виступає ключовим чинником реконструкції ідентичності після втрати звичних соціальних ролей. Одночасно наявність негативних зв'язків між негативними афектами та доменами професійно-економічної самореалізації свідчить про те, що професійна ідентичність і відчуття матеріальної спроможності є більш уразливими до емоційних дестабілізаторів у цій групі. Зворотний зв'язок між показниками кризи ідентичності та позитивністю самооцінки матеріального становища відображає тісну залежність ідентифікаційної впевненості від рівня соціально-економічної інтегрованості в нове середовище. Таким чином, у структурі мігрантів провідну роль у підтриманні ідентичності відіграють афективно-емоційні зв'язки в системі «сім'я - майбутнє - соціальна приналежність», тоді як професійно-економічні домени виступають зонами підвищеної ідентифікаційної вразливості.

Для осіб, які залишилися в Україні, характерна більш виражена когерентність між емоційною регуляцією та інтеграційними характеристиками ідентичності. Зокрема, виявлено негативний зв'язок між переживаннями та виразністю кризи ідентичності, який може свідчити про те, що підвищена емоційна напруженість безпосередньо порушує структурну цілісність ідентичності у даних осіб. Позитивна кореляція між балансом афектів, задоволеністю життям і позитивністю ідентичності у сферах матеріального становища, здоров'я, майбутнього та соціальної належності може вказувати на системну взаємодію афективного тону з когнітивно-ціннісним рівнем самоусвідомлення. Показовим є й наявний зв'язок між віком і позитивністю ідентичності в екзистенційно значущих сферах - здоров'я, майбутнього та суспільства, що відображає вікове посилення інтеграційного потенціалу особистості.

Це може свідчити про те, що з віком особи, які не вдалися до міграції, набувають більшої стійкості та адаптаційної гнучкості у переживанні кризових умов. І це, в свою чергу, сприяє консолідації ідентичності. Отже, для цієї групи емоційний стан виступає критичним регулятором ідентифікаційної стабільності, а віковий фактор посилює когерентність системи «емоційна рівновага - смислова цілісність - соціальна включеність».

Таким чином, отримані результати демонструють наявність універсальної закономірності між емоційним благополуччям, життєвою задоволеністю та ідентифікаційною цілісністю, яка зберігається незалежно від життєвої ситуації досліджуваних. При цьому у мігрантів емоційно-підтримувальні ресурси концентруються переважно в сімейно-афективній сфері, тоді як у осіб, що залишилися в Україні, провідну роль відіграє інтегративна функція афективного самоконтролю, підкріплена віковими адаптаційними механізмами. Обидві моделі свідчать про високий рівень психологічної пластичності та збереження системної взаємодії між емоційною, когнітивною та соціальною підструктурами ідентичності, що забезпечує стійкість особистості в умовах воєнного та посткризового контексту.

Висновки до третього розділу

1. Серед вимушених мігрантів простежується тенденція до відносної емоційної рівноваженості, помірної задоволеності життям і збереження базового відчуття ідентичності попри травматичний досвід війни. Водночас подібні риси спостерігаються й серед осіб, які залишилися в Україні, що вказує на спільність психологічних механізмів адаптації. Для обох груп характерним є домінування позитивних переживань над негативними, що свідчить про наявність внутрішніх ресурсів адаптації та психологічної стійкості. Однак саме у мігрантів ці ресурси проявляються як інструмент подолання подвійного навантаження - втрати звичного середовища та необхідності інтеграції у новий соціокультурний простір. Ідентичність цих людей перебуває у процесі переосмислення, що супроводжується ознаками кризи ідентичності, однак не має ознак дезінтеграції - відбувається радше

її трансформація та оновлення у нових соціальних умовах. Найбільш значущими джерелами підтримки виступають сім'я, міжособистісні стосунки та орієнтація на майбутнє, тоді як зниження позитивності у сферах професійної реалізації, матеріального становища й суспільної приналежності відображає дію зовнішніх обставин. У цілому результати демонструють високу здатність особистості зберігати емоційну рівновагу, відчуття сенсу та внутрішню цілісність у ситуації тривалої соціальної невизначеності та воєнного досвіду.

2. Незалежно від того, чи люди залишили Україну через війну, чи залишилися жити в ній, їхній емоційний стан, рівень життєвої задоволеності, особистісна цілісність та структура ідентичності залишаються подібними. Тобто, попри різні зовнішні умови, внутрішні психологічні ресурси обох груп, які відповідають за забезпечення ідентичності, функціонують схожим чином - забезпечуючи збереження емоційного балансу, базових почуттів стабільності, сенсу та самоприйняття. Обидві категорії учасників демонструють високий рівень супротиву негативним обставинам, завдяки якому навіть у ситуації тривалих загроз і втрат зберігається здатність підтримувати позитивне ставлення до життя, відчуття власної визначеності та цінності близьких стосунків і спільності з іншими. Таким чином, результати вказують на глибоку внутрішню узгодженість психологічного функціонування, яка не залежить від географічного чи соціального положення, а спирається на стійкі особистісні й національно-культурні ресурси.

3. Як у вимушених мігрантів, так і в осіб, які залишилися в Україні, структура взаємозв'язків між емоційною сферою, загальною оцінкою життя та ідентичністю є відносно подібною й свідчить про інтегроване функціонування афективних, когнітивних і соціально-смислових компонентів особистості. В обох групах позитивний емоційний фон узгоджується з підвищенням життєвої задоволеності та посиленням почуття цілісності й соціальної включеності, тоді як емоційна напруженість асоціюється зі зниженням визначеності та зростанням ідентифікаційної вразливості. Водночас специфіка зв'язків у кожній групі свідчить про різні джерела психологічної стабільності: для мігрантів провідне значення мають сімейно-афективні та міжособистісні ресурси, тоді як для тих, хто залишився в умовах війни, ключову роль відіграє емоційна саморегуляція й вікова зрілість як

чинники інтеграції та підтримання внутрішньої цілісності. У цілому, результати засвідчують, що незалежно від контексту життя, механізми психологічної стійкості залишаються подібними й базуються на взаємопов'язаності емоційної рівноваги, смислової впорядкованості та відчуття власної ідентичності.

ВИСНОВКИ

1. На основі теоретичного аналізу встановлено, що ідентичність є ключовим компонентом психічного функціонування особистості, що забезпечує її цілісність, здатність до самовизначення та інтеграцію соціальних ролей. Кризові стани ідентичності виникають у відповідь на значні зміни життєвих умов і соціального середовища, зокрема під час вимушеної міграції, і проявляється через порушення емоційної рівноваги, зниження життєвої задоволеності та відчуття цілісності «Я». Теоретичні дослідження підкреслюють, що стійкість і здатність до адаптації залежить як від внутрішніх ресурсів особистості - саморефлексії, усвідомлення власних цінностей і життєвого досвіду, так і від зовнішніх чинників - підтримки родини та соціальних контактів. Таким чином кризові явища ідентичності у вимушених мігрантів розглядається як процес не лише дезорганізації, але і глибокого переосмислення власного «Я» та адаптаційної трансформації особистості. Ці положення стали підґрунтям для емпіричного дослідження явища кризи ідентичності серед вимушених мігрантів.

2. Попри складні соціально-політичні обставини війни, серед вимушених мігрантів зберігається емоційна стабільність, помірний рівень життєвої задоволеності та базова цілісність у самовизначенні. Подібні тенденції спостерігаються і серед осіб, які залишилися в Україні, що вказує на наявність універсальних механізмів психологічної стійкості. Пережиті події не призвели до дезінтеграції особистісної структури, а радше ініціювали процес її глибокого переосмислення та адаптаційної трансформації. Найбільш значущими психологічними ресурсами виявилися родинна належність, підтримувальні соціальні стосунки та орієнтація на майбутнє, які виступають фундаментом для збереження внутрішньої рівноваги й відновлення смислової цілісності. Водночас у даних осіб спостерігається менш позитивне сприйняття сфер професійної реалізації, матеріального добробуту та соціальної стабільності. У цілому можна говорити про те, що навіть в умовах тривалої небезпеки та дискомфорту, пов'язаного із вимушеною міграцією, українські громадяни демонструють високий рівень психологічної життєстійкості, заснованої на здатності до самозбереження,

самоусвідомлення та переосмислення власного досвіду, що у підсумку призводить до прийняттого збереження ідентичності особистості.

3. Незалежно від перебування за кордоном чи проживання в Україні під час війни, досліджувані демонструють схожу емоційно-психологічну конфігурацію забезпечення власної ідентичності. Подібність рівня емоційного самопочуття, життєвої задоволеності та відчуття внутрішньої цілісності засвідчує, що фундаментальні психічні ресурси функціонують однаково ефективно в обох групах, забезпечуючи підтримання емоційної рівноваги, усвідомлення власної стабільності, смислової упорядкованості та ідентичнісної визначеності. Для вимушених мігрантів така схожість може свідчити про потужну роль національно - культурної ідентичності, яка виконує функцію психологічного «якоря» в умовах зміни простору й середовища. Отже, і мігранти, і особи, що лишилися в Україні, демонструють високий рівень психологічного опору деструктивним умовам середовища, здатність утримувати позитивне бачення себе та зберігати почуття зв'язку з іншими.

4. Структура взаємозв'язків між емоційними характеристиками, суб'єктивною оцінкою життя та системою ідентичності в обох групах засвідчує цілісність і взаємну узгодженість афективних, когнітивних і соціально-смилових компонентів особистості. Позитивний емоційний фон супроводжується підвищенням відчуття життєвого задоволення, інтеграцією ідентичності та посиленням соціальної включеності, тоді як емоційна дезорганізація може проявлятися у формі кризи ідентичності, що веде до послаблення самовизначення та ідентифікаційної стабільності. Водночас виявлено контекстуальні відмінності у детермінантах забезпечення ідентичності: для мігрантів ключовими є міжособистісні й афективні ресурси, що базуються на відчутті спорідненості з близькими людьми, зокрема, з сім'єю; тоді як для тих, хто залишається в Україні, визначальне значення мають емоційна саморегуляція і накопичений життєвий досвід.

5. Подальші дослідження можуть бути зосереджені на тому, як зміна соціального середовища та життєвого досвіду впливає на переосмислення цінностей і пріоритетів у вимушених мігрантів. Можна простежити, як люди зберігають цілісності «Я» в нових умовах.

СПИСОК ЛІТЕРАТУРИ:

1. Александров Д. О. Соціальна робота та психологічна допомога з адаптації вимушених переселенців до життя в нових умовах (профілактика дезадаптованості вимушених переселенців): метод. рек. Київ. Коло професійної підтримки. 2023. 38 с. URL: http://ecopsy.com.ua/cpps/Profilaktyka_dezadaptovanosti_vymushenyh_pereselenciv.pdf
2. Алексєєнко Т. Ф. Можливості й ризики конструювання нової ідентичності у вимушених переселенців (мігрантів). *Теоретико - методичні проблеми виховання дітей та учнівської молоді*. 2020. Т. 1. Вип. 24. С. 4-16. URL: https://www.researchgate.net/publication/349988103_MOZLIVOSTI_I_RIZIKI_KONSTRUUVANNA_NOVOI_IDENTICNOSTI_U_VIMUSENIH_PERESELENCIV_MIGRANTIV
3. Андрушко Я. С. Психологія мігранта в дискурсі соціально-психологічних досліджень. *Вісник Національного університету оборони України*. 2020. Вип. 2. С. 5-13. http://nbuv.gov.ua/UJRN/Vnaou_2020_2_3
4. Блинова О. Є. Криза ідентичності особистості у нестабільні періоди розвитку суспільства. *Вісник Одеського національного університету. Серія: Психологія*. 2013. Т. 18, Вип. 22, Ч. 1. С. 30-37. URL: http://nbuv.gov.ua/UJRN/Vonu_psi_2013_18_22%281%29_6
5. Блинова О. Є. Соціально-психологічна адаптація вимушених мігрантів: підходи і проблеми вивчення феномена акультурації. *Науковий вісник Херсонського державного університету. Серія: Психологічні науки*. 2016. Т. 1, Вип. 3. С. 111-117. http://nbuv.gov.ua/UJRN/nvkhп_2016_3%281%29_22
6. Блинова О. Є. Соціально-психологічні чинники подолання кризи ідентичності вимушених мігрантів. *Особистість як суб'єкт подолання кризових ситуацій: психологічна теорія і практика: монографія. Кн. 2 / за ред. С. Д. Максименка, С. Б. Кузікової, В. Л. Зливкова*. Суми: СумДПУ ім. А. С. Макаренка, 2017. С. 162-180. URL: <https://ekhsuir.kspu.edu/server/api/core/bitstreams/98474a98-e105-478f-8c7b-c4806d90caa7/content>
7. Блинова О. Є. Соціально-психологічні засади адаптації вимушених

мігрантів. Київ: Інститут психології ім. Г. С. Костюка НАПН України, 2016. С. 58-66. URL: <http://www.apppsychology.org.ua/data/jrn/v9/i9/10.pdf>

8. Блинова О. Є. Теоретичні підходи до аналізу кризи ідентичності особистості. *Актуальні проблеми психології: Психологія особистості. Психологічна допомога особистості: зб. наук. праць* / за ред. С. Д. Максименка, М. В. Папучі. Київ, 2010. Вип. 3, т. 11. С. 40-47. URL: <https://ekhsuir.kspu.edu/bitstream/handle/123456789/7371/Блинова%20О.Є.%2011.pdf>

9. Булах І. С. *Психологія життєвих криз особистості: навч. посіб.* Вінниця: ТОВ «Нілан-ЛТД», 2015. 110 с.

10. Воропаєва В. Г. Проблема кризи ідентичності в умовах глобалізації та інформаційного суспільства. *Гуманітарний вісник Запорізької державної інженерної академії.* 2011. № 46. С. 84-95. URL: http://nbuv.gov.ua/UJRN/znpvgvzdia_2011_46_8

11. Галецька І.І., Кліманська Л. Д., Перун М. Б. *DASS-21: Шкала депресії, тривожності та стресу. Адаптація українською мовою* [Електронний ресурс]. URL: https://www2.psy.unsw.edu.au/dass/Ukrainian/DASS-21_ua_about.pdf (дата звернення: 20.03.2025).

12. Дубровський В., Черкашин В., Вахітова А., Гетман О. *Воєнні мігранти: світовий досвід та українські особливості.* Київ, 2024. 34 с. URL: <https://help-ukraine.org.ua/wp-content/uploads/2024/04/Policy-war-migranti-final-1.pdf> (дата звернення: 15.03.2025).

13. Зануда А. За даними ООН, на кінець вересня 2024 року тимчасовий захист у європейських країнах мали понад 6 млн українців. *BBC News Україна* [Електронний ресурс] 2024. 16 жовтня. URL: <https://www.bbc.com/ukrainian/articles/c93px84133jo> (дата звернення: 11.04.2025).

14. Зубенко А. С. Особистісна ідентичність, як філософська проблема і результат світоглядних та соціальних трансформацій. *Науковий вісник. Серія: Філософія.* Харків: Харківський держ. пед. ун-т ім. Г. С. Сковороди, 2004. Вип. 16. С. 31-36.

15. Іванець Т. М. Подолання дистресу вимушеного переміщення та відновлення психічного здоров'я вимушених мігрантів. *Науковий вісник Ужгородського національного університету. Серія: Психологія.* 2024. Вип. 3. С.

28-32. URL: <https://doi.org/10.32782/psy-visnyk/2024.3.5>

16. Козловець М. А. Феномен національної ідентичності: виклики глобалізації : монографія. Житомир: Вид-во ЖДУ ім. І. Франка, 2009. 558 с. URL: http://eprints.zu.edu.ua/6217/1/kozlovez_monograf.pdf

17. Короцінська Ю. А., Мисоченко А. В. Особливості вимушеної міграції як виду втрати. *Вісник Донецького національного університету імені Василя Стуса. Серія: Психологічні науки*. 2024. Т. 1, № 4. С. 108-115. URL: <https://jvestnik-psychological.donnu.edu.ua/article/view/16422>

18. Климчук Р. Б. Національна ідентичність українських мігрантів у Німеччині: виклики і перешкоди на шляху самозбереження. *Проблеми політичної психології*. 2024. Т. 16, № 30. С. 99-113. URL: <https://www.politpsy.org/index.php/popp/article/view/166>

19. Кляпець О. Я., Лазоренко Б. П., Лепіхова Л. А., Савінов В. В. Методики вивчення повсякденного стресу і способів розв'язання кризових життєвих ситуацій / за ред. Т. М. Титаренко. Київ: Міленіум, 2009. 120 с. URL: <https://bit.ly/41YgD4h>

20. Краєва О. А. Подолання кризи ідентичності в підлітковому віці: монографія. Харків: Видавництво Іванченка І. С. 2018. 218 с. URL: https://elibrary.kubg.edu.ua/id/eprint/24171/1/O_Kraieva_PKIPV_monograf_2018.pdf

21. Кузікова С. Б., Щербакова І. М. (ред.). *Особистість у кризових умовах та критичних ситуаціях життя: збірник наук. праць*. Суми: Вид-во СумДПУ ім. А. С. Макаренка, 2016. 408 с. URL: https://library.sspu.edu.ua/wp-content/uploads/2018/04/Osobistist_u_krizovich_2016.pdf

22. Олефір В. О., Боснюк В. Ф., Малофейкіна К. О. Валідизація і вимірювальна інваріантність української версії шкали позитивних і негативних переживань (SPANЕ). *Вісник Харківського національного університету імені В. Н. Каразіна. Серія: Психологія*. 2021. № 71. С. 34-42. URL: http://nbuv.gov.ua/UJRN/VKhIPC_2021_71_6

23. Орбан-Лембрик Л. Е. Вплив міграційних процесів на поведінкові прояви особистості. *Збірник наук. праць: філософія, соціологія, психологія*. Івано-Франківськ: Прикарпатський національний університет ім. Василя Стефаника, 2008. Вип. 13, ч. 1. С. 3-13.

24. Орбан-Лембрик Л. Е. Соціальна психологія: навч. посіб. Івано-Франківськ: ВДВ ЦІТ, 2008. 649 с.

25. Особистість як суб'єкт подолання кризових ситуацій: психологічна теорія і практика: монографія / за ред. С. Д. Максименка, С. Б. Кузікової, В. Л. Зливкова. Суми: Вид-во СумДПУ ім. А. С. Макаренка, 2017. 540 с. URL: <https://tinyurl.com/2s42avj7>

26. Петруньок Б. П. Поняття ідентичності у контексті українознавчих досліджень. *Вісник Київського національного університету імені Тараса Шевченка. Українознавство*. 2012. Вип. 16. С. 14-16. URL: <http://ukrbulletin.univ.kiev.ua/Visnyk-16/Petruniok.pdf>

27. Ревенко С. П. Адаптація та психометричний аналіз методики «Особистісної і соціальної ідентичності» В. Урбанович. *Теоретичні і прикладні проблеми психології*. 2020. №1 (51), С. 186-199. URL: https://www.researchgate.net/publication/340652512_Adaptacia_ta_psihometricnij_analiz_metodiki_Osobistisnoi_i_socialnoi_identichnosti_V_Urbanovic

28. Прищепя Я. Російська агресія спричинила найбільшу міграційну кризу з часів Другої світової - ООН. Суспільне Новини [Електронний ресурс]. 2023. 8 січня. URL: <https://suspihne.media/354728-rosijska-agresia-spricinila-najbilsu-migracijnu-krizu-z-casiv-drugoi-svitovoi-oon/> (дата звернення: 17.04.2025).

29. Середницька І. Я. Психологічні особливості осіб з різним рівнем і типом кризи ідентичності. *Наука і освіта*. 2004. № 6-7. С. 261-264.

30. Слюсаревський М. М., Блинова О. Є. Психологія міграції: навчальний посібник. Національна академія психологічних наук України, Інститут соціальної і політичної психології. Кіровоград: ТОВ «Імекс-ЛТД», 2013. 244 с. URL: https://www.ispp.org.ua/backup_ispp/1423057032.pdf

31. Сміт Е. Д. Національна ідентичність / пер. з англійської П. Тарашука. Київ: Основи, 1994. 224 с. URL: <http://dontsov-nic.com.ua/wp-content/uploads/2016/02/Smit-Entoni.-Natsionalna-identychnist.pdf>

32. Стаднік А. В., Мельник Ю. Б. Шкала задоволеності життям: метод. посіб. (укр. версія). Харків: ХОГОКЗ. 2023. 8 с. URL: <https://www.researchgate.net/>

[publication/376884780_Skala_zadovolenosti_zittam_metod_posib_ukr_versia](https://doi.org/10.376884780_Skala_zadovolenosti_zittam_metod_posib_ukr_versia)

33. Стець В. І. Особливості процесу соціально-психологічної адаптації мігрантів до нових умов життя. *Проблеми гуманітарних наук. Серія: Психологія*. 2023. № 39. С. 16-25. URL: <https://phsps.dspu.edu.ua/article/view/159041>

34. Тарасюк І. В. Мовна адаптація як різновид соціо-культурної адаптації мігрантів до іншомовного середовища. *Психолінгвістика*. 2011. Вип. 7. С. 65-72. http://nbuv.gov.ua/UJRN/psling_2011_7_11

35. Тімченко О. В. (ред) Екстремальна та кризова психологія: термінологічний словник. Харків: ХНАДУ, НУЦЗУ, 2010. 291 с. <http://repositsc.nuczu.edu.ua/bitstream/123456789/4139/1/словарь.pdf>

36. Українські вимушені мігранти: інтеграція, ідентичність, повернення: збірник матеріалів Міжнародної наук.-практ. конф., 25 травня 2023 р. Львів, 2023. 315 с. URL: <https://eportfolio.kubg.edu.ua/data/conference/9779/document.pdf> (дата звернення: 07.05.2025).

37. Хазратова Н. В., Петровська І. Р. Аналіз підходів до вивчення громадянської ідентичності особистості. *Науковий вісник Миколаївського національного університету імені В. О. Сухомлинського. Серія: Психологічні науки*. 2021. № 2(21). С. 53-61. URL: <http://mdu.edu.ua/wp-content/uploads/psihol-visnik-21-11.pdf>

38. Яблонська Т. М. Ідентичність як предмет психологічного аналізу. *Наукові записки Інституту психології ім. Г. С. Костюка НАПН України* / за ред. акад. С. Д. Максименка. Київ: Ніка-Центр, 2010. Вип. 38. С. 378-387. URL: <https://bit.ly/4lnMrrn>

39. Berry J. W. Acculturation: Living Successfully in Two Cultures. *International Journal of Intercultural Relations*. 2005. Vol. 29, No. 6. P. 697-712. URL: <https://www.sciencedirect.com/science/article/abs/pii/S014717670500132X?via=ihub>

40. Erikson E. H. *Identity, Youth, and Crisis*. New York: W. W. Norton and Co., 1968. Vol. 14, No. 2. P. 154-59. <https://sci-hub.mk/10.1002/bs.3830140209>

41. Erikson E. H. The problem of ego identity. *Identity and anxiety: Survival of the person in mass society* / E. H. Erikson, M. R. Stein et al. (eds.). Glencoe: The Free Press, 1969. 189 p.

42. Fromm E. *Escape from Freedom*. New York: Farrar & Rinehart, 1941. 320 p.

43. Fromm E. *To Have or to Be?* New York: Harper & Row, 1976. 199 p.
44. Marcia J. E. Development and Validation of Ego-Identity Status. *Journal of Personality and Social Psychology*. 1966. Vol. 3, No. 5. P. 551-558. URL: <https://scispace.com/pdf/development-and-validation-of-ego-identity-status-5gpe0py3me.pdf>
45. Phinney J. S. Ethnic Identity in Adolescents and Adults: Review of Research. *Psychology Bulletin*. 1990. Vol. 108, No. 3. P. 499-514. URL: <https://psycnet.apa.org/doiLanding?doi=10.1037/0033-2909.108.3.499>
46. Stryker S., & Burke P. J. The Past, Present, and Future of an Identity Theory. *Social Psychology Quarterly*. 2000. Vol. 63, No. 4. P. 284-297. URL: <https://www.jstor.org/stable/2695840?origin=crossref>
47. Tajfel H., & Turner J. C. *The Social Identity Theory of Intergroup Behavior*. *Psychology of Intergroup Relations*. Chicago: Nelson-Hall, 1986. P. 7-24.

АНОТАЦІЯ

Дослідження присвячене вивченню психологічних особливостей кризи ідентичності у вимушених емігрантів з України в країнах Європи. Метою роботи було визначити рівень кризи ідентичності у цієї групи та порівняти його з показниками осіб, що залишилися в Україні, а також вивчити специфічні психологічні характеристики. Для цього використовувалися методи описової статистики, порівняльного аналізу (Т-критерій і критерій Манна-Уїтні) та кореляційного аналізу за коефіцієнтом Спірмена, що дозволило виявити внутрішні взаємозв'язки між різними аспектами ідентичності в кожній групі окремо. Результати показали, що загальний рівень кризи ідентичності у мігрантів і осіб, що залишилися, подібний, проте в кожній групі існують специфічні закономірності взаємозв'язку показників. Отримані дані можуть бути корисними для психологів і соціальних працівників при роботі з мігрантами.

Ключові слова: ідентичність, криза ідентичності, вимушена міграція, адаптація, самовизначення, психологічна стійкість, цілісність особистісної ідентичності.

ABSTRACT

The study is devoted to the study of the psychological features of the identity crisis in forced emigrants from Ukraine in European countries. The aim of the work was to determine the level of the identity crisis in this group and compare it with the indicators of those who remained in Ukraine, as well as to study specific psychological characteristics. For this purpose, descriptive statistics, comparative analysis (T-test and Mann-Whitney test) and correlation analysis using the Spearman coefficient were used, which allowed to identify internal relationships between different aspects of identity in each group separately. The results showed that the overall level of the identity crisis in migrants and those who remained is similar, but in each group there are specific patterns of the relationship of indicators. The data obtained can be useful for psychologists and social workers when working with migrants.

Keywords: identity, identity crisis, forced migration, adaptation, self-determination, emotional stability, psychological resilience, integrity of personal identity.