

ХАРКІВСЬКИЙ НАЦІОНАЛЬНИЙ
УНІВЕРСИТЕТ ІМЕНІ В. Н. КАРАЗІНА
СОЦІОЛОГІЧНИЙ ФАКУЛЬТЕТ
Кафедра прикладної соціології та соціальних комунікацій

Пояснювальна записка

до кваліфікаційної роботи

на тему

**«АДАПТАЦІЯ ВИМУШЕНИХ МІГРАНТІВ З
УКРАЇНИ В КАНАДІ»**

Виконала: студентка 4 курсу групи ССК-41
першого (бакалаврського) рівня вищої
освіти
спеціальності 054 Соціологія
Гребнева М.В.

Керівник: канд.соц.н., доцент Субота М.М.

Рецензент:

Харків-2024

ЗМІСТ

ВСТУП.....	3
РОЗДІЛ 1 ТЕОРЕТИКО-МЕТОДОЛОГІЧНІ ЗАСАДИ СОЦІОЛОГІЧНОГО ДОСЛІДЖЕННЯ ПРОЦЕСІВ МІГРАЦІЇ.....	7
1.1 Поняття міграції в межах соціогуманітарного знання.....	7
1.2 Розвиток підходів до вивчення феномену міграції.....	9
Висновки до розділу 1.....	15
РОЗДІЛ 2 ОСОБЛИВОСТІ ВИМУШЕНОЇ МІГРАЦІЇ ТА АДАПТАЦІЇ ВИМУШЕНИХ ЄМІГРАНТІВ І ПЕРЕСЕЛЕНЦІВ	17
2.1 Сутність вимушеної міграції та процес адаптації вимушених емігрантів.....	17
2.2 Методологічна стратегія дослідження адаптації вимушених мігрантів.....	29
Висновки до розділу 2.....	31
РОЗДІЛ 3 ДОСЛІДЖЕННЯ АДАПТАЦІЇ ВИМУШЕНИХ УКРАЇНСЬКИХ МІГРАНТІВ.....	34
3.1 Методика та інструментарій дослідження адаптації вимушених українських мігрантів на території Канади.....	34
3.2 Результати дослідження адаптації вимушених мігрантів з України у Канаді	35
3.3 Піар проект, спрямований на покращення адаптації вимушених мігрантів у Канаді.....	47
Висновки до розділу 3.....	52
ВИСНОВКИ	54
СПИСОК ВИКОРИСТАНИХ ДЖЕРЕЛ.....	57
ДОДАТКИ.....	62

ВСТУП

Актуальність теми дослідження. Посеред ночі у 2022 році, 24 грудня, Російська Федерація розпочала відкритий напад на територію України. У той день почався повномасштабний наступ зі сторони Росії, який пізніше назвали «російсько-українською війною». У зв'язку з цією війною велика кількість населення опинилась у небезпеці, та/або залишилась без прихистку. З різноманітних причин, багато людей та сімей прийняли для себе рішення о переїзді в інші країни світу. Серед безлічі популярних варіантів для переїзду, з яких налічуються такі країни, як: Польща, Німеччина, Іспанія та ін. країни, які входять в склад Європейського Союзу. Однак велика частина українців обрали для себе переїзд у більш віддалені регіони. Наприклад, у північну Америку та Канаду.

Сьогодні посольство Канади налічує вже близько одного мільйона віз, а саме 936,293 сотень, які було надано громадянам України після початку війни [1].

Хоча сам факт видання віз не визначає саму кількість людей, які зробили рішення саме на довгострокове перебування на території Канади у якості емігранта. Або, як альтернатива, переїзд до Канади тимчасово, для того, щоб забезпечити собі безпечні умови проживання під час війни. Але цей факт все ж таки підтверджує високу популярність Канади як країни для потенційного місця міграції серед українського населення.

Історія масштабної міграції українського населення на територію Канади бере свій початок приблизно у 1842-1890-ті роки [2]. Тоді причиною переїзду для людей була в основному заробітна міграція. За даними 2016 року, з того часу кількість української діаспори на території північної Америки зросла приблизно до 273,815 осіб. До того ж, 1,085,845 канадців відмітили себе як осіб українського походження [3]. Тобто Канада є країною, на території якої проживає найбільша кількість українського населення поза територією України.

Стосунки між Канадою та Україною завжди були партнерськими – Канада другою у світі після Польщі визнала незалежність України. На території Канади розташовані два українські консульства та одне посольство [41].

Ступінь наукової розробленості. В науковому обігу ми маємо чисельні роботи, присвячені трудовій еміграції українців в різні країни світу. При цьому, на сьогоднішній день ми маємо лише невелику кількість сучасних актуальних ресурсів, які б розкривали тематику саме вимушеної еміграції українців загалом. Робіт щодо адаптації українського населення на території Канади, а також в цілому в області північної Америки, ще менше. (Якщо ми кажемо про Америку як про континент). Особливо важливо мати на увазі нову перспективу розгляду переміщення до Канади – не через трудову, а через вимушену міграцію. Що є новим феноменом для української діаспори.

Найсучасніше джерело, яке знаходиться в публічному доступі, та розкриває тематику міграції та адаптації українського населення на території Канади, це книга Зав'ялова А. В., яка називається «Соціальна адаптація українських емігрантів: монографія» [4]. До того ж, зі всієї роботи міграція до Канади розглядається дуже стисло, протягом двох розділів.

Міграційні процеси це динамічний феномен, який постійно піддається модифікаціям, змінюється. Отож є перманентно актуальним для вивчення [7]. За останні роки міграційні процеси конкретно українського населення були піддані великої кількості змін, які були пов'язані з повномасштабним вторгненням Росії на територію України. Отож тему роботи можна вважати актуальною, оскільки вимушена еміграція потребує дослідження в новому контексті. Ми не маємо достатньої кількості робіт в цій області, особливо з перспективи вимушеної еміграції українців з 2022 року.

Об'єктом дослідження є процеси міграції українців у результаті російсько-української війни (протягом 2014-2024 років) на територію Канади.

Предметом – адаптація вимушених українських мігрантів на території Канади.

Мета роботи – здійснити соціологічну концептуалізацію явищ вимушеної міграції та адаптації вимушених мігрантів, на цих засадах здійснити емпіричну інтерпретацію процесу адаптації вимушених українських мігрантів на території Канади, а також запропонувати проект, спрямований на покращення соціально-психологічної адаптації українців у Канаді.

Поставлена мета передбачають вирішення наступних завдань:

- визначити та обґрунтувати категоріальний апарат наукового дослідження вимушеної міграції та адаптації мігрантів;
- визначити теоретичні аспекти вимушеної міграції та адаптації та обґрунтувати теоретико-методологічну стратегію дослідження;
- за результатами проведення емпіричного дослідження, визначити рівень проблем, з якими стикаються українці на території Канади;
- розробити концепцію піар-проекту, спрямованого на покращення соціально-психологічної адаптації вимушених мігрантів з України у Канаді.
- на фоні цього, використовуючи теорію, проаналізувати її, та застосувати у розробці піар проекту, спрямованого на покращення соціально-психологічної адаптації українців у Канаді.

Теоретичною та методологічною основою дослідження є положення сучасної соціології міграції, зокрема ми спиралися на методологію структурного функціоналізму у вивченні міграційних процесів, а також на напрацювання закордонних і українських соціологів з концептуалізації вимушеної міграції. Використовували наукові положення щодо процесів адаптації мігрантів та вимушених переселенців, зокрема ресурсний та соціокультурний підходи.

Методи дослідження. У дипломній роботі ми використовували загальнонаукові методи аналізу, синтезу, порівняльного аналізу, теоретичного узагальнення, системного аналізу, класифікації і типологізації. Проаналізовані літературні джерела в галузі міграції та адаптації вимушених

переселенців в Україні, здійснений аналіз іноземних джерел в галузі міграції та адаптації. Узагальнені основні тези з обраних наукових джерел.

Методом отримання первинної соціологічної інформації виступало анкетне опитування (проведене онлайн).

Структура дипломної роботи складається з наступних елементів: вступу, трьох розділів, поділених на підрозділи, висновків до них, загального висновку, списку використаних джерел, додатків. Загальний обсяг роботи складає – 69 сторінок (основний зміст – 51 сторінка, список використаних джерел – 5 сторінок, додатки – 6 сторінок). Список використаних джерел містить 43 найменування.

РОЗДІЛ 1 ТЕОРЕТИКО-МЕТОДОЛОГІЧНІ ЗАСАДИ СОЦІОЛОГІЧНОГО ДОСЛІДЖЕННЯ ПРОЦЕСІВ МІГРАЦІЇ

1.1 Поняття та функції міграції в межах соціогуманітарного знання

У цій роботі ми будемо досліджувати адаптацію вимушених українських мігрантів. Нами було вирішено, що теорія міграції є необхідною для розкриття на початку роботи, оскільки вивчення вимушеної міграції потребує теоретичного підґрунтя, задля кращого розуміння цього аспекту міграції, та вирішення проблем пов'язаної з нею, які можуть виникати у індивідів в процесі переїзду в іншу країну. Таке розуміння дасть можливість не тільки ширше розкрити поняття вимушеної міграції, а й розробити більш влучний піар-проект, метою якого планується бути допомога вимушеним мігрантам за кордоном.

Міграція це процес, який існував ще з античного періоду існування людства. Концепт зміни свого проживання заради кращих умов з'явився з давніх часів та існує досі [11].

В науковому обігу поняття міграції також існує достатньо довгий проміжок часу. Не дивлячись на довгу історію свого існування, у науковій літературі ще не визначено єдиного опису поняття міграції. Найпопулярніше визначення, яке ми маємо в межах соціологічного знання, звучить наступним чином: «Міграція це є переселення, тобто територіальне переміщення населення, яке пов'язане зі зміною місця проживання індивіда» [10]. При цьому воно може дещо відрізнятись в різних джерелах.

Соціологи виділяють чотири основні функції міграції. Функція розвитку населення, селективна функція, економічна функція та соціальна.

Спочатку ми розглянемо економічну функцію. Вона є однією з найважливіших у цьому списку. Це зумовлено тим, що її сутність полягає у кореляції між попитом та пропозицією на різні типи робочої сили, різного профілю та спеціалізації між різними країнами. Оскільки основним чинником

міграції можна вважати різні рівні матеріальних доходів, умов праці та побуту людей в різних країнах. Що, в результаті, спричиняє появу потреби у зміні місця проживання та роботи в іншому регіоні серед населення більш бідної країни. Оскільки проходить конфлікт між кількістю потреб індивіда та змогами ці потреби задовольнити, використовуючи тільки ті ресурси, які доступні у безпосередньому регіоні проживання.

Соціальна функція також вважається достатньо важливою, оскільки вона є певним чином пов'язаною з економічною. Соціальна функція реалізується через задоволення індивідуальних та соціальних потреб індивідів. При цьому треба розуміти, що вони є дещо інакшими за матеріальні, тобто ті потреби, про які йшлося у першій функції. Під цим ми розуміємо потребу у безпеці, самореалізації, відчуття приналежності до певної групи інших людей, підвищення професійного та/або соціального статусу індивіда.

При умові, якщо абстрактні та фізичні потреби індивіда не знаходять достатньої реалізації, людина має високу вірогідність у входження у стан мобільності. Це такий стан людини, у якому вона перебуває перед тим, як прийняти рішення щодо міграції. Вона характеризується великою кількістю душевного збудження, яке підштовхує індивіда до активних дій в бік міграції. Зазвичай, такий процес настає хвилями, в той момент, коли людина стикається з незадоволенням через нереалізовані потреби.

Наприклад, людина відчуває фінансову потребу, тому шукає місце роботи в країні, яка дозволяє здійснювати професійні цілі. Або, що є достатньо поширеним сьогодні під час війни в Україні, потреба у самозахисті. Отож люди обирають для себе нові регіони або країни для постійного проживання для того, щоб залишатись в безпеці. Також достатньо популярним сьогодні є потреба у інформації та професійній реалізації, отже люди шукають місця з якісною освітою, яка їх цікавить, та приймають рішення мігрувати туди, де вони можуть здобути більш якісну освіту ніж ту, яку їм надає їхнє первинне місце проживання.

Отже міграційний процес завжди починається з певного незадоволення індивіда собою або своїм становищем, та потенціал, який він бачить у іншому місці для себе в майбутньому.

Далі по списку розглянемо з функцію розвитку населення [10]. Вона слугує допомогою у розвитку змін соціальнопсихологічних характеристик індивідів, розвитку особистості. Сприяє розширенню системи переконань та поглядів людей, розвиває знання та уявлення про різні типи життя. Міграція плідно впливає на розвиток особистості індивіда, розширює його кругозір через інтеграцію до нових культур та матеріальних, соціальних і культурних практик, з якими індивід не був знайомий до міграції. До того ж, сюди додається розширення різноманітного типу професійного знання між народами, які входять у міграційний процес. Під цим ми маємо на увазі обмін трудовими практиками серед професіоналів, обмін практичним досвідом.

Останньою з функцій міграції є селективна. Вона відповідає за процес того, як різні соціальнодемографічні групи людей певним чином приймають участь у міграційних процесах. Тобто простежується різна кількість між потоками жінок та чоловіків, що мігрують. У різних народів ця цифра з певних причин відрізняється одна від одної. Така розбивка спостерігається не тільки в питаннях статі переселенців, але й у їхніх рівнях освіти, їхній віковій розбіжності, кваліфікації, професії, місцем проживання та іншими аспектами, які тим чи іншим чином впливають на здатність та потребу людей у міграції [10].

1.2 Розвиток підходів до вивчення феномену міграції

Вперше визначення міграції у науковому світі з'явилося у кінці XIX століття. Її почав розглядати у своїх роботах науковець Е. Равенштейн. [5] Він був Англійським географ-картографом, який відокремив процес міграції як процес, що є безперервним в перспективі тієї чи іншої країни, в якому вона

відбувається. Він пояснює, що міграційний процес виникає через сукупність чотирьох факторів. Вони стаються на різних етапах міграційного процесу, через який проходить індивід. Це етап первинного проживання індивіда, етап процесу переміщення, етап проживання на новому місці, та фактори особистих умов індивіда [6]. Тобто емоційний стан, характер індивіда, його індивідуальна готовність до переїзду. Таким чином, міграція почала визначатись як безперервний процес ще з самого початку введення його у науковий світ.

Від того моменту міграція довгий час розвивалась в науковому просторі і досі є популярною темою для опрацювання. Це зумовлено тим, що сьогодні міграція є достатньо поширеним явищем. За останні роки міграційні процеси збільшувались в дуже активному темпі. На сьогодні, близько 3.1% від всього населення людства є мігрантами першого покоління [11]. Це приблизно 210,000,000 осіб. Такий активний ріст кількості мігрантів по всьому світу можна пояснити швидким та масштабним розвитком глобалізації [7]. Оскільки глобалізація сприяє поступовому зникненню міжлінгвістичних та міждержавних кордонів між країнами [4], роблячи їх більш доступними для людей з інших країн для переїзду та роботи в нових місцях.

Через велику кількість робіт над темою міграції, на сьогоднішній день в науковій літературі існує безліч визначень цього поняття. Кожне з яких розкривається по-різному, в залежності від специфіки наукового знання, предмета та об'єкта дослідження, на яке спирались науковці, від індивідуальних рішень дослідників та від особливостей тієї чи іншої науки, в межах якої це поняття розкривається. З їхньої сукупності можна виокремити теми, які науковці розкривають найчастіше, говорячи про різні міграційні процеси. Як то статус переселенця, географія, причина переміщення, спосіб переміщення, кількість людей, що емігрували.

Наприклад, у соціологічному словнику 1992-го року поняття міграції розкривається як «Географічний рух індивідів або ж груп індивідів. Тобто

мобільність людей у вузкому або ж ширшому географічному просторі» [8, s. 224].

Одночасно з цим у соціологічному просторі існує і наступна думка щодо міграції – «Міграцією можна назвати тільки ті переселення, які пов'язані з перетином державних або адміністративних кордонів та спричиняють зміни у соціальних зв'язках людини та у її оточенні» [10].

Римаренко визначає міграцію як переміщення людей через кордони тих чи інших територій з подальшою зміною постійного місця свого проживання назавжди або ж на тривалий час [13]. Тож у цьому підході допускається розгляд міграції у випадку довгого перебування на території іншої країни, навіть якщо після цього індивід повертається назад, до тієї території, звідки від приїхав від самого початку. У цьому підході також підкреслено, що варто використовувати поняття «міграції» тільки в множині, оскільки розглядається переміщення населення, що складається з міграційних потоків.

Ще одне визначення поняття міграції в соціології визначено професором Проценко: «Міграція – це важливий та складний соціокультурний процес, який нерозривно пов'язаний з такими аспектами життя, як: етнічні, географічні, політичні, демографічні кордони» [14].

Соціолог Рибаківський розрізняє поняття мобільності та міграції. Він вважає, що існує два стани, в яких перебуває людина, поки проходить процес міграції. Мобільність це готовність індивіда до міграції [15]. Тобто коли людина потенційно може здійснити міграційну активність. Коли сама міграція це вже активне переміщення з однієї території в іншу.

Варто звернути увагу на те, що в цих підходах, як і в багатьох інших, які існують сьогодні, під час опису феномену міграції, до уваги дослідників майже не підпадають такі важливі критерії, як класифікація мігрантів, тобто їхній правовий статус, ставлення мігрантів до країни, в яку вони мігрують, відстань нової країни від тієї, з якої виїжджає емігрант, [9] добровільність міграції та кількість індивідів такої ж національності, яка вже знаходиться на території країни, в яку емігрує індивід.

Як можна побачити з прикладів, наведених вище, на сьогодні поняття міграції залишається достатньо розпливчастим [6]. Кожен з дослідників розкриває його по-різному. Вони всі базуються на різних предметах та різних ресурсах/дослідженнях. Отож, якщо одного чіткого визначення ми не маємо, пропонуємо поєднати всі визначення вище.

В соціології існують чисельні підходи щодо класифікації міграції. Це роблять через кількість мігрантів, законність, час перебування, причину міграції та враховуються інші аспекти, які допомагають дослідникам розділяти міграційні процеси на різні групи. Для того, щоб їхнє вивчення було максимально коректним у майбутньому, оскільки різні за специфікою міграції, можуть приносити різні результати в дослідженнях.

Прийнято розділяти чисельну кількість визначень міграції на дві великі групи. Перша – яка розглядає це поняття міграції у вузькому значенні, а друга – у широкому [6]. Під вузьким значенням міграція розглядається суто через соціальну перспективу, як процес переміщення однієї особи, та вивчаються аспекти проживання на новому місці, причини прийняття рішення щодо міграції, фактори, які мали вплив на прийняття такого рішення. В такому випадку міграція є кінцевим та бажаним результатом територіального переміщення, який повинен закінчитися зміною постійного місця проживання індивіда [20]. Деякі джерела до цього також додають отримання статусу громадянина на території, до якої було вирішено переїхати. У широкому значенні міграція зазвичай розкривається більше з демографічної сторони: як безперервний соціальний процес, який складається з сукупності переміщень людей між країнами та поселеннями, при цьому регулярність, тривалість міграційного процесу та цільова причина переїзду можуть бути будь-якими [6]; [20].

Далі міграцію класифікують за аспектами, які входять у процес її реалізації. Наприклад, розрізняють внутрішньодержавну та міждержавну міграцію [10]. Внутрішньодержавні переміщення деякі джерела також охарактеризовують як міграційні процеси.

З причини того, що багато дослідників виділяють міграцію як будь-яке переселення. При цьому, відстань між основним місцем проживання та новим не має великого значення. Оскільки, згідно з цим підходом, людина може переїхати в іншу країну, та відчувати себе частиною нової системи, або ж переїхати в сусіднє місто, і відчувати себе абсолютно чужою людиною, яка не розуміє культурних аспектів оточуючих людей [7]. Отож для успішної міграції важлива не стільки дистанція, на яку було переміщено, скільки сукупність інших персональних та об'єктивних факторів, які буде більш детально розкрито далі в цьому розділі.

Міграція може бути політичною – джерелом якої є певні політичні обставини, та економічною – коли рушієм міграції є бажання знайти роботу, отримувати кращу матеріальну вигоду, та (за обставинами) стати громадянином нової держави.

Від цього моменту можна розібрати наступне розрізнення та легальну та нелегальну міграції, бо обидва типи зустрічаються сьогодні достатньо часто. Легальна міграція є тією, яка є ухваленою офіційно, з боку країни, у яку є намір заїхати. Нелегальна ж стається з різних причин, як то, наприклад, нестача матеріальних ресурсів, часу, освіти індивіда, та також можуть впливати інші чинники, які перешкоджають у отриманні документів на час перетину кордону.

Існує також класифікація на постійну та тимчасові міграції. Постійна – коли людина не має планів та думок про повернення з місця міграції. Тимчасова – коли людина була змушена покинути місце свого постійного проживання, та живе на новому з думками та/або планами повернутись на первинне місце проживання у майбутньому [10]. Така ситуація також підпадає під опис вимушеної міграції.

За причиною виїзду міграцію розділяють на суверенну та вимушену. Суверенною міграцією називають ту, коли людина сама приймає рішення щодо переїзду, для того, щоб задовольнити свої потреби, а до цього знаходиться у стані мобільності, тобто моральної готовності до початку міграційного

процесу. Таке рішення повинно бути прийнятим автономно, без втручання інших чинників.

Вимушеною ж міграцією називають таке переміщення особи, яке трапляється через певні загрозливі обставини для здоров'я, життя та добробуту індивіда. Під час якого, людина зазвичай відчуває емоційний удар, велику кількість психологічного стресу, загрозу [16], втрату енергії та можливості на те, щоб досягати певної мети в своєму житті. Також для цього процесу є характерним те, що індивід під час нього не має можливості або сил втручатись, перешкодити процесу виїзду, не має інших доступних рішень [10].

Таку міграцію також називають міграцією примусу. У разі того, коли людина попадає у ситуацію, під час якого стає вимушеним мігрантом, вона може отримати офіційний статус «вимушеного переселенця», «внутрішньо переміщеної особи» [16] або «біженця». Такі статуси дають індивідам змогу отримувати допомогу від держави, якщо вони її потребують.

Внутрішньо переміщена особа це ті індивіди, які через загрозу були вимушені змінити місце свого постійного проживання в межах території своєї країни [16]. Біженці це ті індивіди, які через певну загрозу були змушені змінити місце свого проживання, та перетнули кордон іншої країни, в якій знайшли прихисток. Вимушені переселенці це ті індивіди, які також через загрозу були вимушені перетнути кордон іншої країни, але при тому, мали час, ресурси та змогу перед цим обрати для себе нове місце для життя [10].

Отож міграція це процес, який, за думкою деяких вчених, існує так давно, як і саме суспільство.

На сьогоднішній день найпопулярнішою міграцією вважається саме трудова. Легальна та нелегальна, в залежності від того, в якому регіоні первинно знаходяться люди, та які у них є при цьому можливості та ресурси. Через те, що такий тип міграції на теперішній час є найпоширенішим серед українського населення, він є і найбільш широко описаним в соціологічних наукових роботах [7].

Наприклад українськими вченими добре розкривається питання трудової еміграції, оскільки самі українці активно приймають участь у міграційних процесах, та є країною з однією з найбільших кількостей людей, що залишають країну через трудову еміграцію [4].

Однак про питання вимушеної міграції пишуть лише деякі дослідники. Можна припустити, що це пов'язане з невеликою кількістю конфліктів, які б провокували появу та наплив вимушених мігрантів. Отож і досліджувати їх було б проблематичним, або не мало потреби.

Висновки до розділу 1

Міграція це один з найстаріших та дуже важливих феноменів для суспільства. Він почав вивчатись ще з античних часів, і досі не втрачає своєї актуальності у науковому середовищі. Сьогодні існують чисельні різновиди та підходи до визначення цього поняття. Найпоширенішим визначенням серед науковців вважається наступне: «Міграція це є переселення, тобто територіальне переміщення населення, яке пов'язане зі зміною місця проживання індивіда» [10].

Важливість та необхідність феномену міграції для суспільства визначається її функціями: розвитку населення, селективна, економічна та соціальна. Отже міграція сприяє економічному розвитку країни, обміном знаннями, задоволенню потреб індивідів, розширенню соціальнопсихологічних характеристик населення та багато інших, що є важливими для розвитку суспільства.

Міграції класифікують за їх ознаками як легальні та нелегальні, внутрішньодержавні та міждержавні, постійні та тимчасові, політичні, трудові та економічні, вимушені та суверенні. Класифікація вимушеної міграції є ще досі вузьким та має невелику кількість робіт щодо розкриття цього поняття. Ми вважаємо, що це пов'язане з недостатньою кількістю

реципієнтів для таких досліджень, та з великою кількістю бар'єрів, що перешкоджають у процесі вивчення цього феномену.

РОЗДІЛ 2 ОСОБЛИВОСТІ ВИМУШЕНОЇ МІГРАЦІЇ ТА АДАПТАЦІЇ ВИМУШЕНИХ МІГРАНТІВ І ПЕРЕСЕЛЕНЦІВ

2.1 Сутність вимушеної міграції та процес адаптації мігрантів

Проблема вимушеної міграції для українського наукового контексту є відносно новою, особливо в тому масштабі, в якому вона існує сьогодні. Отож це питання тільки починає активно вивчатись в науковому просторі.

До початку повномасштабного вторгнення Росії на територію України, українськими соціологами частково піддавалась вивченню тематика вимушеної міграції в дещо інших напрямках та аспектах. Наприклад, дослідником Н. Ігнатолією розглядався підхід до аналізу переміщень трудових мігрантів через класифікацію них як окремої частини вимушених мігрантів. [17]

Д. Богиня також в своїх роботах описує феномен вимушеної трудової міграції українців, конкретніше, через жителів закарпатської області. Вона вважає, що такий тип міграції є достатньо складним для вивчення соціальним явищем, [18] оскільки процес визначення ситуації людини, коли її виїзд за кордон перестає бути заробітчанством, і переростає у вимушену трудову міграцію, може бути достатньо заплутаним.

Згідно з таким підходом, вимушена міграція визначається як певна сукупність територіальних переміщень індивідів, які при цьому обов'язково пов'язані зі зміною місця постійного проживання. Воно може мати як і постійний так і тимчасовий характер. Причиною або елементом, що спонукає індивідів на зміну місця проживання, є причини, які не залежать від дій людей, зазвичай йдуть всупереч їхнім бажанням, та змушують їх шукати притулок та безпеку для себе та/або своєї родини [19]. У цій роботі ми будемо розглядати вимушену міграцію українського населення на територію Канади, причиною якого є військово-політичне зіткнення, яке розпочалося на

території України на початку 2014 року, та почало розгортатись у особливо широкому масштабі з початку 2022 року.

При умові, якщо ми розглядаємо міграцію до Канади, нам здається влучним використовувати підходи вимушеної міграції та також вимушеної трудової міграції. Це можна пояснити тим, що, у такий спосіб ми зможемо поєднати одразу два аспекти цієї вимушеної міграції – по-перше, причина якої полягає у військових діях, небезпеці для людей та їхнього добробуту, а також у бажанні обрати собі країну для притулку, яка б надала можливість працювати, заробляти гроші та забезпечити собі життя на новому місці самостійно.

Вимушена трудова міграція, за визначеннями дослідниці Богині, дозволяє втілюватись процесу взаємообміну професійним методикам та навичкам між робітниками, сприяє розвитку характеру та світогляду мігрантів [18], що, як було визначено раніше, є однією з найважливіших функцій міграції як такої. До того ж, вона задає дещо ширшого впливу, як то розширення професійно-кваліфікаційної структури країни, яка приймає трудових мігрантів, сприяє обміну робочої сили та робить можливою соціальну, професійну та галузеву мобільність населення [18].

Масова трудова міграція українців була зафіксована у багатьох країнах світу. Як то Америка, Канада, Австралія, та деякі країни Європи. Зазвичай такі масштабні міграції, їхні особливості та аспекти зумовлені певними соціальними, політичними, економічними факторами країни, з якої йдуть хвилі мігрантів. Соціолог Ігнатоля пропонує таку низку причин, через які українці так часто обирають для себе шлях міграції:

Соціолог Ігнатоля розглядає чотири етапи, через які проходять індивіди під час вимушеної трудової міграції: Війни, розчарування, нестача ресурсів, міжнаціональні конфлікти, та незадоволення різного типу потреб індивідів [17].

Дослідник пропонує для того, щоб краще зрозуміти феномен вимушеної трудової міграції українців, поглянути на етапи такого

міграційного процесу, за всю історію його існування. Для цього прикладу соціологом було обрано використовувати міграційні потоки українців з території Закарпаття, для більш конкретного зразку.

Всього їх налічується чотири:

Перша хвиля еміграції трудових мігрантів. Вона сталася приблизно у 1870 роки, коли люди почали виїжджати з території Підкарпатської Русі на територію США, Пенсильванія. Хвиля мала свій початок коли кілька десятків індивідів виїхали з метою праці, зазвичай в важкі місця роботи, через своє погане фінансове становище та нестачу освіти. Одним з найпопулярніших місць роботи для українських мігрантів на той час були, наприклад, вугільні шахти. З часом, вже у 1900 роки, кількість трудових мігрантів, які покинули Підкарпатську Русь, налічувала близько 120 тисяч осіб. До США емігрували в основному тільки бідні люди з нижчого класу. Про це свідчить те, що за даними 1905 року, більше ніж у половини українських емігрантів в США (63%), були відсутні навички письма. Часто люди не повертались зі своїх місць роботи та залишались жити на території США на постійній основі, без планів повернення додому. [17] Можна припустити, що така тенденція була зумовлена тим, що повернутись назад для емігрантів було б достатньо складно та проблематично, отож велика кількість емігрантів обрала для себе переїзд назавжди.

Далі йде друга хвиля. Вона сталась під час воєнного періоду, між Першою та Другою світовими війнами. Сила, з якою українці виїзджали до США, не змінилась. До неї також додалась нова країна, яка стала популярною серед вимушених трудових мігрантів - Угорщина. Так, у 1942 році Угорщина налічувала близько 14 тисяч осіб українського походження, які проживали на її території, та працювали у якості допомоги в господарствах.[17] У цей період серед усіх мігрантів в основному налічувались чоловіки.

Третя хвиля української еміграції почалась після закінчення Другої світової війни. У цей період виїзди з метою працевлаштування за кордон тимчасово припинились. Причиною такої зупинки була радянська влада, яка

зробила процес виїзду для своїх громадян достатньо важким і майже неможливим. Не дивлячись на це, умови, в яких перебували люди, змушували їх шукати роботу в інших місцях. Отож трудові мігранти почали розїзджатись по простору СРСР. Як то на територію сучасної Росії, Казахстану та інші більш малі регіони. Для цього періоду є характерним те, що через погані умови життя, які, можна припустити, були зумовленими важкою соціальною та економічною ситуацією у країні після закінчення Другої світової війни, виїжджати почали також жінки. Почали траплятись випадки, коли були змушені шукати собі роботу навіть молоді люди, віком до 16 років [17]. Все це свідчить про високу незадоволеність своїх потреб та складними умовами життя, що змушувало людей емігрувати.

Однак, на відміну від попередніх двох хвиль, під час третьої дуже мала кількість людей залишилась жити на територіях, де знайшла собі роботу. Отож третю хвилю міграції можна охарактеризувати як тимчасову, вимушену та трудову. Ця хвиля продовжувалась приблизно до 1985 року.

Остання, четверта хвиля української вимушеної міграції почалась у 1980-х, та досі вважається актуальною сьогодні. Остання хвиля характерна тим, що в основному працевлаштовуються люди нелегально. Допускаємо, що це може бути пов'язаним з тим, що до такого виду міграції приходять люди з відносно невеликою кількістю матеріальних ресурсів. Вони знаходяться в положенні, яке змушує їх переїжджати з певних причин: як то незадоволеність життям, погані умови, нестача фінансів. Отож роблять це через ті способи, які є їм доступними, але при цьому не обов'язково є легальними. Як то за приватними запрошеннями, але без права на працевлаштування, по туристичним візам, та все одно влаштовуються працювати в процесі [17].

При цьому, треба пам'ятати, що у ці хвилі не входить інформація щодо повномасштабного вторгнення Росії в Україну, після якої багато країн почали надавати змогу для українського населення емігрувати та працевлаштуватись на своїй території за спрощеними процесами. Отож на сьогоднішній день

вимушена міграція також є частково трудовою, оскільки люди обирають місце, де вони мають можливість працювати та забезпечити собі життя [10]; [16]. Отож кількість нелегального працевлаштування за кордоном, на нашу думку, потенційно зменшилась у цей період.

Більш детально це питання можна буде розглянути через контекст вимушеного переїзду в Канаду, під час нашого дослідження.

Перед цим буде також доречним розглянути позитивні та негативні ефекти, які несуть з собою випадки вимушеної міграції. Серед позитивних ефектів, зокрема на українське суспільство, можна назвати зменшення кількості безробітних громадян на українському ринку праці. Зменшення соціальної напруги в суспільстві. Надання можливості для громадян, які мають на це можливість та бажання, підвищувати свою професійну кваліфікацію. Реалізація українського населення за кордоном, розширення своїх можливостей та задоволення різних персональних потреб. Підвищення матеріального стану мігрантів та також часто членів їхніх сімей. Розширення поглядів на світ мігрантів, здобуток освіти. Також потенційним позитивним аспектом є можливість українців підтримувати економіку України, не тільки через певну кількість коштів, які мігранти надсилають своїм сім'ям, а й через різні професійні бізнес зв'язки, які можуть перерости у створення різного роду відгалужень іноземних підприємств на території України [21].

Щодо негативних ефектів вимушеної трудової міграції можна назвати такі, як втрата трудових ресурсів населення, та втрата конкурентноспроможної частини трудових ресурсів, тобто міграція вчених, лікарів та технічних професіоналів за кордон. Що з часом впливає на зменшення темпів у розвитку науково-технічного прогресу країни. Сюди також додаються поширення випадків ошукувань, зловживань та обману українських громадян різноманітними іноземними агентствами працевлаштування. Дискримінація українських професіоналів за кордоном та використання їх як робочої сили на важких роботах для здоров'я та фізичного стану людини. Випадки експлуатації українського населення роботодавцями.

До того ж вимушена міграція часто призводить до довгої розлуки мігрантів з їхніми родинами, підвищує вірогідність потрапити у ситуацію, яка б загрожувала здоров'ю та навіть життю людини, та також потенційне збільшення соціальної напруги в країні, в яку переїжджають. Що з часом може сприяти розвитку злочинності та міжнаціональним конфліктам на таких територіях [17].

Фінальним етапом будь-якого міграційного процесу, незалежно від його типу, вважається адаптація до нового місця проживання. Визначень адаптації існує в науковому середовищі чимало. В основному, це, як в ситуації з міграцією, пов'язане з тим, що адаптацію розкривають чисельні науковці та дослідники в різноманітних наукових галузях. Як то психологія, соціологія, економіка, медицина. З погляду психології, адаптація визначається через рівень стресу індивідів, їхні психологічні аспекти, наслідки на психіку та поведінка. Медицина зосереджує свою точку зору на фізичному стані переселенців, задоволення їхніх первинних потреб, пов'язаних з їхнім здоров'ям, та можливість появи епідемій. Економіка розглядає статус переселенця, його фінансова спроможність себе забезпечити, можливість переселенців до виходу на ринок праці. З боку антропології це питання розкривається через спроможність індивіда контактувати з новим суспільством, культурою [16].

Розглянемо як до цього питання ставляться вчені в рамках соціологічного знання. В нашому випадку соціальна адаптація визначається як процес, який впливає на мікросоціальні взаємодії, та забезпечує їхню організацію. До таких взаємодій входять формування різного типу міжособистісних стосунків між індивідами, які б мали функції забезпечення реалізації бажань індивідів, та/або цілеспрямованих дій [22].

До того ж, важливо пам'ятати, що успішною адаптацією є не відмова від первинних культурних цінностей, заради того, щоб прийняти інші. В такому випадку це явище скоріше буде доречніше називати асиміляцією. Оскільки, коли ми говоримо про адаптацію, ми кажемо про можливість

поєднувати в собі одночасно два набори культурних норм, правил та цінностей, які не суперечать один одному, а доповнюють, існують одночасно та зберігають свою важливість [24].

Отож адаптацію не можна звести просто до процесу повного прийняття нових соціальних норм. Під адаптацією ми розуміємо гнучкість та підготовленість індивіда до контакту з новими культурними аспектами, межами, нюансами та винятками, які з'являються при попаданні до нового суспільства. Адаптація означає спроможність діяти в нових умовах, які потенційно можуть навіть бути небезпечними для індивіда, і при цьому продовжувати самореалізовуватись, продовжувати втілювати свої цілі та бажання в реальність [23].

Зазначено, що важливим елементом під час адаптації є те, що після зміни постійного місця проживання, люди не втрачають зв'язок зі своїм корінням, культурою та мовою. Це сприяло їхньому емоційному та фізичному здоров'ю, у порівнянні з тими, хто з певних причин втратив цей зв'язок з часом, або вимушено [40].

До того ж, дослідник Гідденс визначав феномен адаптації в новому соціумі не тільки як суспільне явище та процес соціалізації, а й процес до знаходження та пристосування до виконання нової соціальної ролі [32, с. 107].

Дослідник Філіпов розбиває фактори, які впливають на швидкість адаптації, на три групи. Перша це фактори середовища, до яких було здійснено переїзд. До них входять місце роботи, технологічний процес, зміст виробничих завдань нового місця, можливість та шляхи підвищення кваліфікації на новому місці. Наступна група це індивідуально-особистісні фактори. До них, за розробками вченого, входять такі фактори, які пов'язані з особливостями мігранта. А саме рівень знань, рівень навчання, набір умінь та навичок, ставлення до своєї професійної діяльності, індивідуальні властивості особистості та характеру мігранта. До останніх, соціально-психологічних факторів, дослідник причисляє

соціально-психологічний клімат оточуючих людей, наявність або відсутність різноманітних трудових норм, стиль міжособистісної взаємодії в рамках нової групи [37].

Загалом всі чинники, які певним способом впливають на процес адаптації, поділяють на дві великих групи – об'єктивні та суб'єктивні. Почнемо з визначення об'єктивних. Серед них налічуються зовнішні соціальні умови формування особистості. Отже умови життя, її діяльності, та певні засоби, від яких у індивідів формуються риси їхньої особистості. Вони ж, у свою чергу, можуть також бути двох видів – загальні та специфічні. Загальні та об'єктивні чинники це ті, що мають свою діяльність в цілому на рівні суспільства, отже на макрорівні. Це ж і визначає характер та напрямки впливів на людину, що її соціалізують. Специфічні чинники мають вплив на рівні окремих соціальних структур суспільств, в якому індивід знаходяться. Треба зазначити, що вплив загальних об'єктивних чинників виражається через специфічні об'єктивні чинники, які, у свою чергу діють на мікрорівні. Отож вони є взаємопов'язаними між собою [38, с. 13-14].

Як у випадку з міграцією, коли визначали не тільки сам процес переміщення індивіда за кордон, але й його готовність до цього переміщення, тобто мобільність. Під час опису поняття адаптація, деякі дослідники також виділяють суб'єктивну підготовленість людей до цього процесу. Така готовність називається адаптивність. Тобто спроможність суб'єкта до адаптації. Така спроможність може залежати від декількох факторів. Наприклад, те, наскільки є врівноваженою система, яка визначається ступенем відповідності між цілями, та результатами, які людина отримує після досягнення поставлених цілей [25].

У ситуації з вимушеними мігрантами, питання адаптації ще не є повністю визначеним, отож буде доречним використовувати сукупність визначень, які є популярними в науковому просторі та знаходяться у відкритому доступі.

Негативного впливу на процес адаптації для вимушених мігрантів можуть надавати як зовнішні, так і внутрішні аспекти. Серед зовнішніх налічуються такі, як політичні, економічні та культурні умови нового зовнішнього середовища. Серед внутрішніх можна назвати різні особистісні чинники індивіда, які зазвичай пов'язані з його індивідуальними особистостями. Тобто характер, погляд на світ, підвищена чутливість до певних аспектів зовнішнього середовища [24].

Варіацій визначення адаптації саме вимушених мігрантів в науці на сьогоднішній день не дуже багато. Можна припустити, що така невелика кількість цього визначення пов'язана з невеликою кількістю людей в минулому, яких можна було б назвати вимушеними мігрантами. Отож серйозної потреби у вивченні такого типу людей не з'являлися. З того, що ми маємо на сьогоднішній день, в основному виділяють вже останні стадії, як специфічну адаптивну діяльність індивіда. Адаптованість зумовлена змінами соціальної дійсності, в якій опиняється мігрант, та є спрямованою на побудову взаємодій людини з новим оточуючим соціальним середовищем як відповідь на нові, незнайомі фактори для суб'єкта, які не були до цього присутні в його індивідуальному досвіді [27, с. 7]. Отож адаптація є обов'язковим аспектом соціальних відносин мігранта, оскільки вона впливає на те, з якою успішністю та з яким ступенем включення у індивіда буде виходити ставати частиною відносин на новому місці проживання.

При умові, якщо ми розглядатимемо конкретно вимушених українських мігрантів, доречним також буде мати на увазі аспекти процесу адаптації, які існують на соціальному рівні. Як то, наприклад, входження людини в нове соціальне оточення, знайомство з новою культурою, прийняття нових правил та культурних аспектів. Але також сюди дуже важливою є аспект прийняття з боку населення.

Потреба у адаптації мігрантів не тільки до навколишнього середовища, а й до оточуючих індивідів була описана Г. Спенсером. Він підкреслював ідею того, що в межах розуму людини відсутні обмеження, які б не давали

можливість процесу пристосування та адаптації мігранта до нового соціуму [24].

Дослідники виділили кореляцію між відчуттям приналежності людини, та її соціальної інтеграції. Виявлено, що приналежність є однією з найважливіших цінностей для людини, яка на пряму впливає на її здоров'я, настрої, досягнення поставлених мети та планів, та навіть на тривалість життя [36, с. 843-857].

Тобто успішна адаптація це не тільки та, коли людина успішно змогла прийняти аспекти нового соціуму, а й також коли члени нового соціуму прийняли мігранта до себе [24].

Процес адаптації це завжди великий стрес для мігранта. Зазначено, що майже завжди, мігрант, під час перебування на території незнайомої йому країни довгий час, починає відчувати феномен «культурного шоку». Культурний шок зазвичай стається після того, як людина тільки починає поглиблюватись у нову культуру. Що, в процесі, супроводжується конфліктом старого та нового уявлення про світ, цінностей та різноманітних культурних аспектів, які людина мала протягом усього життя. Це така спроба поєднати в собі одночасно дві культури - стару, з місця, з якого виїхав індивід, та нову, яка існувала на тій території, в яку індивід вирішив емігрувати. Антрополог К. Оберг вважав, що адаптація для кожної людини супроводжується дезорганізуючим переживанням [26].

Для переселенців у міграції дуже часто змінюються всі основні аспекти життя, які здавались дуже звичними. Природа, клімат, мова, психологічні стосунки з іншими людьми, традиції, звичаї, цінності, мода, звички. Така велика кількість змін веде до довгого процесу пристосування до нового етнічного та культурного середовища. Навіть в ситуації, коли людина розуміла що її будуть чекати такі зміни в майбутньому, та мала час підготуватися [28].

Можна припустити, що при умові, коли процес адаптації є складним та наповненим стресу для мігрантів, які пішли на цей крок добровільно, то для

вимушених мігрантів він може бути ще складнішим. Бо до нього додаються різні емоційні, фінансові та моральні перешкоди, які роблять цей процес потенційно складнішим для вимушеного мігранта.

Взагалі треба мати на увазі, що ті події, через які проходять українські вимушені мігранти, можна назвати кризовою ситуацією. Отож будь-яка кризова ситуація несе за собою незадоволення однієї або декількох базових потреб людини. Наприклад, потребу у безпеці, безпеці майна, у харчуванні, або ж у самовираженні. Постійний вплив незадоволеності через певний час призводить до того, що людина потенційно може отримати симптоми невротизації, має підвищений ризик входження у депресивний стан, втрачає віру у себе, змінює свій світогляд, втрачає мету та потребу щось робити далі [30].

Серед вимушених переселенців достатньо часто можна помітити симптоми, які зазначають про тривалий вплив великої кількості стресу на організм. Серед таких можна назвати болі в голові, в області серця, запаморочення, дискомфорт або біль в області кишківнику, шлунку, порушення ритму сну, часті перепади настрою, емоційна збудливість, підвищена втомлюваність, часті відчуття страху, тривоги, невпевненості [34]; [35].

У зв'язку з цими процесами, емоційний фон у вимушених мігрантів зазвичай є достатньо зниженим. Достатньо проявлена емоційна напруженість: дратівливість, заклопотаність, надмірна реакція на подразники, зосередження на проблемах, тривожність. Через це процес адаптації проходить ще складніше, порівняно з добровільними мігрантами. Оскільки проблеми, з якими стикаються саме вимушені переселенці, мають достатньо унікальний характер, які впливають на особистості та самоідентичність мігрантів [31].

Дослідники також виділяють наступний перелік перешкод, які існують на індивідуальному рівні індивіда, та впливають на швидкість його адаптації. Це, наприклад, відсутність сформованих навичок самореалізації, не

спроможність здійснювати свою психологічну самореалізацію, не здатність до аналізу та усвідомлення вимог до рівня інтеграції діяльності. Недостатнє розуміння системи міжособистісних стосунків на новому місці. Відсутність розуміння того, що адаптація це складний процес, який не може бути втілено одразу.

У зв'язку з цим, до цього також додаються аспекти характеру індивіда, як схильність до того, щоб запам'ятовувати та бачити тільки негативні елементи, концентрування своєї уваги на недоліках. Зосередження на моральних, інтелектуальних помилках себе та інших.

Розлука з рідними та сім'єю, друзями, незадоволеність своїм матеріальним становищем, побутові труднощі, незнання мови, відсутність спрямованості, все це є додатковими чинниками, які також впливають на швидкість вимушеної адаптації, та погіршують загальний стан індивіда [29].

Успішна адаптація вимушеного мігранта буде залежати від низки причин, які тісно пов'язані з причиною переселення, та планами на своє майбутнє. Одним з таких аспектів, наприклад, є планування переселенцем часу перебування на новому місці. При умові, якщо він буде сконцентрованим на тому, щоб залишитись в новій країні назавжди, у нього буде більше мотивації, внутрішнього бажання та енергії на те, щоб інтегруватись у новому соціумі. Вивчати мову, пізнавати культуру, отримувати кваліфіковану роботу. Якщо ж людина планує тільки тимчасове переміщення, поки не буде можливості повернутись в первинне місце проживання, то й зусиль буде витрачено менше, будуть йти спроби зберегти свій старий спосіб життя з мінімальними змінами [29]. Можемо припустити, що якщо людина знаходиться у стані готовності до адаптації, то вірогідність того, що вона буде відчувати себе більш щасливою, і задоволеною є вищим, ніж коли людина відмовляється від адаптації.

Отож можна визначити, що адаптація це дуже складний, довгий але необхідний процес, через який обов'язково проходять всі переселенці. Кожен в своєму темпі та своєю мірою, але певним чином він торкається кожного

мігранта. Деякі мігранти є більш схильними до успішної міграції, хтось менше. Це пов'язане з особистісними факторами, через які проходять індивід. Вони є професійними, соціальними, психологічними, та всі в сукупності визначають готовність індивіда до адаптації.

2.2 Методологічна стратегія дослідження адаптації вимушених мігрантів

На сьогоднішній день в межах соціологічних досліджень на території України, найбільш розробленим є поняття адаптації саме внутрішніх вимушених переселенців. Можна припустити, що це пов'язане з тим, що внутрішньо переміщених осіб простіше досліджувати. Оскільки вони проживають все ще в межах території України, отож комунікація з ними є простішою та потенційно навіть набагато дешевшою.

Перш ніж розробляти своє дослідження в цій галузі, ми вважаємо необхідним розгляд актуальних робіт, що присвячені дослідженню адаптації вимушених переселенців. Для того, щоб розглянути, яким чином, використовуючи які методи та практики, українські соціологи досліджують питання адаптації. Такий аналіз дозволить нам спланувати своє дослідження більш коректно, побачити, які підходи висвітлюються частіше за інші, та які аспекти ще погано розкриті та потребують додаткової інформації. Таким чином ми зможемо підлаштувати питання в анкеті для нашого опитування так, щоб вони розкривали теми, які ще є недостатньо вивченими в межах соціології на сьогоднішній день.

Отже в межах українського наукового простору, питання про адаптацію мігрантів в цілому розкривається достатньо мало. Питання адаптації вимушених мігрантів розглядається ще менше. Частіше за все використовують поняття ВПО – вимушено переселених осіб. Однак підходи, які застосовуються для них, ми вважаємо придатними для використання в роботі з вимушеними мігрантами, оскільки обидві групи індивідів мають

схожі теоретичні підгрунття. Обидві групи стикаються зі схожими проблемами. Як то причина переселення, процес переселення, втрата ресурсів, втрата кола спілкування, роботи, контактів з сім'єю. Однак треба пам'ятати, що дві групи все ж мають свої відмінності, як то наявність різних можливостей, різні соціальні зв'язки, потреба або відсутність потреби у вивченні нової мови, адаптація до нової культури та ін.

Найпопулярнішими підходами до вивчення вимушених переселенців серед українських дослідників є ресурсний та соціокультурний підходи. Ресурсний підхід пояснюється тим, що кожна людина потребує певну кількість ресурсів, для того, щоб мати змогу задовольняти свої потреби. Під час міграції вважається, що людина втрачає певну кількість своїх ресурсів. Житло, майно, робота. Отож адаптація пояснюється як процес врегулювання доступу до ресурсів у новому місці проживання. Отож сутність ресурсного підходу полягає у вивченні того, що полегшує або робить складнішим отримання нових ресурсів. Та як саме ресурси впливають на процес адаптації.

Сутність соціокультурного підходу полягає у тому, що крім матеріальних ресурсів людина також зазвичай втрачає соціальні зв'язки. Це виражається через втрату кола спілкування, соціальних зв'язків, пристосування до нового ринку праці, втрата сімейних зв'язків. Такі зміни відбуваються або під час або після міграції, коли людина вже опиняється у новому для себе соціокультурному оточенні. Такі соціальні ресурси можуть втрачати свою актуальність та часом зникати вже через тривалий час після переміщення. Адаптація в цьому підході залежить від здатності кожного окремого індивіда повернути такі ресурси, які було втрачено через еміграцію. Наприклад, встановити нові, або налагодити старі соціальні зв'язки та підтримку від оточуючих людей. В межах цього підходу, адаптація описується як процес подолання культурного шоку від зміни соціального оточення, знайомство та необхідність у пристосуванні до нової культури. Винаходження способів співіснування первинної ідентичності переселенця з

новою, яка співвідноситься з новою культурою та новим соціальним оточенням [16].

Окремого чіткого списку емпіричних ознак успішної адаптації вимушених переселенців не існує. У межах соціокультурного підходу успішна адаптація вимірюється кількістю та серйозністю конфліктів мігранта та оточуючих людей в новому суспільстві. Зближенням індивідів з громадами, які їх приймають, налагодження стосунків та комунікації серед людей, з якими проживає емігрант. Співіснування двох культур в межах мігранта, або ж навіть і оточуючих людей. У ситуації, коли емігрант починає практикувати культурні особливості нової країни, при цьому не зважаючи такої ж уваги до старих культурних аспектів, такий процес називається асиміляцією. У ситуації, коли обидві групи - мігранти та оточуючі особи починають практикувати аспекти обох культур одночасно, це називається мультикультуралізм. Отож успішна адаптація визначається зближенням культурних та соціальних дистанцій мігранта та громадян країни, до якої він переїхав.

У ресурсному підході успішність адаптації вимірюється фінансовим благополуччям особи, що емігрувала. Успішність також може визначатись вмінням громади, що приймає, та мігрантами розділяти одні економічні ресурси, не влаштовуючи при цьому більшу кількість конфліктів, ніж до того, коли мігрант з'явився у новій території. До того ж, важливим аспектом є кількість переселенців, які прийняли рішення про повернення назад до рідної країни, тобто перериваючи асиміляцію[39, р. 30];[16].

Висновки до розділу 2

Отже, вимушена міграція це процес, під час якого людина зазнає незадоволення своїх потреб, як то потребу у забезпеченні безпеки здоров'я себе та/або своїх близьких, у збереженні майна, у забезпеченні професійної

діяльності, самовираженні. Ці чинники вводять людину у стан мобільності, під час якого вона замислюється про можливість зміни країни проживання, і в результаті мотивують до прийняття остаточного рішення про переїзд. Завершення процесу міграції відмічається повернення на територію тієї країни, з якої виїхав індивід, смертю індивіда, або ж отриманням громадянства нової країни.

Під час міграції людина обов'язково проходить через адаптацію. Адаптація буде існувати незалежно від того, наскільки далеко виїхала людина – в сусіднє місто або на сусідній континент. Адаптація виражена через відновлення ресурсів, які було втрачено під час переїзду. Як то соціальні зв'язки, майно, місце проживання, місце роботи. Сутність адаптації також полягає у спроможності людини віднайти для себе можливість забезпечити ті потреби, які вона не могла забезпечити на минулому місці проживання. Під час адаптації людина проходить через культурний шок, який трапляється під час ознайомлення з особливостями нового суспільства. Як то нова мова, культура, етикет, свята, ритуали, культура роботи та ін. Успішною адаптацією вважається процес прийняття нової для себе культури та врівноваження рідної та нової культури для себе. Тобто коли людина поважає та приймає для себе дві різні культури одночасно, та практикує обидві. У ситуації, коли нова культура витісняє стару, такий процес називається асиміляцією.

На Українському просторі в основному дослідження вимушеної міграції торкаються теми внутрішньо переміщених осіб. Але, оскільки причини та наслідки переселення їх, та вимушених мігрантів є схожими, ми вважаємо використання підходів для вивчення ВПО придатними для використання під час дослідження вимушених мігрантів.

Оскільки на сьогоднішній день велика кількість українців приймають для себе рішення переїхати на територію Канади, а питання адаптації вимушених мігрантів на цій території майже не розкрито, у суспільстві з'являється потреба у тому, щоб дослідити аспекти адаптації та розробити

програми, направлені на вирішення проблем, які з'являються у процесі міграції конкретно на цій території.

На основі інформації, яку було отримано під час аналізу досліджень, сформуємо своє, яке б відповідало потребам та вимогам в області цієї роботи.

РОЗДІЛ 3 ДОСЛІДЖЕННЯ АДАПТАЦІЇ ВИМУШЕНИХ УКРАЇНСЬКИХ МІГРАНТІВ У КАНАДІ

3.1 Методика та інструментарій дослідження адаптації вимушених українських емігрантів на території Канади

Для цього дослідження ми будемо опитувати людей, які повинні підпадати під чіткі рамки, які були встановлені окремими аспектами та потребами цієї роботи. Перелік потреб під час відбору учасників анкетного опитування: людина повинна самоідентифікуватися з вимушеним переселенцем, повинна була виїхати за межі території України в проміжку між 2014 та 2024 роками, проживати на даний момент на території Канади та мати бажання прийняти участь у нашому дослідженні.

Кандидати на участь у дослідженні були обрані з принципів репрезентативності за віком. Отож ми матимемо двоє людей віком від 70+, двоє людей віком від 40+, та двоє людей віком від 20+ років.

Для того, щоб провести дослідження, нами було обрано чотири провінції на території Канади – Онтаріо, Квебек, Альберта та Британська Колумбія. Причиною для цього вибору стали два моменти. По-перше, той факт, що ці чотири провінції є одними з найпопулярніших для переселення, у склад яких входять одні з найбільших мегаполісів в цій країні. Отже цих містах проживає велика кількість людей, тож і інформація, яку буде здобуто про життя на цих територіях, буде найбільш репрезентативною для Канади.

До того ж, ми змогли знайти таких учасників, які підходять для нашого дослідження саме на території цих трьох провінцій.

Дослідження буде проводитись протягом тижня з 18 до 24 березня, 2024 року, у формі анкетного опитування. Оскільки такий проміжок часу дасть можливість учасником пройти анкету в підходящій для них час, без впливу зовнішнього тиску, що повинно зробити результати опитування максимально

коректними. Анкета буде розроблятися та розсилатися, використовуючи платформу Google Forms.

Питання в анкеті будуть складатися з трьох груп:

- Ввідні питання (прості, на відповідь яких не потребується багато часу). Ставляться в початок анкети для того, щоб підготувати людину до наступних питань.
- Питання з середнім рівнем емоційної забарвленості (під час відповідей на які, деяким респондентам може знадобитись більше часу. Емоційна напруга вірогідно зростатиме під час відповіді на цю групу запитань.)
- Остання група – складні для відповіді питання (ставляться в кінець для того, щоб людина поступово готувалась до такого типу запитань, і в результаті мала більше шансів відповісти на нього максимально коректно).

Під час розробки питань було вирішено використовувати аспекти соціокультурного та ресурсного підходів до вивчення адаптації. Для цього будуть використані ознаки виміру успішності адаптації мігрантів, що описані у цих підходах. Як то, наприклад, встановлення соціальних зв'язків на новій території проживання, здобуття можливості забезпечувати себе у фінансовому плані, налагодження стосунків з новою громадою, вивчення мови та інші.

Питання, що було підібрано для використання в межах анкетного опитування можна розглянути у Додатку А.

3.2 Результати дослідження адаптації вимушених мігрантів з України у Канаді

За час проведення дослідження у анкетному опитуванні взяли участь 19 респондентів. Було успішно отримано результати та проаналізовано

інформацію, яка в них надавалась:

Ідентифікація мігрантів:

Усього пройшло опитування 19 осіб. 17 осіб з яких належать до жіночої статі і тільки 2 осіб належать до чоловічої. Вірогідно, така велика кількість жінок пов'язана з неспроможністю чоловіків виїжджати за кордон протягом військового стану на території України. Який забороняє чоловікам перетинати кордон з іншими країнами без отримання спеціального дозволу. Який, зазвичай, пов'язаний з віковими обмеженнями та станом здоров'я людини.

Під час опитування нам вдалось знайти та отримати інформацію від індивідів з кожної вікової групи. Таким чином, віком від 18 до 20 років включно кількість респондентів становить 8 осіб. Віком від 21 до 30 років включно кількість респондентів становить 5 осіб. Віком від 31 до 40 років включно кількість респондентів становить 1 особа. Віком від 41 до 55 років включно кількість респондентів становить 3 особи. Віком від 56 до 70+ років кількість респондентів становить 2 особи. Отже, як ми можемо побачити з наведених результатів, основною віковою групою українських мігрантів до Канади сьогодні є молоді люди віком від 18 до 20 років включно. На другому місці за кількістю є вікова група між 21 та 30 роками. Далі на третьому місці група від 41 до 55 років. Після неї маємо групу від 56 до 70+ років. Наостанок, найменшу кількість людей складає вікова група між 31 та 40 роками. Можна припустити, що особливу популярність еміграція в Канаду зараз має у саме молодого покоління. За результатами дослідження, це дві групи, від 18 до 20 та від 21 до 30. Вірогідною причиною міграції саме молодого покоління можна назвати навчання у школах, університетах або коледжах. Адже в такому віці навчання за кордоном є однією з найпопулярніших практик під час міграції. Найменша кількість людей зареєстрована у віковій групі між 31 та 40 роками. Припускаємо, що це пов'язане з тим, що цій групі, з певних причин переїзд до Канади не є бажаним або можливим. Це можуть бути такі фактори, як відсутність

можливості залишити своє нинішнє місце проживання, нестача коштів, незнання мови, наявність родичів, що залишаються на території України, неспроможність знайти роботу, або відсутність бажання до міграції або зміни місця проживання загалом.

Респондентів було опитано з приводу того, з яких областей України вони виїхали. Усього маємо 11 областей, що було зазначено під час надання відповідей: Вінницька – 1 особа, Житомирська – 1 особа, Закарпатська – 1 особа, Київська – 3 особи, Львівська – 1 особа, Одеська – 1 особа, Полтавська – 1 особа, Рівненська – 1 особа, Тернопільська – 1 особа, Харківська – 7 осіб, Чернігівська – 1 особа. Отже найбільша кількість мігрантів становить з Харківської – 7 осіб та Київської – 3 особи.

Припускаємо, що така велика перевага у мігрантах саме з Харківської області пов'язана, по-перше, з високою військовою активністю та великою кількістю проведення бойових дій на цій території. Як то, наприклад, регулярні обстріли з реактивної та тактичної артилерії, окупація населених пунктів, мінування територій, і як результат пошкоджена інфраструктура, погано налагоджені або порушені постачання ресурсів як вода, газ, електроенергія, інтернет та інші, що необхідні для нормального та комфортного існування. Тож існує вірогідність, що люди з цієї області були більш схильними до прийняття рішення щодо переїзду за кордон. Отже, у більшій кількості знаходились у стані мобільності [15]. Тобто коли людина внутрішньо готова до потенційної міграції.

Далі розглядалось питання провінцій та міст, в які прийняли рішення переїхати індивіди. Усього в склад провінцій увійшли чотири – Онтаріо, Альберта, Квебек та Британська Колумбія. З них було виокремлено 5 міст, в яких на даний момент проживають учасники дослідження. З них 13 осіб зазначили що проживають на території Торонто, Онтаріо, 2 особи зазначили що проживають на території Ванкуверу, Британська Колумбія, 2 особи також проживають на території Монреалю, Квебек, Одна персону зазначила, що проживає у Калгарі, Альберта, і одна персону, що проживає на території

Хінтон, Альберта. Отже, за результатами проведеного нами дослідження, найбільша кількість переселенців з України на сьогоднішній день обирають для місця постійного проживання Онтаріо, а саме місто Торонто.

Причинами такої популярності Торонто серед українських мігрантів під час питання вибору для життя після переїзду може бути декілька. Припустимо, що це може бути пов'язаним з тим, що Торонто велике місто. Отже, новому жителю в ньому буде простіше адаптуватись до навколишнього середовища та культури. Оскільки люди з великих міст будуть більш толерантними та мати більше терпіння до нових культур, ніж ті, хто походить з малого міста. Також це може бути пов'язане з історичною популярністю саме цього міста серед українців. Перші зареєстровані українці прибули до Канади ще у 1891 році. З того часу кількість українців в Канаді значно виросла, і тепер на території Онтаріо налічується 134 тисячі українців, що є третиною від усієї кількості українських мігрантів у Канаді. Конкретно в Торонто налічується 65 тисяч українців. На території цього міста та усіх міст навколо – такі, як Етобіко, Гамільтон, Міссісага влаштовані умови для комфортного проживання українців. Побудовані українські школи, церкви, містяться українські райони, магазини та велика кількість різноманітних українських угруповань та громад, що підтримують свою культуру та звичаї [41]. Отже багато людей можуть мати на території цієї провінції родичів та друзів, що потенційно збільшує шанс вибору саме цієї ділянки для майбутнього переїзду.

Особистий досвід процесу переїзду:

Наступна частина опитування розкриває окремі особисті аспекти переїзду, перешкоди або навпаки стимули, які ставали на шляху у людей та впливали на їхній досвід перебування в Канаді.

Розкриває цей розділ питання про знання англійської мови до переїзду на територію Канади. Одна особа зазначила, що не знала мови до переїзду зовсім. 5 осіб зазначили, що мали базові знання англійської до переїзду. 2 осіб визначили своє знання англійської мови до переїзду в Канаду як «достатній

рівень для простого спілкування». 8 осіб зазначили, що добре знали мову до переїзду. 3 осіб визначають, що відмінно знали мову до переїзду. Таким чином отримуємо результати, що свідчать про те, що найбільша кількість мігрантів – 8 осіб, добре знала англійську мову до переїзду. Найменша кількість українських мігрантів у розмірі однієї людини не знали англійську мову до переїзду зовсім. Це свідчить про те, що більшість українців тим чи іншим чином вивчають англійську мову протягом життя та перебування на території України. Припустимо, що найбільше знань з англійської мови люди можуть потенційно отримувати під час навчання у школах та університетах, під час роботи та на окремих мовних курсах.

Подальше питання розглядає тенденцію вивчення англійської мови після тривалого перебування на території англійськомовної країни. Отже на сьогоднішній день жодний з респондентів не зазначив, що не знає англійську мову зовсім, після тривалого проживання у Канаді. 1 особа відмічає, що має базовий рівень знання англійської мови. 6 осіб на сьогодні має достатній рівень для простого спілкування. 9 осіб вважає, що знає англійську мову добре. 3 особи вважає, що відмінно знає англійську мову. Можемо порівняти ці результати з відповідями з минулого питання. Таким чином, кількість осіб, що не знали англійську мову зовсім, зменшилась до нуля. Індивіди, що зазначили про базові знання мови зменшились від 5 відповідей до 1. Натомість кількість людей, що знала англійську на достатньому рівні збільшилась з 2 до 6 респондентів. Кількість тих, хто добре знає мову, збільшилась незначно – на одну особу. Кількість тих, хто знав мову відмінно залишилась незмінною.

Згідно з результатами цього питання, можна зробити висновок, що українці, що постійно перебували в новій для себе культурі та в оточенні іншої мови, почали її розуміти краще. Знання та поступове вивчення мови є одним з аспектів адаптації для мігранта, згідно з соціокультурним підходом вивчення міграції [16]. Отже це є підтвердженням успішного процесу адаптації для українських переселенців.

Надалі розкриваються питання стосовно сімейного становища мігрантів. 15 респондентів відповіли, що мають близьких родичів, що проживають на території України. 5 осіб (можна було обирати кілька варіантів відповіді) зазначили, що мають дальних родичів в Україні. Достатньо велика кількість мігрантів перебуває у Канаді з родичами – 8 перебувають у Канаді з чоловіком/ жінкою, або з партнером / партнеркою. 5 осіб знаходяться у міграції з батьками. 4 особи зазначили, що переїхали з дітьми. 6 перебувають в Канаді з братом або сестрою. Тільки 2 особи знаходяться в міграції самі, без родичів. Отже, хоча велика кількість мігрантів має близьких родичів, що залишились на території України, більшість емігрувала до Канади разом з родиною, або з членами родини.

Як було зазначено в роботі Ігнатолі, [17] довга розлука з родичами має потенційно негативні впливи на вимушених мігрантів. Що, вірогідно, може пригальмовувати процес адаптації для них. Можна припустити, що і перебування в міграції разом з членами родини може потенційно робити цей процес простішим та менш сповненим стресом. Отже знаходження з родичами може позитивно впливати на адаптацію.

На питання: «Чи маєте ви місце проживання у Канаді», 15 респондентів відповіли, що знімають дім або квартиру. 3 відповіли, що знімають кімнату. 1 особа відповіла, що проживає у друзів або родичів. Жодна особа не живе у притулку, більшість має постійне місце проживання. Згідно з ресурсним підходом, [16] отримання свого житла це також один з аспектів успішної адаптації. Можемо вважати, що спроможність знімати свою квартиру або кімнату, це також один з кроків на шляху до адаптації.

На питання: «Чи маєте ви зараз місце роботи?» 12 відповіли що працюють на території Канади. Що є одним з аспектів успішної адаптації, згідно з ресурсним підходом [16]. 7 респондентів не мають роботи. Це може бути пов'язане з великою кількістю молодих мігрантів у дослідженні: 8 респондентів у віковому проміжку між 18 та 20 роками потенційно можуть бути не працевлаштованими, бо, вірогідно, навчаються, та не мають через це

часу для роботи.

З тих, хто працює, 2 зазначили, що працюють менше 20 годин на тиждень. 5 що працюють від 30 до 40 годин на тиждень. Інші 5, що працюють більше 40 годин на тиждень.

З тих, хто працює, 8 мають роботу не за спеціальністю. Тільки 4 особи працюють за спеціальністю. Така статистика може свідчити про потенційне проявлення дискримінації українських професіоналів за кордоном [17], та не надання їм місць у тих місцях роботи, на яку людина має відповідну кваліфікацію. Це також може бути пов'язаним з тим, що значна кількість - 7 осіб зазначили, що мають або базовий або достатній рівень знання англійської, що також потенційно може впливати на їхню працездатність.

У наступному питанні у респондентів питали охарактеризувати своє фінансове становище в Україні до початку війни. 5 респондентів зазначили, що їм вистачало на базові потреби. 10 респондента вважають, що їм вистачало на комфортне життя. 3 респондента зазначили, що до початку війни ні в чому собі не відмовляли. Один респондент обрав не давати відповідь на це запитання. Отже більшість відповіла, що їм вистачало на комфортне життя в Україні до війни.

Розглянемо питання фінансового становища в міграції – 8 респондентів відповіли, що їм вистачає на комфортне життя. У той час як 11 вважає, що їм вистачає тільки на базові потреби.

В межах ресурсного підходу [16] адаптація вимірюється фінансовою спроможністю індивіда забезпечувати себе на новій території. Дійсно, кількість індивідів, що могли дозволити собі комфортне життя зменшилось з 10 до 8. А кількість тих, кому вистачає тільки на базові потреби збільшилась з 5 до 11. Але в той же час ніхто з респондентів не знаходиться в умовах злидень. Всі мають змогу забезпечити собі місце проживання та базові потреби. Більше половини респондентів мають робоче місце. Що, за ресурсним підходом, також можна вважати одним із аспектів успішної адаптації.

Взаємодія з новим соціумом:

Абсолютна кожна людина, що приймала участь в дослідженні, знайшла друзів та/або знайомих, під час проживання у Канаді. Згідно з соціокультурним підходом, [16] отримання та встановлення нових соціальних зв'язків у міграції є одним з найважливіших аспектів, що демонструють кроки до успішної адаптації.

Далі у нас стояла задача розглянути взаємодію між українськими мігрантами та громадянами Канади. Респондентам ставили питання, щодо ставлення громадян Канади до них за шкалою від 1 до 5, де 1 – дуже погано а 5 – дуже добре. 8 респондентів охарактеризували ставлення канадців до них як дуже добре, тобто дали йому оцінку 5. 10 осіб охарактеризували ставлення до себе у 4 бали. Одна особа дала ставленню до себе з боку громадян Канади оцінку 3, тобто середній бал. Отже, в основному українські мігранти вважають, що до них ставляться добре або дуже добре.

Далі було поставлено питання щодо ставлення українських мігрантів до громадян Канади за шкалою від 1 до 5, де 1 – дуже погано а 5 – дуже добре. 9 респондентів оцінити своє ставлення до канадців як 5, тобто «дуже добре». 7 індивідів дали оцінку 4. 3 мігранти оцінили своє ставлення до канадського населення у 3 бали. Згідно з цими результатами, можна зазначити, що більшість українців добре або дуже добре ставиться до канадців. Так само як і відчуває позитивне ставлення у свій бік. Жоден респондент не дав відповіді «дуже погано» ані на питання щодо ставлення до себе, ані на питання щодо свого ставлення до оточуючих. Тож можна зробити висновок, що в цілому в українців встановлюються позитивні стосунки з громадянами Канади. Що, згідно з соціокультурним підходом, свідчить про зближення мігрантів з громадами, що їх приймають [16]. Отже демонструє собою один з аспектів успішної адаптації.

Розглянемо питання, присвячене святам. 6 учасників опитування святкують тільки українські свята, знаходячись в еміграції. 1 особа святкує тільки канадські свята. Українські та канадські свята святкує найбільша

кількість респондентів – 12 . Що, знову ж таки, спираючись на соціокультурний підхід [16], свідчить про пристосування до нової культури та їхніх звичаїв і свят.

У наступному питанні учасники опитування повинні були охарактеризувати свою задоволеність життям під час проживання у Канаді за шкалою від 1 до 5. Де 1 – «зовсім незадоволений(а)» а 5 – «повністю задоволений(а)». 2 особи дали відповідь 5, що означає, що вони є повністю задоволеними своїм життям. 8 осіб дали оцінку задоволеності своїм життям 4. 7 оцінили свою задоволеність у 3 бали. 2 особи охарактеризували задоволеність 2 балами. Отже тут ми можемо побачити, що сприйняття мігрантів розділились на два рівні боки – кількість тих, хто задоволений своїм життям (поставив оцінку від 4 до 5) налічує 10 осіб. У той час кількість тих, хто поставив відносно низьку оцінку своїй задоволеності (від 1 до 3) складає 9 осіб. Що може свідчити про те, що в залежності від різних особистих факторів, як то пережиті травматичні події, розлука з близькими, нестача фінансових ресурсів та інше, індивіди по-різному можуть оцінювати задоволеність своїм життям.

Враховуючи ту інформацію, що ми отримали під час дослідження, вважаємо доречним проаналізувати результати кожної окремої анкети. Під час проведення аналізу ми встановлювали зв'язки між рівнем задоволеності життям та персональними аспектами індивіда, як то вік або стать. Після чого можемо припустити, які аспекти потенційно впливають на рівень задоволеності життям українських мігрантів в Канаді.

Першим з аспектів, що впливає на задоволеність життям, є вік мігрантів. В межах нашого дослідження, вікова група між 18 та 20 роками має найвищі показники задоволеності життям. Цей показник поступово зменшується з віком. Так, остання вікова група між 55 та 70+ роками оцінила свою задоволеність найнижче, порівняно з іншими групами.

Наступний аспект, що мав зв'язок з рівнем задоволеності це наявність родичів, що досі проживають на території України. Так, в середньому ті

індивіди, що мали близьких родичів в Україні, мають нижчі показники задоволеності життям, порівняно з тими, хто проживає разом з родиною в Канаді.

Ті індивіди, що потрапляють у вікову групу між 18 та 20 роками, та знаходяться в міграції самі, без батьків або інших членів родини, в основному мають низький рівень задоволеності життям.

Що є підтвердженням соціокультурного підходу [16], сутність якого полягає в тому, що емігранту для успішної адаптації необхідні соціальні стосунки з людьми. Тобто відносини з друзями, знайомими, батьками та іншими індивідами, що входили у звичайне коло спілкування. Чим їх менше, тим більше треба встановлювати нові стосунки. Це займає певний час, а отже і пригальмовує процес адаптації мігрантів.

Наявність роботи також впливає на стан задоволеності життям. Так, індивіди, які вказали, що мають робоче місце, мають вищі показники задоволеності життям, ніж ті, що не мають роботи. Тривалість робочого дня також грає важливу роль. Оскільки особи, які працюють від 30 до 40+ годин, є більш задоволеними, ніж ті, що працюють тільки 20 годин на тиждень. Люди що працюють за спеціальністю мають рівну кількість тих, хто задоволений і не задоволений життям. Натомість серед тих, хто працює не за спеціальністю, кількість задоволених життям є значно більшою.

Було також виявлено взаємозв'язок між показниками задоволеності життям та заробітною платою емігрантів. Ті особи, що охарактеризували в анкеті своє фінансове становище як: «вистачає на комфортне життя» мали виключно високі оцінки задоволеності своїм життям. Ті ж особи, які вказали варіант: «вистачає на базові потреби» в основному мають низькі оцінки своєї задоволеності. Такий висновок співпадає з теорією ресурсного підходу, [16] сутність якого полягає в тому, що для успішної адаптації мігранта, йому необхідно мати змогу отримувати фінансові ресурси для комфортного проживання на території нової країни, та мати можливість задовольняти свої потреби.

Взаємовідносини між мігрантами та суспільством, що їх приймає, також має певний вплив на задоволеність життям. Оскільки коли індивіди відмічали, що до них канадці ставляться «добре – 4» або «дуже добре – 5», рівень їхньої задоволеності життям є вищим, порівняно з тими, хто давав ставленню до себе нищі оцінки. Ті, хто вказував своє ставлення до громадян Канади як «дуже добре – 5» мають вищий рівень оцінки задоволеності життям, порівняно з людьми з нищими відповідями: 3 або 4. Що, за соціокультурним підходом, є підтвердженням тези про те, що для успішної адаптації мігрантів зближення з громадами, які їх приймають, є важливою частиною цього процесу [16].

Важливо також розглянути вільні письмові відповіді, які надали респонденти на відкрите питання «Назвіть причину(причини), які негативно впливають на Вашу задоволеність життям в Канаді». З них налічуються наступні: *«високі ціни, відсутність можливості подорожувати, заощаджувати»*; *«високі ціни, сум за домом»*; *«Висоці ціни на житло, велика конкуренція в плані роботи, високі податки, транспортна система, легалізація наркотичних речовин та кількість безпритульних/психічнохворих людей, яким не надається допомога»*; *«Політика Трюдо, мігранти»*; *«Ціни на житло, відсутність впливових людей навкруги, розлука з батьками, недостатня зн»*; *«Низька заробітна плата, висока ціна на житло»*; *«Розлука з батьками, мовний бар'єр, тяжко знайти роботу»*; *«Погода, нема почуття безпеки»*; *«Мовний бар'єр, бажано було б працювати»*; *«Розлука з чоловіком»*; *«розлука з дітьми, високі ціни на житло, неможливість мати сімейного лікаря»*; *«Високі ціни»*; *«Медицина та високі ціни на житло»*; *«Високі ціни на житло, складно зняти квартиру»*; *«Немаю майже друзів , немає машини та важко дістатися до якогось назначеного місця, дороге житло, немає цікавих місць провадження, наприклад: гуртки (щось зв'язане з спільним проведенням часу за інтересами), також я не дуже добре знаю мову , тому важко знайти англomовних друзів та навчатися»*; *«Високі ціни, друзі залишились в Україні , тяжко знайти роботу»*; *«Високі ціни на житло,*

мовний бар'єр, медицина, погана інфраструктура»; «Розлука з близькими, мовний бар'єр, відсутність професійної роботи, високі ціни на житло».

Після аналізу відкритих відповідей, можемо підтвердити, що ті причини, які ми виокремили, мають вплив на адаптацію та на задоволеність життям мігрантів. А саме: розлука з близькими, відсутність кола спілкування, наявність роботи, взаємодія з суспільством. Детально розглянувши відповіді, можемо додати до цих аспектів ще наступні, що, за словами респондентів, також впливають на їхнє задоволеність життям, а саме: знання мови, високі ціни, низька заробітна плата.

На питання «Чи плануєте ви повертатись назад в Україну?» 3 особи відповіли «Ше не знаю», 2 особи дали відповідь «Так, планую». Натомість 4 особи дали відповідь «Ні, не планую», а 10 «Скоріше не планую». Що може свідчити про те, що кількість українських мігрантів, що повернуться назад є достатньо невеликою. Що, за ресурсним підходом [16], є ознакою успішної адаптації.

Основні висновки дослідження:

- 17 з 19 мігрантів складають жінки;
- 12 з 19 респондентів проживають на території Торонто;
- 12 з 19 мігрантів розуміють англійську мову добре або відмінно;
- У всіх учасників дослідження є члени родини, що проживають в Україні;
- 17 з 19 українців проживають на території Канади з членами родини;
- 15 з 19 мігрантів самостійно знімають собі квартиру або дім;
- 12 з 19 мають місце роботи в Канаді;
- 3 них тільки 4 працює за спеціальністю;
- 11 опитуваним фінансово вистачає тільки на базові потреби;
- Всі учасники дослідження мають друзів/знайомих, з якими познайомились на території Канади;
- 18 респондентів охарактеризували ставлення канадців по відношенню до них як позитивне або дуже позитивне;

- 16 респондентів охарактеризували своє ставлення до канадців як позитивне або дуже позитивне;
- 12 учасників святкує українські та канадські свята;
- 9 мігрантів негативно охарактеризували свою задоволеність життям (відповіді 1-3 за шкалою від 1 до 5, де 5 – дуже задоволений);
- 10 мігрантів позитивно охарактеризували свою задоволеність життям (відповіді 4-5 за шкалою від 1 до 5, де 5 – дуже задоволений);
- Вікова група між 18 та 20 роками має найвищі показники задоволеності життям;
- Особи, що охарактеризували своє фінансове становище як «вистачає на комфортне життя» мають вищий рівень задоволеності життям;
- Індивіди, що мають робоче місце, мають вищі показники задоволеності життям;
- Індивіди, що мали близьких родичів в Україні, мають нижчі показники задоволеності життям;
- Найбільш поширенішими аспектами з відповідей на відкрите запитання про те, що впливає на задоволеність життям серед мігрантів на їхню думку, є високі ціни, мовний бар'єр, розлука з близькими;
- Індивіди між 18 та 20 роками, що знаходяться в міграції самі, в основному мають низький рівень задоволеності життям;
- Тільки 2 мігрантів точно планують повертатись в Україну.

3.3 Піар проект, спрямований на покращення адаптації вимушених мігрантів в Канаді

Розробимо піар-проект, що буде направленим на вирішення проблем українських мігрантів в Канаді, які було виокремлено під час проведення дослідження.

Темою нашого проекту була обрана спортивна діяльність, а саме йога. Йога була обрана через те, що до цього виду активності можуть долучитись люди будь-якого віку та з будь-яким рівнем фізичної підготовки. Ми вважаємо, що спорт має позитивний вплив на психоемоційний стан, [42] та сприяє встановленню нових соціальних зв'язків між індивідами. Наявність друзів та знайомих, як було вивчено з дослідження, має великий вплив на задоволеність життям мігрантів та на їхню адаптацію.

Отож проект створено з метою розширення соціальних зв'язків українських мігрантів під час перебування в Канаді, а саме на території Торонто. Допомога у знаходженні друзів, знайомих та стимул для повсякденного чи довгострокового спілкування з іншими мігрантами. Для поступового покращення їхньої задоволеності життям та сприяння адаптації в міграції.

Назва проекту: «Рухайся з нами!». Вона нам здається влучною, оскільки фокусується на двох основних складових – фізичний рух та встановлення нових соціальних зв'язків, спілкування людей один з одним.

Почати було вирішено саме з Торонто, оскільки саме в цьому місці, згідно з результатами нашого дослідження, проживає найбільша кількість українських мігрантів. До того ж ми маємо доступ саме до цього міста. При умові успішного старту та проведення проекту, можна також розширити його діяльність до інших міст, що мають високу кількість українців. Як то Квебек та Ванкувер, наприклад.

Головне в цьому проекті це задати старт встановленню спілкування. Показати українській громадськості спосіб взаємодії один з одним. Поширювати ідею про спорт саме в групових заняттях. Розповсюджувати інформацію про користь спорту та перевагу у спілкуванні з людьми. Особливо під час емоційно та фізично важких, сповнених стресом, періодів у житті. Тобто встановити у цільовій аудиторії розуміння важливості, в першу чергу, спілкування та також фізичної активності.

Для того, щоб успішно донести таку ідею до аудиторії, нам необхідно розробити повідомлення. Використаємо настанову відомого американського копірайтера та спеціаліста з реклами Россера Рівза. Він стверджував, що будь-який слоган треба вибудовувати за принципом «Unique Selling Proposition», або унікальної торгової пропозиції. Сутність цього підходу полягає у тому, що слоган, який відноситься до аудиторії, має мати тільки одну чітку ідею. Така ідея повинна бути простою для розуміння та запам'ятовування, для того, щоб мати максимально яскравий ефект на громадськість [43].

Створюємо слоган, або ключове повідомлення, тримаючи на увазі теорію Рівза: «Рухайся з нами!». Вважаємо, що за умови, якщо ми використовуємо слоган ідентично з назвою, це робить запам'ятовування ідеї нашого проекту легше. У такий спосіб ми також й зменшуємо кількість тексту, що буде використовуватись. Що прибирає візуальний «шум» для аудиторії, роблячи саме повідомлення коротшим та зрозумілішим.

Відповідно до мети проекту, можемо назвати наступні завдання, необхідні для виконання:

- Розібрати та детально вивчити поняття адаптації та соціалізації, зокрема з перспективи мігрантів;
- Вивчити рівень зацікавленості українців у пошуку знайомих у міграції в Канаді. Вивчити рівень зацікавленості у вибудовуванні нових стосунків взагалі;
- Поширити інформацію про адаптацію, серед українських емігрантів. Інформування про можливі негативні впливи, які вона з собою несе;
- Надати можливість знизити негативний вплив адаптації на українське населення за кордоном, використовуючи групові збори та активності (як то, в нашій ситуації, заняття йогою);
- Продемонструвати українським мігрантам, що вони в змозі створювати для себе умови, які б покращували їхній стан.

Для виконання прописаних завдань, пропонуємо використовувати наступні канали комунікації:

- Соціальну мережу Instagram

Сторінка Instagram буде слугувати основним джерелом поширення інформації про проект серед громадськості. Для цього потребується чітко та регулярно виставляти інформаційно-змістові пости, які б вибудовували репутацію у людей про проект. Для цього необхідно розробити план публікацій. Тобто час та дата виставлення контенту, зміст, візуалізація та стиль. Оберемо для нашої організації жовтий та синій кольори. Їхнє використання та комбінація у візуальній частині окремо вирішується дизайнерами. За тиждень пропонуємо виставляти три пости.

Перший в понеділок, щоб розпочати тиждень. Візуалізація – ілюстрації або фото, що підходить змістовно до контексту поста (Додаток Б). Текст – мотивація, зарядження позитивних емоцій на наступний тиждень. Час – між 9:00 та 10:00.

Другий у середу. Візуалізація – фото або ілюстрація, на якій продемонстроване заняття йогою (вправи, що будуть описані в текстовій частині посту). Текст – план одного заняття йогою на 30 хв., детальний опис всіх вправ. Час – між 9:00 та 10:00.

Третій у суботу. Візуалізація – фото або ілюстрація, на якій продемонстроване заняття йогою (вправи, що будуть описані в текстовій частині посту). Текст – план одного заняття йогою на одну годину. Час – між 12:00 та 13:00.

Позапланові пости, присвячені рекламі, оголошенню онлайн та офлайн зустрічей треба постити за два тижні до події, та періодично (з частотою у 2-3 дні) нагадувати про це у форматі сторіз.

- Група Telegram

Група телеграм матиме більш інформаційну функцію, ніж сторінка в інстаграмі. У ній користувачі зможуть отримувати інформацію та посилання на офлайн та онлайн зустрічі, поширювати важливу інформацію з приводу

соціалізації, зустрічей української громади, як то проведення фестивалей від інших організацій. До того ж таку групу доречно буде використовувати у разі отримання допомоги, поширення важливої інформації для мігрантів, переїзду, боротьби зі стресом, та з іншими перешкодами, з якими стикаються мігранти.

- Офлайн-зустрічі

Офлайн зустрічі планується проводити у спортивному приміщенні, придатним для проведення занять йогою у великих групах до 20 - 30 осіб. На перший час такі заняття можна запланувати проводити з частотою у один раз на тиждень, в будень з 18:30 до 19:30, або у вихідний день з 15:00 до 16:00. У разі поширення аудиторії, можна збільшувати кількість занять на тиждень.

- Онлайн-заходи

Онлайн заходи плануються проводити у форматі презентацій або спікінг-клуб. Використовувати для цього можна платформу Google meet, оскільки він не дає обмеження за часом для відеодзвінків. В таких зустрічах бажаючі люди можуть ділитись корисними порадами щодо цікавих для них тем. Це може бути сортування сміття, боротьба зі стресом, способи вивчення мови. Меж на теми немає, важливою складовою є тільки запис на зустріч, схвалення теми презентації організаторами та наявність слайдів для більш візуальної подачі інформації. Такі заходи підійдуть для тих, хто не хоче або не може зустрічатись наживо, але все ще прагне до соціалізації іншими методами.

Як було виокремлено під час проведення дослідження українських мігрантів у Канаді, основною групою мігрантів є молоді жінки від 18 до 30 років, які проживають у Торонто. Тож цільову аудиторію будемо розробляти, спираючись на результати цього дослідження:

- Українські мігранти, які живуть на території Торонто.
- Інші представники населення Торонто, яких цікавить заняття йогою та соціалізація.

Спираючись на такі параметри цільової аудиторії, розробимо три персони, що символізуватимуть типових представників ЦА:

- Людмила, 43 роки, IT-працівниця

Людмила живе з дитиною, сама, має членів родини в Україні. Вона багато працює, та витрачає багато часу на дитину, що підвищує її напруженість. Це перешкоджає знаходженню нових знайомих у Канаді.

Вона хоче знайти простий спосіб знімати стрес та прагне почуватись менш самотньо.

- Рита, 19 років, студентка

Рита навчається в коледжі, але її англійська ще не досягла достатнього рівня. Це перешкоджає їй спілкуватись вільно у повсякденні, що заважає вибудовувати осмислені стосунки з людьми.

Вона прагне до встановлення нових соціальних зв'язків та хоче знайти більше друзів.

- Асаль, 21 рік, дизайнерка

Асаль народилась в Канаді та працює дизайнеркою. Серед її знайомих в офісі з'явилось багато українців, і вона встановила з ними дружні стосунки.

Вона прагне дізнатись більше про культуру та громаду своїх нових друзів.

Початок нашого піар проекту можна пов'язати з датами, важливими для українського населення в Канаді:

- «Bloor West Village Toronto Ukrainian Festival» (15-17 Вересня);
- День Незалежності України (24 серпня);
- Інтернаціональний день жінок (8 березня).

Висновки до розділу 3

Нами було розроблено анкету, питання якої базувались навколо аспектів ресурсного та соціокультурного підходів дослідження міграції. Опитування було направлено на вивчення інформації про реципієнтів, яка б давала можливість оцінити їх адаптацію у Канаді. А саме, вік, стать,

місцезнаходження, знання мови, сімейне положення, проживання, кар'єру, фінансове становище, взаємодію з місцевим населенням, культуру та задоволеність життям.

Згідно з проведеним нами дослідженням, ми визначили, що основною групою людей, що складають українських мігрантів в Канаді є жінки до 35 років, що проживають на території Торонто та мають достатній або хороший рівень англійської мови. У більшості є місце роботи, сім'я в Канаді та друзі, яких вони знайшли в еміграції. Найбільшою проблемою для себе емігранти бачать у високих цінах на житло, що, вірогідно, впливає на їх суцільну задоволеність життям в еміграції.

Ми проаналізували інформацію, та зібрали список основних висновків з дослідження. Спираючись на цю інформацію, та виділивши такі аспекти, що найбільше впливають на задоволеність життям мігрантів, ми розробили проект, направлений на покращення процесу адаптації українців в Канаді. Надано детальний опис проекту, план проведення, стратегію ведення соціальних мереж та персони, що символізують собою основну аудиторію проекту.

ВИСНОВКИ

Використовуючи теоретичні та емпіричні методи аналізу інформації, ми вивчили поняття вимушеної міграції та адаптації в межах соціологічного знання.

Здійснили аналіз визначення міграції, процесу та історії його розвитку. Було розкрито важливість цього феномену для розвитку суспільства. Визначено науковців, що займалися дослідження поняття вимушеної міграції та відмінності в їх підходах до цього поняття не тільки в українській, а й в світовій соціології. Окремо було вивчено особливості трудової вимушеної міграції через підходи Д. Богині та Н. Ігнатолі.

Це надало нам можливість сформулювати та обґрунтувати понятійний апарат дослідження, а саме: «міграція», «вимушена міграція», «вимушений мігрант», «адаптація».

Теоретико-методологічними засадами для проведення дослідження стали ресурсний та соціокультурний методи вивчення міграції, які виділяють перелік аспектів, що теоретично повинні впливати на адаптацію індивідів. Виокремивши їх, було створено перелік питань для анкетного опитування, що були спрямовані на отримання інформації від реципієнтів щодо їх досвіду в міграції. Завдяки цьому дослідженню, нами було розкрито рівень проблем, з якими стикаються українці на території Канади.

Завдяки проведеному опитуванню, ми виокремили основні аспекти, що впливають на адаптацію українських мігрантів в Канаді. Також нами було виділено специфічні для кожного мігранта причини, які, за їх думкою, негативно впливають на їх індивідуальний процес адаптації.

Ми провели аналіз проблемних аспектів, з якими стикаються мігранти в повсякденні, та розробили, спираючись на них, піар-проект для їхнього розв'язання. Ми зробили висновок, що основними проблемними факторами для українців в еміграції є вік, знання мови, наявність робочого місця, зарплата, перебування у міграції з членами родини, взаємодія з місцевим

населенням, ставлення місцевого населення до мігрантів, високі ціни на житло, розлука з близькими. Дослідження дозволило нам створити ідею проекту таким чином, щоб воно максимально підходило для тих українців, що зараз знаходяться в міграції, та допомогло б їм у покращенні процесу адаптації.

Ми обрали тему та формат проведення проекту навколо групових занять спортом, розробили стратегію для соціальних мереж, запропонували приклад візуального оформлення одного з постів, які потенційно можна було б опублікувати в рамках проекту.

В роботі ми дійшли до висновку, що Канада була та є популярною країною для переїзду серед українських мігрантів вже багато десятиліть. Не зважаючи на це, ми досі не маємо великої кількості досліджень з питань міграції українців та їхньої адаптації на територію Канади у соціологічному просторі.

Саме поняття адаптації досі не вважається чітко визначеним, та зазвичай змінюється відносно до характеру дослідження, в якому воно використовується, та від персональних поглядів науковця, що використовує цей термін. Отже подальша робота з визначенням міграції та адаптації є необхідною. Оскільки це є одним з ключових процесів у суспільстві, який існував та проходив завжди.

У зв'язку з повномасштабним вторгненням, зростає необхідність у вивченні українців за кордоном, зокрема на території Канади. Саме у цій країні українська діаспора є найбільшою. Перші українські емігранти прибули на територію цієї країни у 1842 році [2], і за цей час люди організували спеціальні українські школи, українські церкви, щороку проводять масштабні збори та фестивалі. Українська культура вже багато років співіснує з Канадською, а з новою хвилею емігрантів цей процес, вірогідно, стане ще яскравішим. Через це вважаємо, що подальше активне дослідження розвитку української культури в Канаді, та процеси міграції до цієї країни, є необхідними. По-перше, через велику кількість мігрантів, а

по-друге, через довгу та велику історію перебування та адаптації нашого народу та культури у цій країні.

СПИСОК ВИКОРИСТАНИХ ДЖЕРЕЛ

1. Canada-Ukraine authorization for emergency travel: Key figures. (2024-04-02). Government of Canada. URL:
<https://www.canada.ca/en/immigration-refugees-citizenship/services/immigrate-canada/ukraine-measures/key-figures.html>
2. Українці у Канаді - від хлібного колоска до Уейна Грецького. (13 вересня, 2016). Історична правда. URL:
<https://www.istpravda.com.ua/research/2011/02/13/24239/>
3. Ethnic and cultural origins of Canadians: Portrait of a rich heritage. (25.10.2017). Statistics Canada. URL:
<https://www12.statcan.gc.ca/census-recensement/2016/as-sa/98-200-x/2016016/98-200-x2016016-eng.cfm>
4. Соціальна адаптація українських іммігрантів: монографія / А. В. Зав'ялов. Київ: Саміт-книга, 2020. 180 с. URL:
<https://socadaptukr.files.wordpress.com/2020/10/d097d0b0d0b2d18fd0bbd0bed0b2-d090.-d092.-d0a1d0bed186d196d0b0d0bbd18cd0bdd0b0-d0b0d0b4d0b0d0bfd182d0b0d186d196d18f-d183d0bad180d0b0d197d0bdd181d18cd0bad0b8d185-d196d0bcd0bcd196d0b3d180d0.pdf>
5. Теоретико-методологічні засади вивчення міграції населення. / Равенштейн Ніколаєвський В. М., Прохоренко Н. Є. Вісник Міжнародного слов'янського університету. 2009. № 1, т. 12. С. 34-39.
6. Новіченко А. В. Основні підходи до розуміння поняття «Міграція»: Правоохоронна функція держави: теоретико-методологічні та історико-правові проблеми. Харків, 2019. С.154-155. URL:
https://univd.edu.ua/general/publishing/konf/17_05_2019/pdf/74.pdf
7. Поняття «міграція населення в контексті сучасних соціологічних підходів / І. І. Марченко, І. І. Пелішенко, О. В. Пелішенко // Сучасне суспільство. 2012. Вип. 1. С. 110-119. URL: http://nbuv.gov.ua/UJRN/cuc_2012_1_17
8. Geist В. Sociologicky slovník. Praha : Victoria Publishing, 1992. 647 s.

9. Побулавець Н. Л. Концептуальні підходи до дефініцій поняття «міграція». Соціально-трудові відносини: теорія та практика. 2014. № 1. С. 373-376.
10. Слюсаревський М. А. Міграція як соціально-психологічне явище: види, функції, чинники та закономірності /ISSN 18197329. Світогляд, 2015, №5 (55). с. 41-54 URL: <https://www.mao.kiev.ua/biblio/jscans/svitogliad/svit-2015-10-5/svitoglyad-2015-5-9-slyusarevskiy-blinova.pdf>
11. International Journal of Intercultural Relations Volume 12, Issue 2, 1988, Pages 83-105. URL: <https://www.sciencedirect.com/journal/international-journal-of-intercultural-relations/vol/12/issue/2>
12. Virupaksha HG, Kumar A, Nirmala BP. Migration and mental health: An interface. J Nat Sci Biol Med. 2014 Jul;5(2):233-9. doi: 10.4103/0976-9668.136141. PMID: 25097389; PMCID: PMC4121889. URL: <https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pmc/articles/PMC4121889/#>
13. Міграційні процеси в сучасному світі: світовий, регіональний та національний виміри: понятійний апарат, концептуальні підходи, теорія та практика : енцикл. / за ред. Ю. Римаренка. Київ: Довіра, 1998. 912 с.
14. Проценко О. О. «Внутрішньо переміщені особи» як категорія теоретизування та соціальної практики. Науково-теоретичний альманах «Грані», 2018. Т. 21 №4. С. 47-55.
15. Міграційні процеси в сучасному світі: світовий, регіональний та національний виміри: (Понятійний апарат, концептуальні підходи, теорія та практика): енциклопедія / [НАН України, Інст держави і права ім. В.М. Корецького]. К.: Довіра, 1998. С. 124.
16. Тітар І. О. Поняття та критерії адаптації й інтеграції внутрішньо переміщених осіб і умови скасування статусу переселенця, 2016 с. 57-68. URL: https://ukr-socium.org.ua/wp-content/uploads/2016/10/57-68__no-4__vol-59_2016__UKR.pdf

- 17.Ігнатоля Н. І Соціологія міграційних процесів: Трудова міграція закарпатців: напрямки та тенденції змін // Вісник Львівського університету. Серія соціологічна. 2012. Випуск 6. С. 88-95.
- 18.Богиня Д. Трансформаційні процеси в системі формування національного ринку праці інституційний аспект / Д. Богиня // Україна: аспекти праці. – 2008. №1. С. 3-8.
- 19.Леонова І. М. Теоретичний аналіз проблеми соціально-психологічної адаптації вимушених переселенців в Україні//ISSN 2311-214X Актуальні проблеми соціології, психології, педагогіки. 2015 №4 (29). с. 94-100 URL: <https://core.ac.uk/download/pdf/229859203.pdf>
- 20.Драгунова Т. Роль трансформації міграційного процесу у відтворенні людського потенціалу: теорія і практика / Т. Драгунова // Україна: аспекти праці. 2005. №7. С. 31.
- 21.Трудова міграція в Закарпатті в історичному контексті [Електронний ресурс] / /Бібліотечний вісник. 2009. №3. С. 23-24. – URL: <http://www.10europeerussia2345/htm>
- 22.Адаптивне навчання студентів професії вчителя: теорія і практика: монографія / В. І. Бондар, І. М. Шапошнікова, Т. Л. Опалюк, Т. Й. Франчук; за заг. ред. В. І. Бондаря. Київ: Вид-во НПУ імені М. П. Драгоманова, 2018. 308 с.
- 23.Чуйко О. Соціальна підтримка в структурі особистісних ресурсів внутрішньо переміщених осіб / Чуйко О., Голотенко А. // Вісник Київського національного університету імені Тараса Шевченка. Серія «Психологія». Київ, 2017. №1(6), 2(7). С. 146-150.
- 24.Бикова М. В. Соціально-психологічна адаптація українських біженців. Земля Північний Рейн (Німеччина). Миколаїв – 2023. URL: <https://krs.chmnu.edu.ua/jspui/bitstream/123456789/2639/1/%d0%91%d0%b8%d0%ba%d0%be%d0%b2%d0%b0%20.pdf>
- 25.Синявський В. В., Сергеєнкова О. П. Адаптація. Психологічний словник / за ред. Н.А. Побірченко. Київ: Науковий світ, 2007, С.12

26. Титаренко Т. М. Соціально-психологічна профілактика порушень адаптації молоді до повсякденного стресу: методичні рекомендації / Національна академія педагогічних наук України, Інститут соціальної та політичної психології. Київ: Міленіум, 2010. 84 с.
27. Про схвалення Стратегії державної міграційної політики України на період до 2025 року [Електронний ресурс]. URL: <https://www.kmu.gov.ua/npas/250149647>
28. Устенко Р. Л., Каценко А. Л., Саричев Я. В. Вплив військових дій на психологію студентів. Організаційні та нормативно-правові аспекти діяльності системи громадського здоров'я в Україні в мирний час та під час війни: колективна монографія; за заг. ред. проф. Ждана В. М. та проф. Голованової І. А. Полтава: ТОВ «Фірма «Техсервіс», 2022. С. 31-36
29. Боровинська І. Є. Соціально-психологічні стратегії життєвої успішності внутрішньо переміщених осіб: дис... д-ра філософії: 053 (05). Інститут соціальної та політичної психології НАПН України. Київ, 2022. 301с.
30. Лесовий В. Ю., Петрук В. А. Адаптація першокурсників до навчання у вищих технічних закладах освіти: монографія. Вінниця: ВНТУ, 2017. 144 с.
31. Психологічна допомога мігрантам [Електронний ресурс]. URL: <http://ur.co.ua/77/2242-2-psihiologicheskaya-pomosh-migrantam.html>
32. Гіденс Е. Соціологія / пер. з англ. В.Шовкун, А.Олійник. Київ: Основи, 1999. 726 с.
33. Блинова О. Є. Психологічні чинники стресу акультурації мігрантів / Блинова О. Є. // Наука і освіта : Науково-практичний журнал Південного наукового Центру НАПН України. 2010. № 3/LXXXX, квітень. С. 12-16.
34. Слюсаревський М. М. Соціально-психологічний стан українського суспільства в умовах повномасштабного російського вторгнення: нагальні виклики і відповіді. Вісник НАПН України. 2022. №4(1). С. 1-11.
35. Schwarzer R., Fuchs R. Changing risk behaviors and adopting health behaviors: The role of self-efficacy beliefs // Self-efficacy in changing societies / Ed. by A.

- Bandura – Cambridge, 1995. Pp. 259-288.
36. Berkman L.F. et al. From social integration to health: Durkheim in the new millennium. *Social Science & Medicine*. 2000. Vol. 51. Pp. 843-857.
37. Волков Д. С., Абатурова О. А. Особливості просоціальної поведінки в умовах воєнного стану. *Science of XXI century: development, main theories and achievements*. 2022. С. 12-15.
38. Адаптивне навчання студентів професії вчителя: теорія і практика: монографія / В. І. Бондар, І. М. Шапошнікова, Т. Л. Опалюк, Т. Й. Франчук; за заг. ред. В. І. Бондаря. Київ: Вид-во НПУ імені М. П. Драгоманова, 2018. 308 с.
39. Bernard W.S. The Integration of Immigrants in the United States. *International Migration Review*. 1967. Vol. 1. No 2. Pp. 23-33.
40. Bagely C. Migration, Ethnicity and Adaptation/ Edited by Ihsal Al-Issa and Michel Tousignant (1997) /Ethnicity, Immigration and Psychopathology. URL: https://books.google.ca/books?hl=en&lr=&id=aY5PpOQx1FIC&oi=fnd&pg=PA215&dq=migration+adaptation&ots=_qFSElTDHY&sig=2d63df2LJN43ZvT0tP3Xc3abbTg#v=onepage&q=migration%20adaptation&f=false
41. Ukrainians in Toronto Online Community (UkrTO) - Українці в Торонто [Електронний ресурс]. URL: <https://ukrtocommunity.ca/ukrainians>
42. Як заняття спортом покращує ваш психоемоційний стан та зміцнює психічне здоров'я. (09.09.2023). Центр Громадського Здоров'я МОЗ України. [Електронний ресурс]. URL: <https://phc.org.ua/news/yak-zanyattya-sportom-pokraschue-vash-psikhoemociy-niy-stan-ta-zmicnyue-psikhichne-zdorovyua>
43. Reeves R. Reality in Advertising/ R. Reeves. New York: Knopf, 1961. 153p.

ДОДАТКИ

Додаток А

Анкетні питання для дослідження

1. Ваш вік:

Варіанти відповіді:

- а) 18 - 20 років
- б) 21 - 30 років
- в) 31 - 40 років
- г) 41 - 55 років
- д) 56 - 70+ років

2. Ваша стать:

Варіанти відповіді:

- а) Чоловіча
- б) Жіноча
- в) Інше

3. З якої області України Ви виїхали?

Відкрита відповідь:

4. В якому місті та провінції Канади ви перебуваєте зараз? (Наприклад:

“Вінніпег, Манітоба”)

Відкрита відповідь:

5. Чи знали ви англійську мову до моменту переїзду на територію Канади?

Варіанти відповіді:

- а) Відмінно знав(ла) мову до переїзду
- б) Добре знав(ла) мову до переїзду

- в) Мав(ла) достатній рівень для простого спілкування
- г) Мав(ла) базовий рівень знання мови
- д) Не знав(ла) мови зовсім

6. Як би ви описали рівень Вашої англійської мови на сьогоднішній день?

Варіанти відповіді:

- а) Відмінно знаю мову
- б) Добре знаю мову
- в) Маю достатній рівень для простого спілкування
- г) Маю базовий рівень знання мови
- д) Не знаю мови зовсім

7. Чи є у вас члени сім'ї, які проживають на території України?

Варіанти відповіді:

- а) Так, є близькі родичі
- б) Так, є дальні родичі
- в) Ні, немає

8. Чи маєте ви членів сім'ї, які перебувають з вами за кордоном? Якщо так, то вкажіть з ким саме:

Варіанти відповіді:

- а) З чоловіком / з жінкою (або з партнером/партнеркою)
- б) З батьками
- в) З дитиною (дітьми)
- г) З братом/сестрою
- д) Перебуваю в Канаді сам/сама

9. Чи маєте ви місце проживання на території Канади?

Варіанти відповіді:

- а) Маю своє житло

- б) Знімаю дім/квартиру
- в) Знімаю кімнату
- г) Живу у друзів/родичів
- д) Живу у притулку
- е) Не маю місця проживання

10. Чи маєте ви місце роботи зараз?

Варіанти відповіді:

- а) Так, працюю в Канаді
- б) Так, працюю на Україну
- в) Так, працюю одночасно на Україну і на Канаду
- г) Ні, не працюю

11. Якщо маєте роботу, то скільки годин на тиждень ви працюєте?

Варіанти відповіді:

- а) 40+ годин
- б) 30-40 годин
- в) 20-30 годин
- г) Менше 20 годин
- д) Я не маю роботи

12. Чи працюєте ви за спеціальністю?

Варіанти відповіді:

- а) Так, працюю за спеціальністю
- б) Ні, працюю не за спеціальністю
- в) Я не маю роботи

13. Як би ви охарактеризували ваше фінансове становище до початку війни?

Варіанти відповіді:

- а) Ні в чому собі не відмовляв(ла)
- б) Вистачало на комфортне життя
- в) Вистачало на базові потреби
- г) Вистачало тільки на їжу
- д) Інше:

14. Як би ви охарактеризували ваше фінансове становище зараз?

Варіанти відповіді:

- а) Ні в чому собі не відмовляю
- б) Вистачає на комфортне життя
- в) Вистачає на базові потреби
- г) Вистачає тільки на їжу
- д) Інше:

15. Чи маєте Ви друзів/знайомих, з якими познайомились в Канаді?

Варіанти відповіді:

- а) Так, маю
- б) Ні, не маю

16. Якби Ви охарактеризували ставлення громадян Канади до Вас?

(Оберіть варіант відповіді за шкалою від 1(дуже погано) до 5 (дуже добре))

Варіанти відповіді:

(дуже погано) 1 – 2 – 3 – 4 – 5 (дуже добре)

17. Як би ви охарактеризували Ваше ставлення до громадян Канади?

(Оберіть варіант відповіді за шкалою від 1(дуже погано) до 5 (дуже добре))

Варіанти відповіді:

(дуже погано) 1 – 2 – 3 – 4 – 5 (дуже добре)

18. Які свята ви святкуєте?

Варіанти відповіді:

- а) Тільки українські свята
- б) Тільки канадські свята
- в) Українські та канадські свята
- г) Я не відмічаю жодних свят

19. Як би ви охарактеризували Вашу задоволеність життям в Канаді?

(Оберіть варіант відповіді за шкалою від 1 (зовсім незадоволений(а)) до 5 (повністю задоволений(а)):

Варіанти відповіді:

(зовсім незадоволений(а)) 1 – 2 – 3 – 4 – 5 (повністю задоволений(а))

20. Назвіть причину(причини), які негативно впливають на Вашу

задоволеність життям в Канаді: *(Наприклад: високі ціни на житло, розлука з батьками, мовний бар'єр та ін.)*

Відкрита відповідь:

21. Чи плануєте Ви повертатись назад в Україну?

Варіанти відповіді:

- а) Так, планую
- б) Скоріше планую
- в) Скоріше не планую
- г) Ні, не планую
- д) Ще не знаю

Додаток Б

Приклад візуалізації для посту в Instagram

Назва Організації

ЛОГО

