

УДК 316.64

DOI <https://doi.org/10.32689/maup.psych.2025.3.12>**Яна РАЄВСЬКА**

доктор психологічних наук, професор, завідувач відділу аспірантури та післядипломної освіти ТОВ «Зігмунд Фройд Університет Україна»;
професор кафедри психології, ПрАТ «ВНЗ «Міжрегіональна Академія управління персоналом»,
raewskaya@ukr.net
ORCID: 0000-0003-3802-2304

Ірина САВИЧ

здобувач другого (магістерського) рівня вищої освіти спеціальності 053 Психологія,
ПрАТ «ВНЗ «Міжрегіональна Академія управління персоналом»
ORCID: 0009-0005-6625-4278

ОСОБЛИВОСТІ ФОРМУВАННЯ І ТРАНСФОРМАЦІЇ СОЦІАЛЬНОЇ ІДЕНТИЧНОСТІ ЕМІГРАНТІВ З УКРАЇНИ У ВИМУШЕНИХ УМОВАХ ВІЙНИ

Стаття присвячена вивченню особливостей формування і трансформації соціальної ідентичності емігрантів з України у вимушених умовах війни, що є актуальною темою в нинішніх умовах, коли мільйони людей опиняються за межами країни та змушені докладати надмірних зусиль для організації свого життя в іноземних державах. Акцентовано увагу на тому, як особа почувається у малозвичному закордонному середовищі, адаптується до інших традицій взаємодії, наскільки трансформується відповідно до вимог нового оточення. З точки зору соціально-психологічного підходу розглянуті аспекти моделей міграції на мікрорівні, а також відмінності вимушеної міграції в умовах війни від добровільної (трудової, освітньої тощо) міграції.

В ході дослідження емпірично виявлені високі рівні загальної та соціальної тривожності; у переважній більшості респондентів спостерігаються негативні зміни, пов'язані з погіршенням психологічного стану, втратою стабільності та соціальних зв'язків. Виділена певна частина респондентів із нейтральними трансформаціями, яка адаптувалась до нових умов без відчутних втрат або здобутків. Результати дослідження в цілому свідчать, що зміна соціокультурного середовища супроводжується значним переосмисленням власного «Я», а також зростанням ролі сімейних та етнічних маркерів у структурі ідентичності. Отримані результати можуть бути використані для подальшої розробки програм психологічної допомоги, направлених на зниження рівня тривожності, підтримання етнічної та культурної ідентичності, гармонізацію процесів соціокультурної адаптації українців за кордоном.

Ключові слова: ідентичність особистості, міжнародні переселенці, вимушена еміграція, акультурація, адаптація мігрантів, трансформація соціальної ідентичності.

Yana Raievska, Iryna Savych. FEATURES OF THE FORMATION AND TRANSFORMATION OF SOCIAL IDENTITY OF EMIGRANTS FROM UKRAINE UNDER FORCED CONDITIONS OF WAR

The article is devoted to the study of the features of the formation and transformation of the social identity of emigrants from Ukraine under the forced conditions of war. This topic is highly relevant in the current situation, as millions of people find themselves outside their homeland and are compelled to make extraordinary efforts to organize their lives in foreign countries. Attention is focused on how individuals feel in an unfamiliar foreign environment, adapt to different traditions of interaction, and the extent to which they transform in response to the demands of the new context. From the perspective of a socio-psychological approach, the article examines aspects of migration models at the micro level, as well as the differences between forced migration under wartime conditions and voluntary migration (such as labor or educational migration).

The study empirically revealed high levels of general and social anxiety; the vast majority of respondents demonstrated negative changes related to deteriorating psychological well-being, loss of stability, and weakening of social ties. A certain group of respondents with neutral transformations was identified, who adapted to the new conditions without significant losses or gains. Overall, the results of the study indicate that changes in the socio-cultural environment are accompanied by a profound rethinking of the self, as well as an increased role of family and ethnic markers in the structure of identity. The findings can be used for the further development of psychological support programs aimed at reducing anxiety levels, maintaining ethnic and cultural identity, and harmonizing the processes of socio-cultural adaptation of Ukrainians abroad.

Key words: personal identity, international migrants, forced emigration, acculturation, migrant adaptation, transformation of social identity.

Постановка проблеми. Міжнародна організація по міграції ООН (ІОМ – UN Migration) констатувала зростання кількості міжнародних мігрантів загалом по всьому світу із 84 мільйонів осіб у 1970 році до 280 мільйо-

нів осіб у 2020 році; при цьому їхня частка збільшилась із 2,3% до 3,6% від населення світу за вказаний період [17, с. 24, 38].

Статистична служба Європейської комісії (Eurostat) інформує, що від початку повно-

масштабної російської військової агресії у лютому 2022 року, країни ЄС надали притулок 6,58 мільйонам українців. Станом на середину 2025 року на території Європейського Союзу знаходяться щонайменше 4,34 мільйонів осіб із числа тих, які залишили Україну під час війни та перебувають під тимчасовим захистом. Зокрема, в липні 2025 року країни ЄС видали 62 400 нових рішень про надання тимчасового захисту, що на 20,0% більше, ніж у червні [18].

Якщо у листопаді 2022 року близько 74% українських біженців планували згодом повернутись в Україну, то у травні 2023 року таких було 63%, в січні 2024 року – 52%, а вже у грудні 2024 року – 43%, тобто менше половини із загального числа опитаних, і така частка має тенденцію до подальшого зниження [14].

За методикою Департаменту з економічних та соціальних питань ООН (UN DESA), міжнародним мігрантом вважається «особа, яка переїжджає до країни, відмінної від країни свого звичайного проживання, на період щонайменше одного року (12 місяців), так що країна призначення фактично стає її новою країною звичайного проживання». З точки зору країни відправлення, така особа є емігрантом, а з точки зору країни прибуття – іммігрантом [15, с. 7–8].

Мільйони людей в нинішніх умовах, зважаючи на військово-політичні та економічні чинники, опиняються за межами країни та змушені докладати надмірних зусиль для організації свого життя в іноземних державах. У багатьох таких міжнародних переселенців виявляються труднощі ідентифікації як особистого, так і соціального плану, втрата особистісної та соціальної ідентичності.

По своїй суті еміграція зовсім не обмежується однією лише зміною географічного місця проживання, а передбачає комплексну зміну соціального оточення, перехід з одного суспільства до іншого, від звичної культури до маловідомої, від одного свого «Я» до іншого.

Емігрант, незалежно від віку, фактично розпочинає життя заново, у новій обстановці, у новому оточенні, з новою мовою, у новій соціальній ролі і в новому статусі. Усе це вимагає тотальних і глибоких особистісних трансформацій на когнітивному, афективному і поведінковому рівнях, що створює суттєве навантаження на психіку.

Під час таких кардинальних змін в умовах життєдіяльності людина змушена приймати рішення щодо свого нового місця в суспільстві та у соціальних процесах, які відбуваються у невідомому для неї просторі.

Вивчення особливостей ідентичності емігранта дозволяє з'ясувати, яким чином така особа почувається у малозвичному для себе іноземному середовищі (соціальному, культурному, мовному, правовому, економічному), у які способи адаптується до інших традицій взаємодії між людьми, наскільки суттєво трансформується відповідно до вимог нового соціального оточення.

При цьому соціальна ідентичність виконує важливі обопільні функції як на груповому, так і на міжособистісному рівнях: приймаюче суспільство здобуває можливість включити нових індивідів в систему соціальних зв'язків і відносин, залучити їх до активної діяльності; а особистість реалізовує базову потребу у груповій приналежності, яка би забезпечувала захист, можливості самореалізації, оцінку іншими та вплив на групу.

Аналіз останніх досліджень і публікацій. Феномен ідентичності іще на рубежі 60-х років ХХ століття із абстрактної філософської категорії, яка досить обмежено застосовувалась у сфері психоаналізу та особистісної психології, перетворюється на одне з ключових понять гуманітарних наук [5, с. 135].

Із кінця 1970-х років виникає і розвивається впливова теорія соціальної ідентичності Г. Теджфела (SIT, Henri Tajfel, 1979), яка разом із теорією самокатегоризації Дж. Тернера (SCT, John Turner, 1994) формує фундаментальні знання про психологічні процеси групової ідентичності [16, с. 727–728].

У сучасній вітчизняній науці помітну увагу концептуальним питанням ідентичності особистості приділяють такі дослідники, як І.Ф. Аршава, П.П. Горностай, Л.В. Джаббарова, М.В. Жилін, Л.П. Журавльова, В.Л. Зливков, С.М. Каліщук, Є.В. Карпенко, К.В. Коростеліна, О.А. Краєва, О.Ю. Кухарук, О.П. Макарова, В.В. Москаленко, А.М. Османова, І.Р. Петровська, О.С. Рибак, Л.Г. Чорна, В.В. Шевченко, Т.М. Яблонська.

Психологічні аспекти еміграції, а також проблематику адаптації і збереження ідентичності в новому соціокультурному середовищі вивчають вітчизняні науковці, зокрема: К.А. Андросович, Я.С. Андрушко, Л.М. Балабанова, К.С. Безверха, Т.П. Березюк, О.Є. Блинова, О.І. Богучарова, В.В. Володько, І.В. Данилюк, А.Г. Єфімова, Л.І. Дідковська, Л.Д. Заграй, А.Б. Коваленко, О.М. Кочубейник, Ю.Б. Максименко, К.О. Островська, В.М. Педоренко, В.А. Плющ, В.І. Подшивалкіна, О.А. Ровенчак, Н.В. Родіна, В.Б. Синякова, М.М. Слюсаревський, І.В. Тарасюк, Ю.Р. Хачатурян.

Ідентичність особистості слід розглядати як структурно-функціональну цілісність, в якій кожний елемент (підсистема, компонент) має певне функціональне призначення та має узгоджуватись із загальними цілями ідентичності особистості як цілісної системи, що пов'язана метою соціального середовища [7, с. 9].

Соціальна ідентичність є основою групової поведінки та низки ключових соціальних процесів, таких як спілкування, довіра, соціальні зв'язки, солідарність, вплив, організація та влада. Усі ці групові процеси, своєю чергою, мають серйозні наслідки для психічного здоров'я, зокрема через те, що вони є основою таких речей, як самооцінка, контроль, приналежність, соціальна підтримка, резильєнтність, копінг, спрямованість та сенс [6, с. 69].

Теорія соціальної ідентичності у класичному викладенні Г. Теджфела залишала нерозв'язаними певні питання, зокрема: як пояснити факт існування груп при незадовільному інтергруповому порівнянні; чому за відсутності реальної можливості для міжгрупового порівняння все ж відбувається ідентифікація з групою і міжгрупова дискримінація. Тому продовженням ідей теорії соціальної ідентичності Г. Теджфела стала теорія самокатегоризації Дж. Тернера, яка робить ще більший акцент на когнітивних процесах, залучених до процесу самовизначення і самоінтерпретації [10, с. 83].

Саме в контексті подальшого розвитку теорій Г. Теджфела і Дж. Тернера особливо акцентується, що сучасні дослідження зосереджені на механізмах психологічної адаптації, наприклад, на когнітивних, емоційних і поведінкових аспектах зміни ідентичності. Із цього приводу у своїй теорії самокатегоризації Дж. Тернер підкреслював, що в ситуаціях зміни соціального середовища індивіди здатні адаптивно змінювати рівень своєї ідентифікації, обираючи найбільш важливу для них соціальну категорію [12, с. 31].

Багато дослідників при вивченні соціальної адаптації розрізняють пристосування та власне адаптацію; при цьому має місце розмежування між ситуативною та загальною адаптацією, в якому первинне поняття адаптації означає пасивне пристосування задля збереження відносно постійної рівноваги свого внутрішнього середовища під дією впливу змін зовнішнього (пристосування), а власне адаптація визначається побудовою цілої системи взаємодії та взаємозв'язків між індивідом та середовищем, що призводить до творчої активності особистості, направленої на саморозвиток та самоактуалізацію у реаль-

ному соціальному середовищі [2, с. 29]. Розглядаючи соціальну ідентичність як чинник адаптації в частині етнічної складової, наголошується: «когнітивний компонент передбачає комплекс уявлень, які формуються на основі знань про свою та чужу етнічні групи, усвідомлення себе як члена цієї групи за етнодиференціальними ознаками, такими як історія своєї і чужої етнічної групи, звичаї, культура та етнічна самоназва, мова, цінності і норми, релігія, національний характер тощо» [2, с. 55].

З точки зору соціально-психологічного підходу моделі міграції розглядаються на макро- і мікрорівнях. На макрорівні акцент робиться на соціально-психологічних явищах (поведінка індивіда та соціальної групи, аналіз причин та чинників міграції). На мікрорівні зосереджено увагу на соціальних ресурсах особистості, людському капіталі, досвіді особистості, відповідному рівні ерудиції. В цьому контексті виокремлюється ряд проблем соціально-психологічного спрямування, а саме: 1) як міграція впливає на особистість, її стан, соціальний статус, позицію; 2) психологічна адаптація та етносоціальна інтеграція людини до нових умов; 3) проблема соціальної ідентифікації та самоідентифікації особистості; 4) характеристика зовнішніх та внутрішніх конфліктів особистості мігранта у новому соціокультурному просторі; 5) проблема фізичного та психологічного здоров'я; 6) сімейні та особистісні проблеми; 7) чи варто мігранту одразу долучатися до медійного простору країни прибуття та які психологічні наслідки це матиме [1, с. 7].

До розширеного переліку основних мотивів еміграції відносять: 1) покращення соціально-економічних стандартів життя; 2) пошук впорядкованого і організованого суспільства; 3) потребу у безпеці; 4) «заради майбутнього своїх дітей»; 5) пізнання; 6) досягнення; 7) створення сім'ї; 8) возз'єднання сім'ї або родини; 9) пошук приналежності до етнічного коріння; 10) пошук кращої екології та клімату [3, с. 149–150]. Окремо виділяють деякі індивідуально-психологічні особливості, розглядаючи їх як рушійну силу еміграції, а саме: втечу «від самого себе»; втечу від існуючих вдома проблем; втечу від травматичного досвіду; компенсацію дисгармонійних стосунків у батьківській сім'ї [3, с. 174].

Вимушена міграція відрізняється від просто міграції (трудова, освітня, тощо) тим, що відбувається раптово та в екстремальних умовах і причини, що її викликають, також екстремальні. Тож особистість не має навіть середнього рівня психологічної, фінансової,

фізичної готовності до процесу і виїжджає не знаючи навіть, у яку країну потрапить. На відміну від добровільної міграції, метою якої є поліпшення життєвих умов, вимушена міграція – один із видів переміщень людей, при якому люди, рятуючись від загрози для життя та інших переслідувань, вимушено залишають місця свого постійного проживання та шукають притулку на інших територіях [4, с. 66].

З переліку тридцяти найбільших стресогенних ситуацій мігрант стикається як мінімум з п'ятнадцятьма, зокрема: ізоляція, сепарація, сексуальні проблеми, непрацевлаштованість, фінансова нестабільність, зміни у робочому та побутовому середовищі, особисті звички та вподобання, способи проведення дозвілля тощо. При цьому вагомим є зіткнення з реальною соціально-політичною ситуацією приймаючої країни, обмеження в можливості реалізації суспільних ролей, низький рівень впливу на суспільне життя нової країни, що в свою чергу призводить до кризи особистості, зміни ціннісної сфери [1, с. 9].

Під соціокультурною адаптацією розуміють «процес і результат пристосування мігранта до нового соціокультурного середовища, що передбачає засвоєння чи відторгнення ним нових соціальних та культурних норм, цінностей, способів поведінки, притаманних спільноті, що приймає», та стосується двох проблем: по-перше, ступеня підтримки мігрантом своєї культури – якою мірою зберігається його власна культурна ідентичність в новому іншокультурному суспільстві; по-друге, участі мігранта у міжкультурних контактах або ступеня його залучення до культури спільноти, що приймає [11, с. 59].

Кожен етап своєї адаптації мігрант може пережити з різною швидкістю та ступенем тяжкості, під впливом різних чинників, серед яких: тривалість перебування в новому культурному середовищі; життєвий досвід; фізичні та розумові здібності; здатність до швидкої адаптації; рівень пасивності чи активності; наявність соціального капіталу; здатність до критичного мислення та реалістичних адаптаційних цілей. Велика кількість концепцій сходяться на тому, що соціокультурна адаптація являє собою складний багатоетапний процес, який має нестабільну, хвилеподібну динаміку піднесення та спаду самопочуття мігранта, що відбувається впродовж тривалого часу [9, с. 276–277].

Чинники, які найбільш очевидно впливають на вибір різних стратегій акультурації індивіда, виокремлюються із урахуванням наступного:

1. Як правило, існує загальна панівна перевага на користь певної акультураційної стратегії, утім, ситуація та місце можуть її коригувати та змінювати. У приватній сфері (приміром, дім, сім'я, етнічні спільноти) підтримка може бути більш цінною та важливою, ніж у суспільному житті (приміром, на робочому місці); відповідно в приватному колі спілкування може бути менше міжгрупових контактів, ніж у громадському.

2. Національний контекст може впливати на стратегії акультурації. Наприклад, у чітко вираженому полікультурному суспільстві люди можуть віддавати перевагу стратегії інтеграції, а в більш консервативному, не такому багатонаціональному – приймати стратегію асиміляції. Отже, людина, незважаючи подекуди на особисті уподобання чи прагнення, може бути певною мірою обмежена у виборі стратегії.

3. У процесі становлення та пристосування до нових умов особистість часто випробовує різні стратегії акультурації, і зрештою поступово зупиняється на тій, що найбільше її влаштовує та корисна в досягненні особистісних цілей. Водночас немає конкретних умов або вікових обмежень, коли яку стратегію використовувати.

4. Будь-яку стратегію акультурації, що обирає особистість чи група, може не схвалити чи не дозволити панівна група. Приміром, стратегія інтеграції може бути обмежена в окремих суспільствах у зв'язку з національною ідеологією, яка сприяє єдиній культурі та національній ідентичності держави [13, с. 23].

Для дослідження соціальної ідентичності українців за кордоном важливо використовувати інструменти, які дають не випадкові «знімки», а стійкі та перевірені дані. Тому для даного дослідження було використано методу «Хто Я» М. Куна та Т. Макпартленда в модифікації Савіної М.І. [8, с. 35]. Дана методика побудована за принципом самоусвідомлення себе, усвідомлення бачення себе оточуючими.

У цьому дослідженні, що стосується ідентичності українців у вимушеній міграції, базове запитання «Хто я?» доповнено контекстними формулами, аби відловити ситуаційну варіативність образу себе: «яким/якою я був/була до початку війни», «яким/якою є зараз», «який/яка я вдома з родиною», «у соціумі», «під час навчання», «з друзями», «із незнайомими людьми». Таке розширення дозволяє побачити, як змінюється структура Я-концепції залежно від часу та соціального оточення, і кількісно зіставити вагу різних ролей і рис, зберігаючи при цьому відкритість

формату та автентичність голосу респондента.

Мета. Отримати якісно-кількісну картину змісту особистісної та соціокультурної ідентичності мігрантів через самовизначення у вільних відповідях.

Теоретичне підґрунтя. Методика походить із символічного інтеракціонізму та досліджує структуру Я-концепції через спонтанні самоописання. Для теми міграції вона цінна тим, що дає одночасний доступ до рольових ідентичностей (сімейних, професійних, соціальних), персональних рис і соціокультурних маркерів (етнічних, релігійних, політичних), тобто до тих вимірів, які найбільш чутливі до війни й вимушеного переселення.

Чутливість до змін і контексту. Вільні відповіді фіксують, що саме людина вважає центральним про себе «тут-і-тепер». У поєднанні з вашими додатковими питаннями («до війни», «зараз», «вдома», «у соціумі» тощо) це дозволяє простежити зміщення ідентичності (наприклад, від професійних ролей до сімейних/соціальних або навпаки); оцінити салентність категорій (порядок згадувань 1–3 місця з вагами 3–2–1 за Савіною); відокремити етнічну від статусної самоідентифікації (мігрант/біженець), а також виділити релігійні та політичні маркери – критично важливо для воєнного та діаспорного контексту.

Методична придатність до онлайн-польових умов. Завдання коротке, не вимагає спеціальних умов, добре переноситься в Google Forms, легко анонімізується (псевдоніми, можливість видалення за «паролем»). Це знижує бар'єри участі для мігрантів і підвищує репрезентативність.

Валідність змісту й екологічна валідність. На відміну від жорстко заданих шкал, відкритий формат мінімізує нав'язування категорій дослідником і виявляє реальні, власні смисли респондентів. Для вивчення ідентичності в умовах швидких соціальних змін така «екологічна» валідність особливо цінна.

Етична та культурна відповідність. Анонімність, добровільність, можливість видалення відповіді, відсутність «правильних» відповідей зменшують ризики для вразливої групи (мігрантів). Україномовна інструкція та адаптований словник категорій підвищують зрозумілість і точність.

Кількісна операціоналізація:

– контент-аналіз за узгодженим кодбуком (SI-FAM, SI-PROF, SI-LEIS, SI-SOC, ETHNIC, RELIG, POLIT, PI-FEM, PI-MAS, PI-NEUT, ETHNIC);

– додатково – лексичні індикатори змін і тривожності (GAI/SAI) з відкритих відпові-

дей («до війни» ↔ «зараз», соціальні контексти).

Вибірка. 63 повнолітніх українських мігрантів (18+), різної статі, віку, країни перебування та терміну міграції.

Критерії включення: статус мігранта/ВПО за межами України; володіння укр./рос./англ. мовою на рівні, достатньому для розуміння інструкції; інформована згода.

Критерії виключення: вік < 18; відсутність згоди; одноразове повторне проходження (дублікати видаляються).

Обробка даних/якість. Видалення порожніх форм і дублікатів; збереження сирих даних окремо від ключа кодування; журнал рішень кодерів для прозорості; збереження в захищеному сховищі.

Репрезентативність вибірки. У дослідженні використовується вибірка, сформована серед повнолітніх мігрантів з України різного віку, які погодилися взяти участь у дослідженні через онлайн-опитування у форматі Google Forms. Такий підхід дозволяє охопити широку та різноманітну групу учасників, що сприяє підвищенню репрезентативності вибірки.

Використання онлайн-формату є доцільним у сучасних умовах, адже він забезпечує широку географію охоплення респондентів, оперативність збору даних та зручність для учасників. Водночас для збереження достовірності дослідження застосовується принцип добровільної участі, а також гарантується анонімність і конфіденційність відповідей, що відповідає Етичному кодексу психолога.

Таким чином, сформована вибірка є репрезентативною, оскільки включає учасників різного віку, з різним соціально-економічним статусом, терміном міграції та країною проживання. Це дозволяє зробити обґрунтовані висновки про особливості ідентичності особистості українських мігрантів та узагальнити отримані результати на ширшу сукупність.

За результатами обробки Google Forms:

Усього заповнених форм: 64

Унікальних імен/псевдонімів: 64

Виключено 1 (респондент вказав місце проживання в Україні)

Після виключення: 63 анкети

З них: 15 чоловіків та 47 жінок, Інше / Не хочу відповідати: 1

Діапазон віку (за наявними відповідями): 19–59 років

Ранній гендерний маркер (згадка статі в перших 1–3 рядках): $\approx 37,5\%$ від усіх учасників (24 з 64)

Підсумки за категоріями (рис. 1) (усі твердження, $n = 657$ тверджень за методикою «Хто я?» (усього по всіх респондентах у 20 рядках), з них:

Особистісні нейтральні риси (PI-NEUT): 45,4% (n = 288)

Приклади: «спокійна людина», «веселий/весела», «відповідальна».

Професійні / освітні ролі (SI-PROF): 15,6% (n = 99)

Приклади: «студент/студентка», «водій», «пекар(ка)».

Сімейні / міжособистісні ролі (SI-FAM): 11,2% (n = 71)

Найчастіше: «мама», «мама двох дітей» тощо.

Ролі дозвілля (SI-LEIS): 6,8% (n = 43)

Приклади: «спортсмен(ка)», «книголюб», «мандрую».

Етнічна самоідентифікація (ETHNIC): 4,4% (n = 28)

Приклади: «українка», «українець», «українець в Польщі»

Маскулінні риси (PI-MAS): 4,1% (n = 26)

Приклади: «сильний/сильна», «самостійний(а)», «рішучий(а)».

Соціальні ролі (SI-SOC (поза сім'єю/ професією/дозвіллям): 3,9% (n = 25)

Приклади: «мігрант(ка)», «біженка», «громадянка».

Політична / громадянська активність (POLIT): 3,8% (n = 24)

Приклади: «політично активна людина», «волонтер/волонтерка».

Фемінні риси (PI-FEM): 3,3% (n = 21)

Приклади: «турботлива», «ніжна».

Релігійна самоідентифікація (RELIG): 1,6% (n = 10)

Приклади: «християнка/християнин», «православна/православний»

Індекс салієнтності в методиці «Хто я?» розраховується як відношення кількості респондентів, які згадали певну категорію у перших трьох твердженнях, до загальної кількості респондентів.

У перших трьох твердженнях згадали стать: 24 учасники з 63

Індекс салієнтності = $24 / 63 = 0,381$ (38,1%)

Це означає, що для понад третини респондентів гендерна самоідентифікація є помітно салієнтною й потрапляє одразу до першої трійки характеристик «Хто я?».

Аналіз додаткових питань «яким/якою я був/була до початку війни», «яким/якою є зараз», «який/яка я вдома з родиною», «у соціумі», «під час навчання», «з друзями», «із незнайомими людьми»:

З 63 респондентів (рис. 2):

Негативні зміни відмітили: 44 учасника (69,8%)

Нейтральні зміни відмітили: 12 учасника (19%)

Позитивні зміни відмітили: 4 учасника (6,4%)

Не відповіли на питання: 3 учасника (4,8%)

Маркери загальної тривожності (слова «у стресі», «тривожний», «розгублений», «страх», «зневіра») виявили 26 з 63 учасників, що складає 41,3%

Маркери соціальної тривожності (слова «важко спілкуватися», «мовний бар'єр», «невпевнений у соціумі», «уникаю спілкування») виявили 34 учасника з 63, що склало 54%.

Висновки. Проведене дослідження дало змогу комплексно проаналізувати особливості формування та трансформації ідентичності українських мігрантів у вимушених

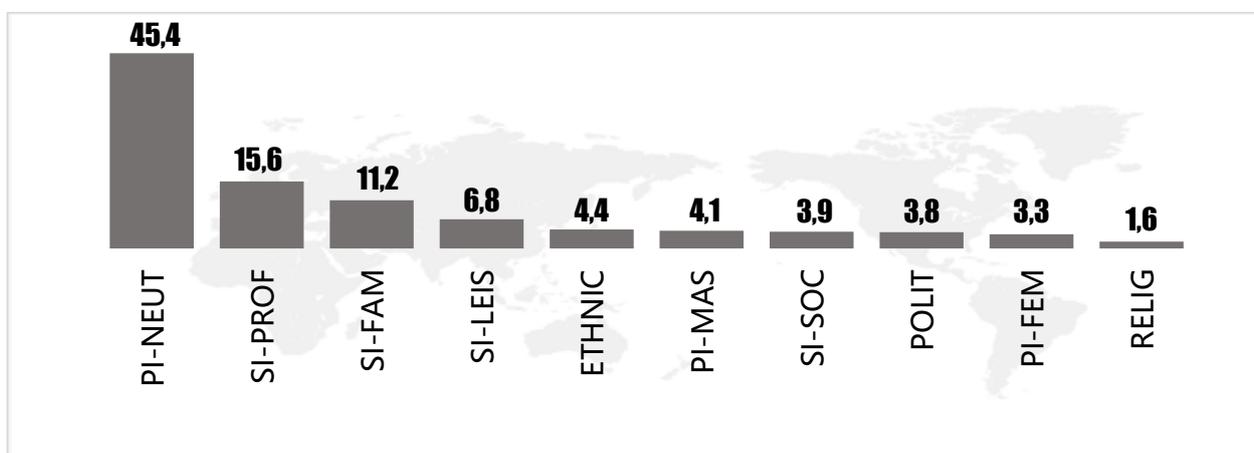


Рис. 1. Підсумки за категоріями

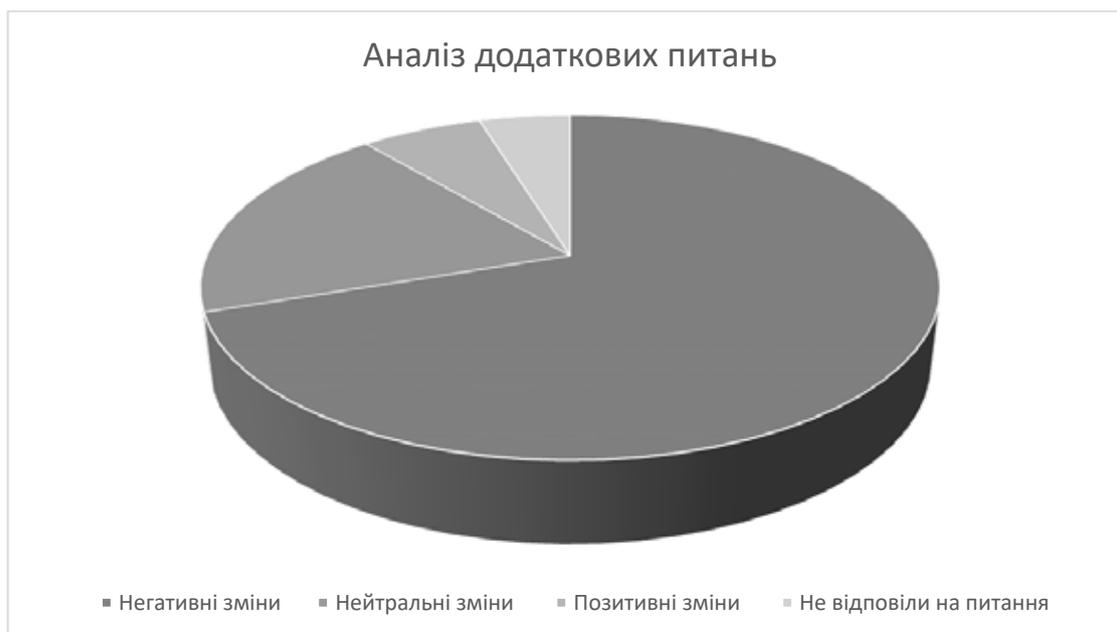


Рис. 2. Аналіз додаткових питань

умовах війни. Отримані результати засвідчили, що зміни соціокультурного середовища супроводжуються значним переосмисленням власного «Я», а також зростанням ролі сімейних та етнічних маркерів у структурі ідентичності. Особистісні нейтральні риси залишаються домінуючими, проте підвищується частка соціальних та політичних самовизначень, що відображає активний пошук нових стратегій адаптації.

Аналіз відповідей на додаткові запитання показав, що переважна більшість респондентів (понад три чверті) відзначили негативні зміни, пов'язані з погіршенням психологічного стану, втратою стабільності та соціальних зв'язків. Невелика частина учасників зафіксувала позитивні зміни (приблизно кожен десятий), що стосувалися розвитку нових умінь та посилення відчуття згуртованості. Водночас близько п'ятої частини респондентів описали свої трансформації як нейтральні, акцентуючи на адаптації до нових

умов без відчутних втрат або здобутків. Такий розподіл свідчить про різний рівень стресостійкості та відмінності в індивідуальних стратегіях подолання труднощів.

Дані контент-аналізу продемонстрували високу салієнтність гендерних ідентифікацій, а також вагому частку тверджень, що стосуються професійних та міжособистісних ролей. Аналіз додаткових питань виявив, що близько 40% учасників демонструють явні маркери загальної тривожності, а понад половина – соціальної тривожності. Це свідчить про серйозні виклики у сфері психологічної адаптації та потребу в цілеспрямованій психокорекційній і консультативній підтримці.

Подальші дослідження можуть бути спрямовані на розробку та апробацію програм психологічної допомоги, що сприятимуть зниженню рівня тривожності, підтриманню етнічної та культурної ідентичності, а також гармонізації процесів соціокультурної адаптації українців за кордоном.

Література:

1. Андрушко Я. С. Психологія мігранта в дискурсі соціально-психологічних досліджень. *Вісник Національного університету оборони України*. 2020. Вип. 2. С. 5–13.
2. Безверха К. С. Соціальна ідентичність як чинник адаптації мігрантів.: дис. ... д.філософ : 053 – Соціальні та поведінкові науки. Психологія. Київ, 2021. 191 с.
3. Дідковська Л., Дідковський А. Психологія потенційного емігранта. Львів: Растр-7, 2023. 596 с.
4. Єфімова А. Г. Методологічні аспекти дослідження соціально-психологічної адаптації вимушених мігрантів. *Вісник післядипломної освіти: зб. наук. пр. Сер. Соціальні та поведінкові науки*. 2023. Т. 26. № 55. С. 62–75.

5. Жилін М. В. Розвиток поняття «ідентичність особистості» у світовій психології. *Proceedings of the National Aviation University. Series: Pedagogy, Psychology*. 2020. № 17. С. 132–141.
6. Каліщук С. М., Хоменко В. І. Генеза поняття ідентифікації у контексті соціально-психологічних досліджень. *Габітус*. 2024. № 61. С. 64–70.
7. Москаленко В. В. Теоретико-методологічні засади дослідження динаміки ідентичності особистості у змінній ситуації (структурно-функціональний аналіз): препринт. Київ: Інститут психології імені Г. С. Костюка НАПН України, 2023. 42 с.
8. Навчально-методичні проблеми розробки сценаріїв реалізації конструктивних функцій етнокультури в інформаційному суспільстві: посібник / М.-Л.А. Чепи, М.І. Савіна, С.Є. Солодчук [та ін.]; за редакцією Чепи М.-Л.А. – К.: Педагогічна думка, 2015. 80 с.
9. Островська К. А., Новошицька О. Р. Особливості ціннісно-мотиваційної сфери українців з різним рівнем адаптованості, евакуйованих до Європи. Актуальні проблеми психології, бізнесу та управління в умовах сучасних вимог: збірник матеріалів Другої міжнародної науково-практичної онлайн-конференції, 7-8 грудня 2023 р., Україна, Латвія, Бразилія, США, Ірландія, Італія, Німеччина. ПВНЗ «Інститут психології і підприємництва», 2023. С. 272–277.
10. Петровська І. Р. Психологія становлення громадянської ідентичності особистості: дис. ... д-ра психол. наук : 19.00.11 – політична психологія. Київ, 2023. 464 с.
11. Плющ В. А. Соціокультурна адаптація мігрантів: концептуалізація, етапи та їхня динаміка. *Актуальні проблеми філософії та соціології*. 2021. Вип. 31. С. 59–68.
12. Синякова В., Грисенко А. Психологічні механізми трансформації соціальної ідентичності у вимушених емігрантів. *Наукові праці Міжрегіональної Академії управління персоналом. Психологія*. Випуск 1 (66), 2025. С. 30–34.
13. Тарасюк І. В. Стратегії акультурації мігрантів у контексті міжкультурної взаємодії. *Наукові записки Національного університету «Острозька академія». Серія : Психологія*. 2021. Вип. 13. С. 20–24.
14. Українські біженці після трьох років за кордоном. Четверта хвиля дослідження. URL: https://ces.org.ua/refugees_fourth_wave (дата звернення: 03.03.2025)
15. Handbook on Measuring International Migration through Population Censuses. (2022). United Nations Department of Economic and Social Affairs (UN DESA). New York: UN DESA. ISBN 978-92-1-16136-1; eISBN 978-92-1-363249-9
16. Huang A. X., Chen J. M., Degner J. Being One or the Other, Both or Neither: Self-Categorization Theory, Social Identity Theory and the Issue of Mixed Identities. *European Journal of Social Psychology*. 2025. №55(4). С.727–743. <https://doi.org/10.1002/ejsp.3155> (індексовано в Scopus).
17. McAuliffe M., Oucho L. A. World Migration Report 2024. International Organization for Migration (IOM), Geneva. 2024. ISSN 1561-5502; ISBN 978-92-9268-598-0
18. Temporary protection for persons fleeing Ukraine – monthly statistics. URL: https://ec.europa.eu/eurostat/statistics-explained/index.php?title=Temporary_protection_for_persons_fleeing_Ukraine_-_monthly_statistics (дата звернення: 05.09.2025).

Дата надходження статті: 25.09.2025

Дата прийняття статті: 20.10.2025

Опубліковано: 28.11.2025