

**ВОЛИНСЬКИЙ НАЦІОНАЛЬНИЙ УНІВЕРСИТЕТ ІМЕНІ ЛЕСІ УКРАЇНКИ**

Кваліфікаційна наукова праця  
на правах рукопису

**ШМАРОВА НАТАЛІЯ ВОЛОДИМИРІВНА**

УДК 159.942.5-054.7(043.5)

**ДИСЕРТАЦІЯ**

**ЕКОНОМІЧНА ДЕПРИВАЦІЯ ЯК ЧИННИК ФРУСТРОВАНOSTІ  
ПОТЕНЦІЙНИХ МІГРАНТІВ**

053 Психологія

053 Соціальні та поведінкові науки

Подається на здобуття наукового ступеня доктора філософії

Дисертація містить результати власних досліджень. Використання ідей, результатів і текстів інших авторів мають посилання на відповідне джерело

\_\_\_\_\_ Н.В. Шмарова

(підпис, ініціали та прізвище здобувача)

Науковий керівник : **Гошовський Ярослав Олександрович**, доктор  
психологічних наук, професор

**Луцьк – 2023**

## АНОТАЦІЯ

**Шмарова Н.В. Економічна депривація як чинник фрустрованості потенційних мігрантів.** – Кваліфікаційна наукова праця на правах рукопису. Дисертація на здобуття ступеня доктора філософії за спеціальністю 053 Психологія. Волинський національний університет імені Лесі Українки, Луцьк, 2023.

У дисертаційній роботі здійснено теоретико-емпіричний аналіз психологічних особливостей негативного впливу економічної депривації на соціо- і психогенезу людини. Встановлено, що матеріальні обмеження виступають одним з найважливіших базових чинників психологічного дискомфорту особистості, адже безробіття, фінансові нестатки і статусні позбавлення зумовлюють безсилля і депресію. Економічно депривована людина переживає внаслідок цього розгубленість, тривожність, роздратованість, агресивність, страх за себе і своїх рідних та цілу низку інших дискомфортних психостанів. Економічна депривація постає ключовим поштовхом до міграційних намірів та зумовлює прояви фрустрованості в потенційних мігрантів.

Констатовано, що неспроможність задовільнити базові особистісні й соціальні потреби, відсутність економічних ресурсів, переживання суб'єктивної бідності розбалансовують самоусвідомлення і діяльність, зумовлюють психоемоційні перепади і кризи. Людина в ситуації перманентної бідності спроможна переживати екзистенційний хаос, почуття розпачу й безпорадності перед життєвими труднощами, духовну спустошеність і приреченість, а також тривожно-фрустраційну невпевненість у своїх особистісних потенціалах і можливостях. Переживання відчуттів знехтуваності внаслідок байдужого і цинічного ставлення з боку матеріально забезпеченіших людей і незацікавленого у покращенні стану справ соціуму, може спонукати депривовану особу до усамітнення, відчуження, замкнутості, інших депресивних моделей поведінки і/або зумовлюють її міграційну налаштованість.

Встановлено, що потенційним мігрантам притаманний специфічний тривожно-фрустраційний фон, зумовлений переживаннями і певним страхом перед невідомістю, а також проблемами адаптації до інших соціокультурних та економічних моделей життєіснування. Відзначено, що фрустрація як типова реакція на тривале і невизначене очікування гнітить і робить дискомфортним усталений біосоціальний ритм людини.

Здійснено теоретичний аналіз основних науково-психологічних підходів до проблеми економічної депривації, фрустрації та міграційних намірів особистості. Зазначено, що міграційна готовність людини є проявом її самоорганізації та фіксує міру налаштованості на добровільну зміну свого місця проживання і стилю життєдіяльності. Здебільшого вона виникає на підставі суперечностей між образом світу (уявленим або реальним) і способом життя. Міграційні наміри супроводжуються численними емоційними реакціями, серед яких виокремлюється фрустрація. Фрустрація розглядається як один з найтиповіших психостанів людини з міграційними намірами, що проявляється в переживаннях та особливостях її поведінки, зумовлених реальними або уявними перепонами, які видаються надмірно складними, важкими і нездоланими та перешкоджають досягненню очікуваної та жаданої мети.

Акцентовано, що потенційні мігранти переживають труднощі пристосування до нових обставин і реалій чужого середовища, зокрема з урахуванням факторів ксенофобії, мігрантофобії, сегрегації тощо. Фрустрованість потенційного мігранта свідчить про його підвищену чутливість до травмогенних чинників та недостатню сформованість фрустраційної толерантності як спроможності дати відсіч проблемам, які насуваються. Зазначено, що потенційні мігранти з підвищеною вразливістю до фрустрації потребують виваженого професійного психологічного супроводу.

Здійснено емпіричне дослідження негативного впливу економічної депривації на фрустрованість потенційних мігрантів. На підставі результатів

кореляційного аналізу вдалося констатувати, що економічна депривація (базова, нормативна, відносна) корелює з такими психостанами як тривожність, агресивність, фрустрованість та ін., що засвідчує істотну детермінованість міграційних намірів особистості і розбалансованість психоемоційної сфери негативним впливом різновидових обмежень її соціально-психологічного розвитку. За результатами факторного аналізу в досліджуваних з групи «потенційні мігранти» виокремилися такі чотири основні фактори, на які випало найбільше семантичне навантаження : F 1 «тривожно-деприваційна фрустрованість», F 2 «невротично-деприваційна фрустрованість», F 3 «відносно економічно-деприваційна агресивність», F 4 «психосоціально-стресова фрустрованість». Результати факторного аналізу виконання експериментальних завдань методик досліджуваними з групи «стабільні (стаціонарні) жителі» такі : F 1 «агресивно-тривожна безпековість», F 2 «матеріально-стресова ригідність», F 3 «середньо-тривожна самореалізація», F 4 «помірно-екзистенційна задоволеність».

Загалом встановлено, що у досліджуваних потенційних мігрантів на високому статистично значущому рівні проявилися ті показники, які засвідчують загальний високий рівень тривожності, фрустрованості, агресивності, невротизації, стресовості, що пояснюється насамперед негативним депривуючим впливом нестабільного соціально-економічного клімату, який потужно детермінує їхні міграційні наміри.

Здійснено емпіричне дослідження ресурсів і акультураційних стратегій, що репрезентують наміри й очікування потенційних мігрантів. Констатовано, що у своїх інтенціях вони розраховують насамперед на такі ресурси : соціально-родинні, діяльнісно-кваліфікаційні, афективні та соціально-економічні, а також планують дотримуватися таких акультураційних стратегій : інтеграція, маргіналізація, сепарація, асиміляція та самоактуалізація. Водночас незалежно від орієнтації на різні акультураційні стратегії всі досліджувані потенційні мігранти відзначають наявність

підвищеної тривожності та невизначеного гнітючого стану, який можна позначити як латентна або виражена фрустрованість.

Обґрунтовано, що програма ревіталізаційного супроводу психогенези потенційних мігрантів спрямована насамперед на гармонізацію їхньої розбалансованої афективності, зокрема підвищеної фрустрованості, тривожності, нервово-психічної напруженості, які зазвичай переживаються внаслідок негативного впливу економічної депривації, а також для набуття ними компетентностей щодо підвищення адаптації та оптимізації динаміки власних життєвих траєкторій і перспектив.

Встановлено, що за допомогою активних і системних формувальних, насамперед тренінгових впливів в учасників «Ревіталізаційного тренінгу фрустраційної толерантності потенційних мігрантів», базованого на засадах генетичної психології, вдалося досягнути основного ревіталізаційного ефекту, суть якого полягала в істотному зниженні негативного економічно-деприваційного та фрустраційного тиску на їхню актуальну психо- і соціогенезу. Костатовано, що після участі у тренінгу в досліджуваних відбулося істотне зниження високого рівня тривожності, дуже високого рівня соціальної фрустрованості, високого рівня невротизації, а також стало більше досліджуваних з високою нервово-психічною стійкістю та майже двократно збільшилася кількість зі слабкою нервово-психічною напругою. Отож завдяки задіяним формувальним впливам у досліджуваних збалансувалося функціонування афективності та помітно усталилася фрустраційна толерантність.

**Ключові слова:** депривація, економічна депривація, фрустрація, фрустрованість, люди з міграційними намірами, потенційні мігранти, програма ревіталізаційного супроводу психогенези потенційних мігрантів, фрустраційна толерантність.

## ABSTRACT

**Shmarova NV Economic deprivation as a factor in the frustration of potential migrants.** – Qualified scientific work on the rights of the manuscript. Dissertation for the degree of doctor of philosophy in the specialty 053 Psychology. Volyn National University named after Lesya Ukrainka. Lutsk, 2023.

In the dissertation work the theoretical and empirical analysis of psychological features of negative influence of economic deprivation on socio- and psychogenesis of the person is carried out. It is established that material constraints are one of the most important basic factors of psychological discomfort of the individual, because unemployment, financial deprivation and deprivation of status cause helplessness and depression. As a result, an economically deprived person experiences confusion, anxiety, irritability, aggression, fear for himself and his family, and a number of other uncomfortable psychostands. Economic deprivation is a key stimulus to migration intentions and causes frustration among potential migrants. It is stated that the inability to meet basic personal and social needs, lack of economic resources, the experience of subjective poverty unbalance self-awareness and activity, cause psycho-emotional changes and crises. A person in a situation of permanent poverty is able to experience existential chaos, feelings of despair and helplessness in the face of life's difficulties, spiritual devastation and doom, as well as anxious and frustrating insecurity in their personal potentials and capabilities. Experiencing feelings of neglect due to indifferent and cynical attitude of wealthier people and uninterested in improving society, can lead a depressed person to loneliness, alienation, isolation, other depressive behaviors and / or cause his migratory attitude. It has been established that potential migrants have a specific anxiety and frustration background, due to feelings and a certain fear of the unknown, as well as problems of adaptation to other socio-cultural and economic models of life. It is noted that frustration as a typical reaction to long and uncertain expectations depresses and makes uncomfortable the established biosocial rhythm of man. Theoretical analysis of the main scientific and psychological approaches to the problem of economic deprivation, frustration and

migratory intentions of the individual. It is noted that the migration readiness of a person is a manifestation of his self-organization and fixes the degree of willingness to voluntarily change their place of residence and lifestyle. For the most part, it arises on the basis of contradictions between the image of the world (imaginary or real) and way of life. Migration intentions are accompanied by numerous emotional reactions, among which frustration stands out. Frustration is considered to be one of the most typical psychostancies of a person with migratory intentions, which is manifested in the experiences and characteristics of his behavior due to real or imagined obstacles that seem excessively difficult, difficult and insurmountable and hinder the achievement of expected and desired goals. It is emphasized that potential migrants experience difficulties in adapting to new circumstances and realities of another's environment, in particular, taking into account the factors of xenophobia, migrantophobia, segregation, etc. The frustration of a potential migrant indicates his increased sensitivity to traumatic factors and insufficient formation of frustrating tolerance as the ability to repel emerging problems. It is noted that potential migrants with increased vulnerability to frustration need balanced professional psychological support. An empirical study of the negative impact of economic deprivation on the frustration of potential migrants. Based on the results of correlation analysis, it was stated that economic deprivation (basic, normative, relative) correlates with such psychostancies as anxiety, aggression, frustration, etc., which indicates a significant determinism of individual migration intentions and imbalance of psycho-emotional sphere psychological development. According to the results of factor analysis, the following four main factors were identified in the group of «potential migrants», which had the greatest semantic load: F 1 «anxiety-deprivation frustration», F 2 «neurotic-deprivation frustration», F 3 «relatively economic-deprivation aggression», F 4 «psychosocial stress frustration». The results of the factor analysis of the experimental tasks of the methods studied by the group «stable (stationary) residents» are as follows: F 1 «aggressive-anxious security», F 2 «material-stress

rigidity», F 3 «moderate-anxious self-realization», F 4 «moderate-existential satisfaction».

In general, it was found that the studied potential migrants at a high statistically significant level showed those indicators that indicate a general high level of anxiety, frustration, aggression, neuroticism, stress, due primarily to the negative depressive effects of unstable socio-economic climate. . An empirical study of resources and acculturation strategies representing the intentions and expectations of potential migrants has been conducted. It was stated that in their intentions they rely primarily on the following resources: socio-family, activity-qualification, affective and socio-economic, and plan to follow the following acculturation strategies: integration, marginalization, separation, assimilation and self-actualization. At the same time, regardless of the focus on different acculturation strategies, all studied potential migrants note the presence of increased anxiety and uncertain depression, which can be described as latent or severe frustration. It is substantiated that the program of revitalization support of psychogenesis of potential migrants is aimed primarily at harmonizing their unbalanced affectivity, including increased frustration, anxiety, nervous and mental tension, which are usually experienced due to the negative impact of economic deprivation. life trajectories and prospects.

It is established that with the help of active and systematic formative, first of all training influences of the participants of the «Revitalization training of frustration tolerance of potential migrants» based on genetic psychology, the main revitalization effect was achieved. their actual psycho- and sociogenesis. It was stated that after participating in the training there was a significant decrease in high levels of anxiety, very high levels of social frustration, high levels of neuroticism, as well as more subjects with high neuropsychiatric stability and almost doubled the number with low mental stress. Thus, due to the involved formative influences in the subjects, the functioning of affectivity was balanced and frustration tolerance was markedly established.



**Key words:** deprivation, economic deprivation, frustration, frustration, people with migration intentions, potential migrants, program of revitalization support of psychogenesis of potential migrants.

## СПИСОК ОПУБЛІКОВАНИХ ПРАЦЬ ЗА ТЕМОЮ ДИСЕРТАЦІЇ

*Статті, надруковані у виданнях, що затверджені як фахові*

*в галузі психології :*

1. Шмарова Н. (2019). Психологічні особливості фрустрації в людей з міграційними намірами. *Психологічні перспективи*. 34. 278–288. <https://doi.org/10.29038/2227-1376-2019-34-278-288>.
2. Шмарова Н. (2020) Психологічні особливості впливу економічної депривації на фрустрованість потенційних мігрантів : факторний профіль. *Актуальні проблеми психології. Психологія обдарованості*. Том. VI, 17. 290–302.
3. Шмарова Н. (2020). Економічна депривація як негативний чинник психогенези особистості : теоретичний ракурс проблеми. *Психологія : реальність і перспективи. Збірник наукових праць РДГУ*. 14. 244–250. [https://10.35619/prap\\_rv.vi14.176](https://10.35619/prap_rv.vi14.176)

*Наукові публікації, які включені до наукометричних баз*

Scopus або Web of Science Core Collection :

4. Hoshovskyi, J., Mudrak , I., Hoshovska D., Shmarova, N., Kordunova, N., & Kulchytska, A. (2023). Economic Deprivation as a Neuropsychological Aspect of the Formation of Frustration in Potential Migrants. *BRAIN. Broad Research in Artificial Intelligence and Neuroscience*. 14(2), 285–302. <https://doi.org/10.18662/brain/14.2/455> (особистий внесок авторки полягає в обґрунтуванні ролі економічної депривації та фрустрації в соціогенезі осіб з міграційними намірами).

*Монографії :*

- 5 Шмарова Н. (2021). Програма ревіталізаційного супроводу психогенези потенційних мігрантів, які переживають фрустрованість. *Modern trends in science and practice. Volume 1 : collective monograph*. Compiled by V. Shpak; Chairman of the Editorial Board S. Tabachnikov. Sherman Oaks, California : GS Publishing Services, 137–146.

*Статті, опубліковані у збірниках матеріалів наукових конференцій :*

6. Шмарова Н. (2019). Економічна депривація як чинник міграційних намірів особистості : теоретико-емпіричний ракурс. *Соціальна адаптація людей літнього віку в сучасному суспільстві, ортобіоз та паліативна допомога* із циклу «Психологічні складові сталого розвитку суспільства: пошук психологічного обґрунтування на виклики сучасності». *Матеріали V науково-практичної конференції та форуму університетів третього віку (19-21 грудня 2018 р., Луцьк)* . За заг. наук. ред. Ж.П. Вірної. Луцьк : СНУ імені Лесі Українки, 229–236.

7. Шмарова Н. (2019). Психологічні особливості міграційних намірів у людей літнього віку : проблеми превенції. *Соціальна адаптація людей літнього віку в сучасному суспільстві, ортобіоз та паліативна допомога* із циклу : *Психологічні складові сталого розвитку суспільства: пошук психологічного обґрунтування на виклики сучасності. Матеріали VI науково-практичної конференції та форуму університетів третього віку (21-22 листопада 2019 року, м. Луцьк)*. За заг. наук. ред. Ж. П. Вірної. Луцьк : СНУ імені Лесі Українки, 283–288.

8. Шмарова Н. (2020). Економічна депривація як негативний чинник самореалізації особистості поліцейського : теоретико-емпіричний ракурс. *Матеріали Міжнародної науково-практичної конференції «25 років становлення Сумської філії Харківського національного університету внутрішніх справ: славетна історія та горизонти майбутнього» (21-22 лютого 2020 року, м. Суми)*. Сумська філія Харківського національного університету внутрішніх справ. Суми : Видавничий дім «Ельдорадо», 315–317.

9. Шмарова Н.В. (2020). Потенційна міграція крізь призму ускладнених психостанів депривованої особистості. *Психологічні виміри особистісної взаємодії суб'єктів освітнього простору в контексті гуманістичної парадигми : збірник тез наукових доповідей III Всеукраїнської конференції з*

міжнародною участю (Київ, 31 березня 2020 року) ; ред. С.Д. Максименко. Київ : Інститут психології імені Г.С. Костюка НАПН України, 227–230.

10. Шмарова Н. (2020). Теоретико-емпіричні виміри домінуючих психологічних станів у потенційних мігрантів. *The 1 th International scientific and practical conference «TOPICAL ASPECTS OF MODERN SCIENCE AND PRACTICE » (September 21-24, 2020)*. Frankfurt am Main, Germany. 332–337.  
[DOI - 10.46299/ISG.2020.II.I](https://doi.org/10.46299/ISG.2020.II.I)

11. Шмарова Н. (2021). Генетично-психологічний тренінговий підхід для оптимізації фрустраційної толерантності потенційних мігрантів. *Соціальна адаптація особистості в сучасному суспільстві, ортобіоз та паліативна допомога : матеріали VIII науково-практичної конференції з міжнародною участю (10-12 січня 2021 року, м. Луцьк)*  
<https://www.inforum.in.ua/conferences/26/85/694>

*Статті, опубліковані в збірниках наукових статей :*

12. Шмарова Н. (2018). Роль економічної депривації та фрустрації в соціогенезі потенційних мігрантів. *Психогенеза особистості: норма і девіація : зб. наук. статей*; гол. ред. Я. Гошовський. Луцьк : Вежа-Друк, 176–181.

13. Шмарова Н. (2018). Міграційні наміри особистості як чинник її фрустрованості та психоемоційного вигорання. *Arena nauki. Kwartalne miedzynarodowe czasopismo naukowe, Polska*. Lublin, 102–109.

14. Шмарова Н.В. (2019). Психологічні особливості переживання економічної депривації студентською молоддю. *Психогенеза особистості : норма і девіація : зб. наук. статей і тез ; гол. ред. Я. Гошовський. Луцьк : Вежа, 95–102.*

15. Шмарова Н. (2020). Процедурно-організаційні основи емпіричного дослідження і методи вивчення фрустрованості потенційних мігрантів. *Психогенеза особистості: норма і девіація : зб. наук. статей*; гол. ред. Я. Гошовський. Луцьк : Вежа-Друк, 244–255.

16. Шмарова Н. (2022). Ревіталізація психогенези економічно депривованих людей з міграційними намірами : досвід апробації тренінгової програми. *Психогенеза особистості: норма і девіація : зб. наук. статей і тез ; гол. ред. Я. Гошовський*. Луцьк : ФОП Манжула Ю.М., 136–143.

## ЗМІСТ

<b>ВСТУП</b> .....	16
<b>РОЗДІЛ 1. ТЕОРЕТИКО-МЕТОДОЛОГІЧНІ ОСНОВИ ВИВЧЕННЯ ЕКОНОМІЧНОЇ ДЕПРИВАЦІЇ ТА ФРУСТРОВАНОСТІ ПОТЕНЦІЙНИХ МІГРАНТІВ</b> .....	27
1.1. Економічна депривація як негативний чинник психогенези особистості.....	27
1.2. Психологічні особливості потенційних мігрантів : теоретичний аналіз проблеми.....	45
1.3. Фрустрованість у контексті основних психостанів людей з міграційними намірами.....	56
Висновки до першого розділу.....	74
<b>РОЗДІЛ 2. ЕМПІРИЧНЕ ВИВЧЕННЯ ВПЛИВУ ЕКОНОМІЧНОЇ ДЕПРИВАЦІЇ НА ФРУСТРОВАНІСТЬ ПОТЕНЦІЙНИХ МІГРАНТІВ</b> .....	79
2.1. Процедурно-організаційні основи емпіричного дослідження і методи вивчення фрустрованості потенційних мігрантів.....	79
2.2. Результати емпіричного дослідження впливу економічної депривації на особистісну фрустрованість : порівняльний аналіз факторних профілів за критерієм «потенційні мігранти» і «стабільні (стаціонарні) жителі».....	93
2.3. Аналіз ресурсів і акультураційних стратегій, що репрезентують наміри й очікування потенційних мігрантів.....	131
Висновки до другого розділу.....	140
<b>РОЗДІЛ 3. ПСИХОЛОГІЧНІ ОСОБЛИВОСТІ РЕВІТАЛІЗАЦІЙНОЇ ДОПОМОГИ ЩОДО ЗНИЖЕННЯ ФРУСТРОВАНОСТІ У ПОТЕНЦІЙНИХ МІГРАНТІВ</b> .....	145
3.1. Програма ревіталізаційного супроводу психогенези потенційних мігрантів.....	145

3.2. Генетично-психологічний тренінговий підхід для оптимізації фрустраційної толерантності людей з міграційними намірами.....	160
3.3. Аналіз результатів апробації програми та перевірка ефективності формувальних впливів.....	184
Висновки до третього розділу.....	199
<b>ВИСНОВКИ.....</b>	<b>203</b>
<b>СПИСОК ВИКОРИСТАНИХ ДЖЕРЕЛ.....</b>	<b>208</b>
<b>ДОДАТКИ.....</b>	<b>231</b>
<b>АКТИ ВПРОВАДЖЕННЯ РЕЗУЛЬТАТІВ ДИСЕРТАЦІЇ.....</b>	<b>261</b>

## ВСТУП

**Актуальність дослідження.** Серед нагальної психологічної проблематики нашого трансформаційного часу однією з найактуальніших постає афективна розбалансованість людини, яка культивується численними негараздами і загрозами економічного, соціального, політичного, особистісного та іншого походження. Реалії сучасного життєіснування пересічного громадянина держави засвідчують, що в складних умовах нестабільної соціально-економічної ситуації (війна, криза, безробіття, низька зарплатня тощо) він зазвичай змушений переживати численні дискомфортні й амортизаційні психостани, спричинені насамперед неспроможністю забезпечити гідний матеріальний рівень для проживання себе і власної сім'ї. Поміж різних векторів виходу з такої гнітючо неприємної та принизливої життєвої ситуації одним із найчастіших обирається міграційна налаштованість як спроба покинути економічно депривуючу дійсність та інкультуруватися в інші комфортніші умови. Однак невідомість, недостовірність або фрагментарність інформації про життя в статусі емігранта, заробітчанина, досить часто «нелегала», породжують особистісну амбівалентність, а тривожність, безпорадність, невротичність, підвищена емоційна напруженість чинять несприятливий вплив на психо- і соціогенезу потенційного мігранта.

Окремого наукового статусу набуває феномен фрустрації, адже якраз вона досить часто супроводжує цей складний процес і виступає як причиною, так і наслідком міграційних намірів і прагнень особистості. Економічна депривація штовхає людину на пошуки кращих варіантів матеріального самоствердження, проте на шляху до реалізації міграційної активності доводиться переживати найрізноманітніші стани: від ейфорії та «бойової лихоманки» до зневіри і фрустрованості. Окреслене коло проблем, вилаштоване у своєрідний термінологічний ланцюг : «економічна



депривація» – «потенційна міграція» – «фрустрація», виступило ключовим концептуально тематичним напрямком нашого дослідження.

У контексті різновидової психічної депривації (сенсорна, соціальна, сімейна, комунікативна, екстремальна тощо) економічна депривація посідає важливе місце, адже, маючи основною змістово-функціональною ознакою реальну нестачу або відсутність матеріальних засобів для забезпечення нормального життєіснування, вона висувається в ранг екзистенційно значущих. Матеріальне розшарування суспільства, поляризація за матеріальними статками, бінарна опозиція «багаті – бідні» є у фокусі наукової уваги різних галузей (соціологія, економічна теорія, політологія тощо), однак у психології цей спектр потребує поглиблених досліджень. Психологічні особливості людини в умовах економічної депривації прямо або опосередковано висвітлюються у працях Дж. Боулбі, І. Брецко, Я. Гошовського, Й. Лангмейєра, Г. Ложкіна, З. Матейчека, Ю. Терлецької, Н. Харченко та ін.). Попри різномодальність дослідницьких поглядів узагальненим твердженням може виступити положення про те, що економічна депривація здебільшого негативно впливає на соціально-психологічне життя особистості. Крім досить незначних позитивів (наприклад, економічне депривування як чинник активізації особистісно-пошукової діяльності людини для здобуття нових ресурсів) виокремлюється базовий акцент – економічна депривація зумовлює психоемоційне вигорання і виснаження, породжує когнітивно-афективну втому і загальну особистісну амортизацію.

Фрустрація, фрустрованість, маючи різнобічні аспекти прояву та виступаючи предметом широкого й детального науково-психологічного вивчення, постають маркерами невдоволеної людської афективності. Разючий дисбаланс між соціально-економічною реальністю та намаганнями й очікуваннями людини зумовлює появу фрустрації – специфічного психологічного стану, типовими ознаками якого є неприємна й гнітюча тривога, внутрішній неспокій, відчуття невпевненості, безсилля і

неспроможності віднайти вихід, а іноді навіть відчай і приреченість. У численних дослідженнях (Р. Баркер, Л. Берковіц, Дж. Браун, Т. Дембо, Д. Доллард, С. Максименко, Д. Мауер, Н. Міллер, А. Плотічер, С. Розенцвейг, О. Саннікова, Р. Стагнер, С. Уотерхауз та ін.) стверджується, що фрустрованість особистості проявляється насамперед як переживання розпачливої неспроможності вирішити проблеми і перепони, які видаються нездоланими.

Одним із наслідків негативного впливу економічної депривації на особистість постає її міграційна налаштованість, насамперед вимушена трудова еміграція як намагання уникнути бідності, безробіття, соціально-психологічного й побутового дискомфорту (О. Блинова, І. Боровинська, М. Слюсаревський, М. George, S. Castles, M. Collyer, M. J. Miller та ін.). Досить часто потенційні мігранти переживають численні афективні проблеми і розлади, серед яких найтипівішими постають загострена невритизація, підвищена тривожність і фрустрованість.

Отож актуальність дисертаційного дослідження зумовлена тим, що розлогого і детального наукового вивчення потребують недостатньо встановлені проблеми негативного впливу соціально-економічної депривації на фрустрованість людей, які мають виражені міграційні наміри. Окреслене тематичне коло необхідне для вивчення як на рівні здобуття сучасних емпіричних результатів, так і у вимірах концептуального осмислення і теоретичного узагальнення. Виходячи з таких позицій, ми обрали тему дисертаційної роботи «Економічна депривація як чинник фрустрованості потенційних мігрантів».

**Зв'язок роботи з науковими програмами, планами, темами.** Дисертаційне дослідження виконане відповідно до плану науково-дослідної роботи кафедри педагогічної та вікової психології Волинського національного університету імені Лесі Українки, здійснене в межах науково-дослідної теми «Вікові та педагогічні виміри психогенези особистості: норма і девіація» та є складовою комплексної державної теми «Психогенеза ревіталізації депривованої особистості» (номер державної реєстрації 0113U002218). Тема дисертації

затверджена на засіданні вченої ради Волинського національного університету імені Лесі Українки (протокол № 14 від 26 листопада 2020 р.).

**Об'єкт дослідження** – фрустрованість особистості з міграційними намірами.

**Предмет дослідження** – психологічні особливості економічної депривації як детермінанти фрустрованості потенційних мігрантів.

**Мета дослідження** – теоретичний аналіз та емпіричне вивчення впливу економічної депривації на фрустрованість потенційних мігрантів.

Виходячи з мети дисертаційної роботи, було поставлено такі **завдання**:

1. Здійснити теоретичний аналіз проблеми впливу економічної депривації на афективність, зокрема фрустрованість потенційних мігрантів у науково-психологічній літературі.

2. Емпірично дослідити вплив економічної депривації на особливості фрустрованості потенційних мігрантів, провести порівняльний аналіз психологічної специфіки прояву фрустрованості за критерієм «потенційні мігранти» і «стабільні (стаціонарні) жителі».

3. Здійснити аналіз ресурсів і акультураційних стратегій, що репрезентують наміри й очікування потенційних мігрантів

4. Розробити програму ревіталізаційного супроводу психогенези потенційних мігрантів.

**Теоретико-методологічна база дослідження.** Вивчення психологічних особливостей депривації, фрустрованості, потенційної міграції базувалося на методологічних принципах системності, цілісності й детермінованості психіки людини (Дж. Боулбі, Ж. Вірна, З. Ковальчук, Г. Костюк, С. Максименко, Т. Щербан та ін.); теоретико-емпіричних дослідженнях феноменології депривації (Дж. Боулбі, І. Брецько, В. Васютинський, Я. Гошовський, О. Кікінеджи, Д. Кун, Й. Лангмейєр, З. Матейчек, А. Ребер, П. Фрейре, А. Фройд та ін.); наукових поглядів на економічну депривацію (П. Абрахамсон, Я. Гошовський, Ю. Терлецька, Н. Харченко та ін.); концепіях

фрустрації/фрустрованості особистості (Р. Баркер, В. Блейхер, Т. Дембо, Дж. Доллард, Е. Кіршбаум, О. Мауер, Н. Міллер, А. Плотічер, С. Розенцвейг, З. Фройд та ін.); науково-психологічних підходах щодо міграції (О. Блинова, І. Боровинська, О. Малиновська, М. Слюсаревський та ін.); ревіталізаційних підходах до психогенези депривованих людей (Д. Гошовська, Я. Гошовський, О. Іванашко, Н. Завацька, Г. Католик, С. Максименко, М. Мушкевич, Т. Титаренко, Т. Яценко та ін.).

**Методи дослідження.** Для вирішення завдань дослідження нами було застосовано низку теоретико-емпіричних методів: *теоретичні методи* – аналіз, синтез, систематизація, класифікація, моделювання – з метою встановлення впливу економічної депривації на афективність, зокрема фрустрованість потенційних мігрантів; *емпіричні методи* – спостереження, біографічний метод, фокусоване інтерв'ю, анкетування (авторська анкета (збір даних про вік; роботу; освіту; сімейний стан; особливості міграційних намірів; найважливіші чинники й акультураційні стратегії, які стимулюють очікування у потенційних мігрантів на позитивний перебіг справ; емоційні стани, які репрезентують і супроводжують міграційні наміри й очікування; ресурси, на які розраховують потенційні мігранти тощо)), тестування («Ієрархія потреб» (модифікація І.А. Акіндінової), «Методика діагностики рівня соціальної фрустрованості» (Л. Вассерман (модифікація В. Бойка)), тест «Самооцінка психічних станів» (Г. Айзенк), методика «Ваше самопочуття» (О.С. Копіна), «Опитувальник нервово-психічної напруги (НПН)» (Т.А. Немчин), «Методика визначення рівня нервово-психічної стійкості (анкета «Прогноз»)» (за В. Бодровим), «Методика діагностики рівня невротизації» (за Л. Вассерманом), «Методика визначення тривожності» (Дж. Тейлор), «Методика визначення економічної депривації та її підвидів у дорослих» (Терлецька Ю.М.)); *математико-статистичні* – описова математична статистика, статистичне порівняння середніх значень (*t*-критерій Ст'юдента), кореляційний, дисперсійний і факторний аналізи.

Обробка даних виконувалась за пакетом програм комп'ютерного забезпечення SPSS для Windows (версія 23.0).

**Організація та експериментальна база дослідження.** Дослідження проводилося в три етапи упродовж 2016-2023 років.

На *першому етапі* (2016-2017 роки) – було здійснено аналітичні студії щодо міри і рівня розробленості досліджуваної нами тематичної проблематики в теоретичному і прикладному вимірах; здійснено пілотажне дослідження, розроблено й обґрунтовано загальну концепцію дисертаційної роботи (намічено, окреслено й вибрано засадничі теоретичні положення дослідження, висунуто робочі й основні припущення, сформульовано об'єкт, предмет і мету дослідження, обрано мережу остаточних експериментальних майданчиків, сформовано репрезентативну й гетерогенну вибірку, укладено пакет валідних психодіагностичних методик).

На *другому етапі* (2018-2020 роки) – здійснено констатувальний експеримент з метою встановлення психологічних особливостей впливу економічної депривації на афективність, зокрема фрустрованість людей з міграційними намірами; розроблено програму превентивно-ревіталізаційного супроводу психогенези потенційних мігрантів;

На *третьому етапі* (2021-2023 роки) – здійснено формувальний експеримент із залученням програми ревіталізаційного супроводу психогенези потенційних мігрантів, зокрема апробовано генетично-психологічний тренінговий підхід для оптимізації фрустраційної толерантності людей з міграційними намірами; здійснено системне узагальнення й інтерпретація результатів дослідження, завершено їх оформлення у вигляді рукопису дисертаційної роботи.

На етапі *пілотажного* експерименту загальна кількість досліджуваних, які були рекрутовані методом рандомізації, складала 463 особи. віком від 16 до 53 років ( мешканці Волинської, Рівненської, Запорізької та Дніпропетровської областей).

Упродовж перебігу дослідницької роботи відбулося відсіювання учасників, тому на етапі *констатувального* експерименту за переліченими нижче методиками в усіх психодіагностичних серіях взяли участь 268 осіб (171 з вираженими і заманіфестованими міграційними намірами і 97 без міграційних намірів).

На етапі *формульовального* експерименту вибірка респондентів налічувала 60 осіб.

**Наукова новизна** дослідження полягає в тому, що:

- *вперше* здійснено цілісне вивчення психологічних особливостей економічної депривації як чинника фрустрованості потенційних мігрантів, суть яких полягає в тому, що негативні афективні психологічні стани, зокрема фрустрація, тривожність, невротизація дискомфортно і несприятливо впливають на особистісну соціо- і психогенезу людини з міграційними намірами ; розроблено програму ревіталізаційного супроводу психогенези потенційних мігрантів, спрямовану на надання психологічної допомоги й оптимізацію їхнього афективного розвитку ; розроблено, апробовано й запроваджено генетично-психологічний тренінговий підхід для оптимізації фрустраційної толерантності людей з міграційними намірами ;
- *уточнено* специфіку ресурсів (соціально-родинні, соціально-економічні, діяльнісно-кваліфікаційні, афективні) й основних акультураційних стратегій (інтеграція, сепарація, асиміляція, маргіналізація, самоактуалізація), що репрезентують наміри й очікування потенційних мігрантів ;
- *поглиблено наукові уявлення* щодо позитивних тенденцій і показників зниження фрустрованості у потенційних мігрантів унаслідок задіяння формульовальних впливів, зокрема завдяки застосуванню ревіталізаційних тренінгових вправ.

**Теоретичне значення** дослідження полягає в обґрунтуванні й концептуалізації впливу економічної депривації на міграційні наміри особистості в контексті її ускладненої афективності; виділенні змістово-

функціональної сутності негативної економічно-деприваційної детермінації фрустрованості потенційних мігрантів; розробці засадничих положень превентивно-ревіталізаційного супроводу психогенези депривованих осіб з міграційними намірами.

**Практичне значення дослідження** полягає в розробці програми генетично-психологічного тренінгу для оптимізації фрустраційної толерантності потенційних мігрантів. Основні теоретико-емпіричні положення і сформульовані на їх основі психологічні висновки можуть бути використані у процесі фахової підготовки та професійної, зокрема превентивної діяльності психологів, соціологів, соціальних працівників, реабілітологів для роботи з людьми, що мають міграційні наміри. Результати дослідження можуть використовуватись у лекційних курсах з дисциплін «Загальна психологія», «Соціальна психологія», «Психологія депривації», «Психологія міграції», «Психологічна допомога особам з групи ризику», «Психогенеза особистості в нормі та девіації».

Основні результати дослідження **впроваджено** в практику підготовки студентів у Волинському національному університеті імені Лесі Українки (довідка № 03-24/01/140 від 23.01.2023 р.); Мукачівському державному університеті (довідка № 307 від 21.02.2020 р.); Рівненському державному гуманітарному університеті (довідка № 01-12/18 від 20.02.2020 р.); Запорізькому національному університеті (довідка № 59/0101-13 від 13.03.2020 р.).

**Апробація результатів дисертації.** Основні положення і результати дисертаційної роботи були апробовані на: *міжнародних науково-практичних конференціях* : «Генеза буття особистості» (Київ, 2016), «Особистість у соціальному, віковому та клінічному вимірі сучасного життя» (досвід Волинської психологічної школи до 15-річчя факультету психології Східноєвропейського національного університету імені Лесі Українки) (Луцьк, 2016), «Організація інклюзивного навчання дітей з нейрофізіологічними порушеннями» (Рівне, 2017), «Соціальна адаптація

людей літнього віку в сучасному суспільстві, ортобіоз та паліативна допомога» із циклу «Психологічні складові сталого розвитку суспільства : пошук психологічного обґрунтування на виклики сучасності» (Луцьк, 2017), «Психологічні основи здоров'я, освіти, науки та самореалізації особистості» (Луцьк, 2018), «Міждисциплінарний супровід дітей групи ризику : міжнародний досвід» (Луцьк, 2018), «Психогенеза особистості : ревіталізаційний ракурс» (Луцьк, 2018), «Соціальна адаптація людей літнього віку в сучасному суспільстві, ортобіоз та паліативна допомога» із циклу: «Психологічні складові сталого розвитку суспільства : пошук психологічного обґрунтування та виклики сучасності» (Луцьк, 2019), «25 років становлення Сумської філії Харківського національного університету внутрішніх справ: славетна історія та горизонти майбутнього» (Суми, 2020); «Особистість у просторі молодіжної субкультури» (Рівне, 2019); «Виклики та парадокси соціальної взаємодії в постмодерному світі : лінгвістичний та психологічний аспекти» (Рівне, 2019), «Практична психологія сучасності: ресурси та перспективи» (Луцьк, 2019), «Теорія та практика сучасної психології : реалії та перспективи» (Київ, 2019), «Topical aspects of modern science and practice» (Frankfurt am Main, Germany, 2020), «Ефективні стратегії поведінкового аналізу (АВА) в сучасному освітньому просторі» (Луцьк, 2021); *науково-практичних конференціях з міжнародною участю* : «Фетальний алкогольний синдром (ФАС) : діагностика, нейроповедінкові аспекти, корекційні програми» (Львів, 2017), «Психолого-педагогічні та медичні технології супроводу дітей з особливими освітніми потребами в умовах інклюзивного навчання» (Луцьк, 2017); «Професійна підготовка фахівців до роботи з дітьми з порушеннями розвитку : організація інклюзивного навчання дітей з нейрофізіологічними порушеннями» (Луцьк, 2017), «Психологічні виміри особистісної взаємодії суб'єктів освітнього простору в контексті гуманістичної парадигми» (Київ, 2020), VIII науково-практична конференція «Соціальна адаптація особистості в сучасному суспільстві, ортобіоз та паліативна допомога» (Луцьк, 2021), IX науково-практична конференція та форум



університетів третього віку «Соціальна адаптація людей літнього віку в сучасному суспільстві, ортобіоз та паліативна допомога із циклу : Психологічні складові сталого розвитку суспільства: пошук психологічного обґрунтування на виклики сучасності» (Луцьк, 2022); *всеукраїнських науково-практичних конференціях*: «Фестиваль практичної психології на Світязі» (Луцьк, 2016), «Психолого-педагогічні особливості розвитку особистості в освітньому просторі» (Мукачєво, 2017), «Проведення експертизи дослідно-експериментальної роботи над освітнім проектом «Інноваційні підходи до психолого-педагогічного супроводу інклюзивної освіти» (Луцьк, 2018), «Медико-біологічні проблеми фізичного виховання різних груп населення, ерготерапії, інклюзивної та соціальної освіти» (Луцьк, 2019), «Суспільні дисципліни як засіб формування цивілізаційної компетентності здобувачів освіти» (Рівне, 2019) ; *науково-практичних семінарах з міжнародною участю* : семінар консула «Аутизм-Європа» Інни Сергієнко «Проблеми та досягнення в сфері аутизму в світі та Україні» (Луцьк, 2015), «Феноменологія депривації : психолого-педагогічний і теоретико-прикладний дискурс» (Луцьк, 2016–2022), «Партиципація : психотехнології активізації особистісного ресурсу» (Луцьк, 2016), «Сучасні інноваційні тенденції в освіті, навчанні та психолого-педагогічному супроводі дітей з особливими потребами: Інклюзивна освіта – канадський досвід» (Луцьк, 2018), «Поведінковий аналіз (АВА) в контексті надання психологічної допомоги дітям з ускладненою психогенезою» (Луцьк, 2020); *науково-практичних семінарах* : «Типологія девіантної поведінки: діагностика та корекція» (Луцьк, 2017), «Особливості психолого-педагогічної корекції та фізичної терапії дітей з особливими освітніми потребами» (Луцьк, 2018), «Комплексний фандрейзинг та написання грантових заявок» (Луцьк, 2019), «Шляхи превенції девіантної поведінки молоді» (Луцьк, 2020), «Психолого-педагогічний супровід в умовах інклюзивної освіти» (Луцьк, 2020), «Соціально-психологічні проблеми і виклики сучасного суспільства : психологія єдності та розбрату» (Луцьк, 2021); *засіданнях «круглих столів* » :

«Діагностика та корекція девіантної поведінки сучасної молоді» (Луцьк, 2016), «Соціалізація дітей з особливими потребами через презентацію успішного особистісного досвіду» (Луцьк, 2016); «Методичні засади організації психодіагностики та психокорекції в умовах навчально-реабілітаційного центру» (Луцьк, 2019); «Вплив трудової еміграції батьків на мотивацію навчання в початкових класах» (Луцьк, 2019); «Магістратура з психології : Viribus unitis» (Луцьк, 2021), «Вікова редукція професійного вигорання у сучасній школі» (Луцьк, 2021), засіданнях наукової ради, вченої ради факультету психології, лабораторії «Психогенеза особистості» і кафедри педагогічної та вікової психології Волинського національного університету імені Лесі Українки.

**Публікації.** Результати дисертаційного дослідження висвітлені у 16 публікаціях авторки, з яких 3 статті – у наукових фахових виданнях із психології, включених до переліку, затвердженого МОН України, 1 стаття – в іноземному періодичному виданні, що входить до міжнародної наукометричної бази даних Web of Science, 1 розділ у колективній монографії, 11 публікацій – у збірниках матеріалів науково-практичних конференцій та інших виданнях апробаційного характеру

**Структура й обсяг дисертації.** Робота складається зі вступу, трьох розділів, висновків до кожного розділу, загальних висновків, списку використаних джерел (209 найменувань з них – 29 іноземною мовою), додатків (30 сторінок). Загальний обсяг дисертації – 260 сторінок, з них основний обсяг – 191 сторінка. Робота містить 3 таблиці, 14 рисунків.

# РОЗДІЛ 1. ТЕОРЕТИКО-МЕТОДОЛОГІЧНІ ОСНОВИ ВИВЧЕННЯ ЕКОНОМІЧНОЇ ДЕПРИВАЦІЇ ТА ФРУСТРОВАНОСТІ ПОТЕНЦІЙНИХ МІГРАНТІВ

## 1.1. Економічна депривація як негативний чинник психогенези особистості

Різновидова психічна депривація як особливий психічний стан, який виникає внаслідок таких життєвих обставин і ситуацій, коли людині не надається можливість для задоволення базових психічних потреб, є потужною детермінантою, що обмежує та ускладнює її повноцінний розвиток, наповнюючи його дискомфортом і девіаціями. Депривація здебільшого породжує численні симптоми різномодальної кризи та має своєрідний інволюційний характер, адже сповільнює, затримує та дезорганізує особистісне становлення, спонукаючи до соціального аутсайдерства. Вона зумовлює появу амбівалентності в самоусвідомленні, порушує афективну, когнітивну і психосоціальну збалансованість життєдіяльності людини, ускладнює її особистісну і соціальну самореалізацію тощо (Брецько, 2015; Варава, 2010; Візнюк, 2018; Гошовський, Гошовська, 2016; Лангмейер, Матейчек, 1984; Рождественський, 2009).

D. S. Massey, J. Arango, G. Hugo, A. Kouaouci, A. Pellegrino, E. J. Taylor зазначають, що розуміння міжнародної міграції наприкінці тисячоліття повинно спиратися на базову ознаку – світи держав і світи людей перебувають в активному русі, що спричинено незадоволенням і депривуванням матеріально-економічних запитів і потреб (Massey, Arango, Hugo G., Kouaouci A., A. Pellegrino, E. J. Taylor, 2005).

S. Castles, M. J. Miller констатують, що наступила бурхлива епоха міграції, внаслідок чого в сучасному світі відбуваються глобальні міжнародні переміщення населення, яке переживає різнопланові депривації, зокрема детерміновані матеріальною нестачею ресурсів (Castles, Miller, 2003).

Pitiulych M., Hoblyk V., Sherban T. пишуть про потужну хвилю міграційних процесів серед сучасної української молоді та висвітлюють проблему як у соціологічних і економічних, так і у власне психологічних аналітичних вимірах (Pitiulych, Hoblyk, Sherban, 2020).

Крізь призму розлогих і детальних міжкультурних досліджень M.Humphrey пише про те, що міграція постає важким і складним вибором між безпекою особистості та її незахищеністю, внаслідок необхідності долати численні екзистенційні деприваційні обмеження (Humphrey, 2013).

Проблема негативного впливу соціально-економічної депривації на особистість має досить широке висвітлення в сучасній науково-психологічній думці (Брецко, 2015; Варій, 2009; Гошовський, Гошовська, 2016; Карпенко, 2010; Пілецька, 2014; Рождественський, 2009; Терлецька, 2012; Фрейре, 2003; Pitiulych M., Hoblyk V., Sherban T., 2020; Stark, 1984). Здебільшого соціально-економічна депривація трактується як специфічне явище в екзистенційному досвіді та структурі життєвого шляху сучасної людини, а також різновид її матеріально-фінансової кризи і блокади трудової зайнятості. Її характерними ознаками є безробіття, невивплата заробітної плати, матеріальні і статусні позбавлення, почуття полізалежності від інших людей і зовнішніх обставин, тривожність, розгубленість, невпевненість у собі та завтрашньому дні, апатія, депресивність, фрустрованість, страх за рідних тощо (Візнюк, 2018; Гошовський, 2014; Лангмейер, Матейчек, 1984).

Л. Кияшко та Н. Полетаєва визначають економічну депривацію як «...тривале недостатнє задоволення матеріальних потреб, що є не тільки фундаментом розвитку вищих потреб особистості (у самоактуалізації, самовдосконаленні та ін.), а й простим забезпеченням фізичного виживання людини (вітальні потреби)» (Кияшко, Полетаєва, 2003: 126).

Типовими показниками економічного депривування є болісне переживання суб'єктивної бідності, малоконструктивна й депресивна поведінка, яка приглушує мотиваційну налаштованість людини й зумовлює появу тривоги, фрустрації, стресів тощо. Неможливість задовільнити свої

основні фінансово-економічні інтереси й запити слугує базовою причиною особистісної пасивності й інертності, а реалізація життєвих планів і значимих цілей видається неможливою. «Бідність» як базове поняття економічної депривації інтерпретується не тільки як певна обмежена соціальна дія, але і як специфічна ізолюваність, спричинена браком коштів, відсутністю економічних ресурсів. Бідні люди переживають багато проблем, незручностей і позбавлень, а також повсякчасно відчують реальне падіння власного життєвого рівня, що розбалансовує їхню свідомість і діяльність та породжує афективні перепади і кризи.

М. Пітюлич, В. Гоблик, Т. Щербан відзначають особливу значущість регулювання трудовіграційних процесів в транскордонному регіоні в контексті подолання економічної депривації та налагодження стабільного соціального клімату у державі (Пітюлич, Гоблик, Щербан, 2015).

Застосування деприваційного підходу в оцінках бідності, дає змогу виокремити такі основні ступені: IV ступінь депривації – злиденність, коли матеріальних ресурсів не вистачає навіть на мінімальне харчування, основні засоби гігієни, елементарну одягу тощо; III ступінь депривації – гостра нужденність (погана якість харчування, брак одягу, грошей на ліки, сам процес лікування, похорони рідних, відвідання друзів тощо); II ступінь депривації – малозабезпеченість (нестача коштів на делікатеси, подарунки для рідних і близьких, культурне дозвілля, дороговартісну побутову техніку, на відвідання родичів, що мешкають в іншому регіоні тощо); I ступінь депривації – забезпеченість на рівні узагальнених середніх стандартів або дещо нижча (брак коштів на покращання житлових умов, на щорічний відпочинок, подорожі, розваги, платну освіту, платну послуги з охорони здоров'я тощо) (Гошовський, 2008).

У сучасному вітчизняному суспільстві зауважується істотна поляризація, зумовлена кумулятивним характером соціально-економічних процесів, унаслідок яких на одному з полюсів відбувається концентрація багатства, а на іншому накопичення бідності. В умовах конкурентного соціуму

представники низькоресурсних груп виявляються основними кандидатами на поглиблення депривації та переживають численні афективні й когнітивні дисонанси через негативний вплив бідності. Економічно депривовані люди відчують себе позбавленими найважливіших матеріальних, політичних і культурних ресурсів суспільства, що блокує їхню мобільність та вводить у стан перманентної тривоги, фрустрації та депресії. Так звані «порочні кола убогості» занижують як самооцінку людини, так і накладають на неї песимістичне світобачення через гнітючий тиск несприятливих життєвих обставин.

Розгалужений аналіз різного роду бідності й економічної депривації (Малиновська, Майданік, 2012; Терлецька, 2012; Юрків, Луканов, 2021; Castles, Miller, 2003; Collyer, 2006 та ін.) дозволив констатувати, що ядром проблеми бідності є присутність у спільноті людей, сімей, соціальних груп і категорій населення, чий прибуток не досягають певної мінімальної величини і чие споживання внаслідок цього знаходиться нижче за деякі мінімальні нормативи. Безперечно, такі нормативи з часом змінюються і відрізняються за регіональними і загальнодержавними параметрами, однак ключовою рисою є те, що можна виокремити абсолютно бідну частину суспільства, яка має істотні проблеми, пов'язані з фізіологічними, соціальними, культурно обумовленими якісними порогами споживання. Внаслідок того, що нужда, низький і середній рівні бідності охоплюють значні групи населення, яким не вистачає засобів на задоволення базових фізіологічних і соціальних потреб і запитів, виникають вкрай складні соціально-деприваційні проблеми. Оскільки в цих групах зазвичай спостерігається регулярне і низькокалорійне недоїдання, не оновлюється тривалий час одяг і взуття, немає достатніх коштів для лікування, відпочинку, то в них зростає своєрідний «індекс незадоволення» як реакція на високий «індекс бідності».

Слід зазначити, що сучасна економічно-психологічна парадигма обирає деприваційний підхід в оцінках бідності як один з основних, оскільки від

дуже цілісно й аргументовано дає уявлення про глибинні причинно-наслідкові явища, зокрема й про вимушену трудову міграцію.

Безперечно, економічна депривація породжує численне коло психологічних проблем людини, серед яких зауважуються і когнітивні порушення та дисфункції, і афективні розлади, і, звичайно ж, поведінкові тактики й стратегії як способи віднайдення реальних виходів з гнітючого переживання бідності через неспроможність задовільнити елементарні цивілізаційні потреби для себе та своєї сім'ї.

На підставі багатогранного аналітичного розгляду соціально-економічного стану багатьох країн Lokshin M., Yemtsov R. ведуть мову про численні чинники прогресуючої нерівності, вивчення яких дозволяє здійснити якісну характеристику процесів негативного впливу економічної депривації на різні сфери життєдіяльності суспільства й окремої людини. Важливим фактором називається глобалізація, внаслідок якої відбувається накопичення переваг країнами так званого «золотого мільярду» і виключення бідних країн від вкрай потрібних інвестиційних ресурсів, які могли б дозволити їм подолати убогість і наздогнати цивілізаційно успішніший світ. Наголошується, що структура економіки бідних країн, орієнтованих на індустріальне виробництво і експорт сировини, стає своєрідною пасткою, адже збільшення рівня споживання в них можливо тільки внаслідок надексплуатації природних і людських ресурсів, що врешті-решт призводить до їхнього виснаження. Натомість багаті постіндустріальні держави, володіючи таким безмежним і ефективним ресурсом як інформація та знання, безперервно збільшують свій економічний та інтелектуальний капітал, зміцнюючи тим самим фундамент свого благополуччя. Отож цілком закономірною постає реальність намагань представників бідних країн емігрувати в багатші ареали економічного й соціального добробуту (Lokshin, Yemtsov, 2017).

З метою дослідження різноманітних соціальних ракурсів бідності активно застосовують кумулятивні індекси депривації. Визначення

абсолютного, відносного або суб'єктивного деприваційного порогу бідності, в якому фінансовий дохід є тільки одним із багатьох інших індикаторів, дозволяє отримати повномірне уявлення про феноменологію цього вкрай складного явища (Харченко, 2000).

Д. Сочивко відзначає, що в сучасному розколотому світі психодинаміка людини відбувається в екстремальних умовах життєдіяльності, тому одним із «виживальних» векторів досить часто обирається міграційна активність як спроба уникнути деприваційних обмежень та досягнути особистісного самоствердження й самореалізації (Сочивко, 2002).

У контексті соціально-правових студій З. Ковальчук пише про специфіку функціонування особистісної рефлексії в умовах постійних соціальних змін, серед яких міграційна налаштованість виступає однією з ключових тенденцій (Ковальчук, 2021).

Отримані О. Овчинніковою внаслідок вивчення моделей і методів для організації досліджень потенційної міграції результати аналізу соціальної структури бідних сімей і факторів, що призводять до бідності, дали підстави стверджувати про полімодальну економічну, демографічну, соціологічну, психологічну природу цього явища та про дуже важливу роль деприваційної (обмежувальної) складової у процесах пауперизації як масового збідніння незаможних людей (Овчиннікова, 2003).

У деяких дослідженнях аналізуються результати переживання бідності й економічної депривації в період глобальних соціально-економічних реформ, адже якраз під час них зростають хвилі як збіднілих, так і бажаючих емігрувати (О. Блинова, Е. Лібанова та ін.) (Блинова, 2011; Лібанова, 2018).

Цікавим дослідницьким ракурсом постає вивчення проблеми індикаторів бідності, тобто переживання бідності як соціальної невдачі, зокрема покладання атрибуції відповідальності за неї «традиційно бідних» (тих, що завжди жили бідно), «нових бідних» (тих, що збідніли внаслідок соціально-економічних реформ) і «забезпечених», а також опанувальні стратегії людей, що справилися з наслідками економічної депривації. Звичайно, бідність є



основною формою економічної депривації, тому бути бідним досить часто розглядається як бути соціальним аутсайдером, носити клеймо «неповноцінної людини другого сорту». Знижена самоконцепція негативним чином впливає на особистість, зокрема послаблює її мотивацію, паралізує спонувально-вольові наміри та формує фатальне ставлення до життя, блокуючи такою пасивною приреченістю викорінення бідності. Виокремлено існування стереотипів про бідність як тягар для суспільства, а також про те, що бідні не докладають достатніх зусиль, звикнувши до безсоромної залежності від держави та очікуючи її допомоги. Міграційна налаштованість як спосіб віднайдення власних активних варіантів для соціально-економічного виживання є своєрідною «протиотрутою» бідності (Рождественський, 2009; Терлецька, 2012).

З погляду Л. Варави, в умовах соціально-економічної депривації людина відчуває загострене переживання самотності, страх не справитися з матеріально-фінансовими проблемами, а в її поведінці домінує ригідність, що супроводжується такими емоційними станами як розгубленість, смуток, образа, розпач, депресивність тощо. Неспроможність задовільнити базові потреби негативно позначається на психоемоційній збалансованості, впевненості й самооцінці, спонукає до надмірно частого психозахисту та культивує акомодативність і конформність особистості (Варава, 2010).

Blahuta, Roman I., Kovalchuk, Zoriana Ya., Bondarchuk, Nataliia, Kononova, Oleksandra, Pchenko, Hanna, висвітлюючи фінансові ресурси та організаційну культуру як детермінанти конкурентної стратегії підприємств, стверджують про істотне значення психологічних факторів, зокрема ставлення працівників до впливу економічної депривації на їхню фахову й побутову життєдіяльність (Blahuta, Kovalchuk, Bondarchuk, Kononova, Pchenko, 2019).

О. Малиновська констатує, що якраз депривація потреби в самореалізації виступає основним вирішальним фактором міграційної готовності особистості, яка намагається змінити неприємні соціально-економічні реалії

та інтегруватися в нові успішніші й вигідніші цивілізаційно-економічні умови й реалії (Малиновська, 2008).

Трактування психології власності в контексті економічної психології дає підстави констатувати, що будь-які деприваційні обмеження, зумовлені браком, відчуженням коштів і майна, болісно і деструктивно впливають на людину. Особливо негативним чинником виступає феноменологія бідності як неспроможність людини забезпечити своє життєіснування, що зумовлює ускладнення соціо- і психогенези та майже неминуче породжує її міграційну мотивацію і налаштованість.

Н. Дембицька, серед соціально-психологічних проблем економічної соціалізації молоді виокремлює системну необхідність врахування деприваційних чинників на юнаків та юнок, адже загрози безробіття, вимушеної трудової міграції справляють негативний вплив на їхню фахову й особистісну самореалізацію (Дембицька, 2008). Про подібне йдеться й у дослідженні І. Боровинської, яка, вивчаючи соціально-психологічні стратегії життєвої успішності внутрішньоопереміщених осіб, відзначає дуже складну ситуацію з професійним самовизначенням дітей, які залишилися без опіки батьків, оскільки їм притаманні хаотичні й амбівалентні тактики і стратегії ототожнення в різних сферах життєдіяльності (Боровинська, 2022).

Низка авторів (Е. Лібанова, С. Полякова, А. Реут Л., Черенько та ін.) констатують високий рівень бідності, а отже внаслідок цього і різні можливості успішного розвитку дітей в Україні. Соціально-демографічні та психологічні студії дослідників засвідчують коло істотних перепон для повноцінного й гармонійного становлення та самореалізації дітей з бідних сімей. Індекс бідності виступає як індикатором високої економічної депривації, так і чинником дисгармонійності соціально-психологічного розвитку (Черенько, Полякова, Реут та ін., 2009).

Загальновизнаною прикрою констатцією стало те, що діти, які ростуть в умовах бідності, ризикують бути підданими депривації. Такі знедолені діти просто вимушені упродовж психо- і соціогенези справлятися з різновидовою

депривацією в ранньому дитинстві, тому згодом упродовж життєдіяльності у них проявляються симптоми і наслідки деприваційної шкоди їхньому соціальному, емоційному й когнітивному розвитку (Гошовський, 2008).

Досліджуючи специфіку новітньої еміграції та розкриваючи ключові проблеми соціального і національного сирітства, З. Карпенко повномірно висвітлює психодинамічні механізми переживання емоційної депривації дітей емігрантів. Вчена наголошує на особливій складності і вразливості дитячої афективності щодо випробувань, спричинених економічною депривацією, наслідки якої здійснюють вплив на особистісно-ментальні конструкти самосвідомості (Карпенко, 2010).

Kovalchuk, Z., Raievska, Y., Beheza, L., Ievtushenko, I., & Odyntsova, H. у контексті розлогого аналізу психології міграційних процесів детально і різнопланово висвітлюють соціально-психологічні особливості та правові норми життєдіяльності підлітків із дистантних сімей трудових мігрантів (Kovalchuk, Raievska, Beheza, Ievtushenko, Odyntsova, 2021).

Розкриваючи особливості сімейної депривації, І. Брецько відзначає високий рівень психоемоційного вигорання дітей, зокрема в дистантних сім'ях, в яких батьки перебувають у трудовій міграції. Внаслідок несприятливого впливу соціально-економічної депривації відбувається деструкція сімейно-родинних зв'язків, що зумовлює афективне вигорання як батьків, так і дітей. Безробіття, недостатній рівень навіть прожиткового мінімуму стимулюють вимушену трудову міграцію та справляють гнітючий фрустраційно-депресивний тиск на особистість дитини. Збереження нуклеарної сім'ї як запоруки особистісної та соціальної комфортності постає під загрозою внаслідок негативного «ланцюгового» впливу різновидової депривації (соціальної, економічної, сімейної, комунікативної тощо). Отож різномодальні дисгармонії сімейних взаємин є значущими патогенними чинниками, що супроводжують особистісне становлення дітей, батьки яких знаходяться у силовому полі економічної депривації. Нестача батьківської опіки й турботи стимулює розладнання сімейного мікроклімату і зумовлює

високу ймовірність девіантного, зокрема адиктивного або й делінквентного розвитку дітей (Брецько, 2015).

Висвітлюючи типові соціально-психологічні проблеми дітей у родинах нелегальних трудових мігрантів, О. Варениця та О. Макаренко констатують негативну роль, яку відіграють економічно-деприваційні чинники, насамперед сам факт трудової міграції, для їхнього гармонійного особистісного становлення. Через відсутність батьків депривовані діти переживають деформовану компенсацію недостатньої міри любові й опіки, а трансльована інформація про негаразди нелегальної міграції, спричиняє брак позитивних радісних емоцій, що на афективно-вольову рівні може виступати однією з основних причин їхнього психологічного виснаження. Втрата тісного емоційного контакту з батьками-емігрантами призводить до травмогенного внутрішнього протесту проти розлуки, що знаходить свої вияви як в агресії/аутоагресії, так і в неадекватній самооцінці, несформованому образі Я та загальній дезадаптивній чи асоціальній поведінці (Варениця, Макаренко, 2006).

В умовах економічної депривації, на думку Л. Кияшко та Н. Полетаєвої, помітною тенденцією є соціальна інерція великої кількості людей, що відчують безпорадність у трансформаційному соціумі й обирають пасивно-конформні й збайдужілі моделі життєвого пристовування, що загалом сповільнює як суспільний поступ, так і пригальмовує траєкторії особистісного самоздійснення і самореалізації (Кияшко, Полетаєва, 2003).

А. Курилович дослідила узагальнення психологів про емоції переживають біженці за кордоном та як вони ухвалюють рішення про повернення додому. Встановлено, що в ракурсі емоційної депривації чим довше і більше є депривованою категорія респондентів, тим виразніше і більше проявляється у них відчуття своєї незначущості, непотрібності, знехтуваності і меншовартості. Стверджується, що чим більше економічних позбавлень, тим менше у них вільного часу, тим частіше вони проводять своє дозвілля хаотично й непорядковано. І водночас, чим менше

депривована категорія респондентів, тим рідше вони читають художню літературу, але більше спілкуються, частіше відпочивають за комп'ютером, частіше присвячують своє дозвілля прогулянкам, спорту, підвищують свою освіту тощо (Курилович, 2022).

У дослідженні Н. Куб'як розкрито особливості запобігання педагогічної занедбаності дітей молодшого шкільного віку з дистантних сімей, наголошено на існуванні цілого конгломерату проблем, зумовлених сімейно-економічною депривацією (Куб'як, 2010).

Варто відзначити, що спричинене економічною депривацією тривале заробітчанство слугує вирішальним чинником значних порушень функціонування системи сімейних відносин, а також низької якості виконання членами сімейних обов'язків і подружніх ролей. Дефіцит реального спілкування між подружжям, комунікативна депривація з дітьми розбалансовують афективну складову партнерської міжособистісної перцепції, стимулюють імпульсивність і конфліктність (Гошовський, Гошовська, 2016).

Закономірність і парадоксальність впливу дистантної сім'ї на емоційну сферу підлітків висвітлені Я. Раєвською, яка зазначає, що таким дітям притаманне розбалансоване емоційне тло, а типові психостани проявляються як тривожність, пригніченість, фрустрованість насамперед через втрату комфортного комунікативного поля, відчуттів сімейної спорідненості, родинного тепла і турботи з боку референтних людей (Раєвська, 2010).

У контексті розкриття специфіки ускладненої афективності Л. Разиграєва відзначає багато психологічних відмінностей у прояві фрустрації в депривованих підлітків та їхніх однолітків з нуклеарних сімей, наголошуючи на необхідності надання різнопланової фахової психологічної допомоги знедоленим дітям (Разиграєва, 2011).

Вплив батьківської депривації, на думку І. Крупника, дуже складно впливає на уявлення образу майбутньої сім'ї в дітей трудових мігрантів, адже вони, не маючи домінантної моделі для різнобічного ототожнення в сімейних

ролях, зазнають проблем як з ідентифікацією, так із самоусвідомленням (Крупник, 2012).

Виходячи з детального аналізу стану справ, Н. Гордієнко і А. Ізотова відзначають нагальну необхідність розробки фундаментальних соціально-педагогічних засад профілактики деформацій у соціалізації дітей із сімей трудових мігрантів (Гордієнко, Ізотова, 2008), а Г. Католик і А. Підсаднюк констатують, що діти трудових емігрантів мають істотні проблеми насамперед у набутті особистісної ідентичності в підлітково-юнацькому віці та потребують професійного психолого-педагогічного супроводу й допомоги (Католик, Підсаднюк, 2006).

І. Pasichnyk, Н. Handzilevska, U. Nikitchuk пишуть про специфічний психологічний імунітет українських мігрантів залежно від сценаріїв депривованого/недепривованого дитинства (Pasichnyk, Handzilevska, Nikitchuk, 2017).

Вплив економічної депривації на професійно-педагогічну діяльність науково-педагогічних працівників, на думку Ю. Терлецької, проявляється в численних особистісно-фахових деструкціях, що мають свій вияв у різних сферах життєдіяльності (Терлецька, 2013).

М. George пише про травматичний досвід міграції та страждання біженців, зокрема з необхідністю врахуванням наслідків для практики соціальної роботи. Крізь призму необхідності надання комплексної психологічної допомоги мігрантам зазначено, що потрібно працювати насамперед з феноменологією травми, численними соціально-духовними проблемами внаслідок зміни культури та кризою ідентичності, оскільки якраз такі домінанти найнесприятливіше розбалансовують афективний і когнітивний психосвіт людей, які полишили свою країну. Згадано також і про значущість системних превентивних підходів, які б могли заблокувати виникнення таких складних проблем ще на етапі нейтралізації міграційних намірів громадян та перекодування їх в економічно вигідну просоціальну діяльність у своїй державі (George, 2012).

Ще одним цікавим ракурсом досліджуваної проблематики постає розповсюджена в нашому економічно нестабільному й матеріально поляризованому суспільстві «відносна депривація» (Белянкова Н., 2003; Гошовський Я., 2008; Спесивцева О. И., 2004). Сутнісне наповнення відносної депривації зводиться до констатування відстані між тим, що людина, за своїми суб'єктивними уявленнями і відчуттями, має на сьогоднішній день, і тим, що вона, знову ж таки, виходячи з власних бажань, прагнень і намірів, хотіла б мати. Відносна депривація має загострений прояв особливо тоді, коли бідні і багаті живуть поруч, недалеко один від одного та доволі часто бачаться. Внаслідок своєїрідної «підсвідомої заздрості» економічно депривована людина болісно відчуває власну знедоленість, переживає дискомфортні психостани (тривога, фрустрація, депресія, апатія, аресія тощо), усвідомлює неспівмірні розбіжності між Я-реальним та Я-бажаним, втрачає снагу (іноді сенс) жити і працювати. Правда, іноді приклад заможного й успішного сусіда здатний викликати повагу або й захоплення, стимулюючи тим самим підприємливість та ділову налаштованість того, хто перебуває під впливом відносної депривації.

Я. Гошовський стверджує, що відносна депривація може проявлятися як щоденна підсвідомо незрозуміла заздрість простого робітника до маєтку і статків багатого сусіда-бізнесмена або пересічної вчительки – колишньої шкільної відмінниці й активістки до однокласниці – «недолугої білявки навіть без вищої освіти в шубі і розкішному авто». Внаслідок такого фрустраційно-гнітючого усвідомлення власної «невдалості й неуспішності» цілком можливими постають розлади ключових життєвих планів та орієнтирів, ціннісне роздвоєння, кризові переживання через утрату справжнього сенсу життя, відчуття знехтуваності, безпорадності і безвиході, тобто депривант потрапляє у своєїрідний екзистенційний вакуум (Гошовський, 2008).

Як відзначають Я. Гошовський, Д. Гошовська, депривація дітей у матеріально забезпечених сім'ях зумовлена насамперед надмірною

заклопотаністю багатих батьків процесом заробляння грошей, а не процесом плекання і культивування власної генерації. По суті, відбувається самоусунення від реального сімейного виховання та настає втрата безпосереднього емоційно-перцептивного контакту дитини з рідними, що негативно впливає на всю її подальшу психогенезу. Отож, здавалося б, успішні економічні «антидеприваційні» досягнення можуть містити латентну небезпеку ригідизації взаємин у сім'ї, що здебільшого дуже складно компенсувати упродовж подальшого життєвого шляху (Гошовський, Гошовська, 2016).

Економічна депривація штовхає людину в площину ускладнено болісного вирішення кентавр-проблем, які є особливим випадком парадоксальності суспільної свідомості, оскільки виступають поєднанням непоєднуваного. Отож, на нашу думку, міграційні наміри людини внаслідок тиску на неї економічно-деприваційних детермінант породжують дихотомію вибору : заробітчанств як реалізація намірів трудової міграції та намагання допомогти своїй сім'ї, щоб зберегти її, досить часто спричиняє розрив сімейної взаємодії (сімейна, комунікативна, тактильна та інші види депривації). *Амбівалентність і складність вирішення такої кентавр-проблеми зумовлює появу розбалансованої афективності, одним з найтипівіших індикаторів якої постає фрустрованість.*

Спираючись на дані зарубіжних досліджень, Lokshin M., Yemtsov R. вказують на існування позитивного зв'язку між низьким економічним статусом батьків, поганими житловими умовами, низьким освітнім рівнем і делінквентністю дітей. Сім'ї з множинними проблемами породжують так званий цикл передаваної/успадкованої депривації, внаслідок чого депривовані в дитинстві люди згодом самі стають батьками наступного покоління депривованих дітей (Lokshin, Yemtsov, 2001). На наш погляд, міграційна активність як наміри подолати негативний вплив економічної депривації можна розглядати і в ширшому «антидеприваційному» контексті, зокрема як прагнення розірвати коло бідності та вирвати себе і своє



потомство від всіх матеріальних залежностей і обмежень, які існують у цьому суспільстві.

Про можливість виходу із економічно-деприваційної фрустрації свідчать результати досліджень, в яких ідеться про соціально-психологічні механізми фінансової поведінки молоді (Мяленко, 2008), економічну активність і поведінку старшокласників (Варій, 2008), їхнє ставлення до грошей як фактора економічної соціалізації (Зубіашвілі, 2009). Відзначено, що активно проявляється міжпоколінна майнова спадкоємність, тому, наприклад, частка підлітків, які бажають стати багатими та роблять для цього конкретні й реальні кроки, значно вища серед вихідців з багатих сімей, ніж із родин, що мають низький рівень життя (Зубіашвілі, 2009).

Звичайно, все значно складніше в дітей, які залишилися без опіки батьків, зокрема О. Кікінеджи й О. Кізь наголошують на численних особливостях гендерної, зокрема й економічної соціалізації депривованого юнацтва (Кікінеджи, Кізь, 2004), Л. Пілецька виокремлює ціле коло психологічних особливостей економічної соціалізації підлітків в умовах соціальної депривації (Пілецька, 2014), а Ю. Візнюк констатує ідентифікаційно-адаптаційні проблеми депривованих дітей в позаінтернатних соціально-економічних реаліях (Візнюк, 2018).

Слід відзначити, що соціальна ексклюзія і бідність межують з такими поняттями, як «маргіналізація», «позбавлення», «убогість», «депривація», «люмпенізація», «пауперизація», а бідні за статками здебільшого розглядаються як соціальні аутсайтери та андерклас – небезпечний клас, що перебуває на найнижчих щаблях соціально-економічної «драбини». Вочевидь, численні депривації зумовлюють формування своєрідної субкультури бідності як певної світоглядної та ціннісно-нормативної системи. Андерклас виступає не лише економічно, але й духовно-культурно та ідеологічно-політично відчуженою спільнотою, його представникам притаманні депресивність, соціальна пасивність, фрустрованість, апатія, тривожність, зневіра у своїх силах, низький рівень активності в суспільному

житті. Водночас саме представники андеркласу зазвичай беруть активну участь у будь-яких заворушеннях, оскільки готові підтримати будь-які радикальні політичні заклики, які обіцяють задоволення їхніх фінансово-матеріальних потреб. На нашу думку, в такому ракурсі *міграційні наміри можуть послужити каналом зниження/зняття соціальної напруги*, правда, представники андеркласу, очевидно, демонструють її лише на словах, які відображають їхні пасивні прагнення мати все, не докладаючи до цього зусиль.

Вирішення проблем подолання соціально-економічної депривації як різновидової екзистенційної кризи зайнятості людини передбачає наголос на особливій значущості особистісних ресурсів. Беззаперечно, вихід з полікризи можливий лише через стимулювання власних соціально-довкіллевих потенціалів. Серед переліку критеріїв виділення особистісних ресурсів доцільно виокремити усвідомленість наявних засобів або можливостей їх досягнення, готовність використовувати, оптимальність, компенсованість, конвертованість, адже вони сприяють подоланню важких життєвих ситуацій.

Сумарно можна презентувати такі найважливіші психологічні механізми подолання людиною негативного впливу соціально-економічної депривації, які забезпечують досягнення відтермінованих позитивних результатів : 1) стратегічне і тактичне планування, що підкріплюється діями із здійснення цих планів; 2) важливість визнання з боку інших людей; 3) конкретизація уявлень про себе, виділення власних можливостей, а не обмежень, висока самоефективність; 4) прийняття відповідальності за можливість позитивних змін власного життя і конкретної ситуації; 5) диференціація сфер докладання своїх зусиль; 6) відсутність глобальних пояснень невдач і труднощів; 7) ставлення до соціальних можливостей як засобів досягнення позитивних ефектів. Звичайно, міграційні наміри, міграцію теж можна потрактовувати як спробу подолання негативного впливу соціально-економічної депривації.

Узагальнюючи, зазначимо, що в дослідженні, присвяченому феномену міграції як чинника розвитку в Україні, зокрема щодо фінансових надходжень, пов'язаних з міграцією, та їхнього впливу на розвиток нашого суспільства, констатовано «...основні чинники української масової трудової міграції, насамперед, мають економічний характер, що перетворює міграцію у механізм виживання у процесі боротьби з бідністю або уникнення безробіття» (Міграція як чинник розвитку в Україні. Дослідження фінансових надходжень, пов'язаних з міграцією, та їхнього впливу на розвиток в Україні, 2016 : 44). Поміж інших детермінант, які спричинили трудову міграцію, названо такі найважливіші, як істотно вищі стандарти життя, вищий розвиток демократії, мовна і культурна подібність, соціальні мережі за кордоном тощо. Водночас безробіття і неповна зайнятість були і продовжують далі залишатися основним вирішальним чинником, що зумовлює міграцію з України.

На наш погляд, *різновидова економічна депривація (базова, нормативна, відносна) має здебільшого негативний вплив на психостани потенційних мігрантів.* Вважаємо, що людина в ситуації перманентної бідності спроможна переживати екзистенційний хаос, почуття розпачу й безпорадності перед життєвими труднощами, духовну спустошеність і приреченість, а також тривожно-фрустраційну невпевненість у своїх особистісних потенціалах і можливостях.

Переживання відчуттів знехтуваності внаслідок байдужого і цинічного ставлення з боку матеріально забезпеченіших людей і незацікавленого у покращенні стану справ соціуму, може спонукати депривовану особу до усамітнення, відчуження, замкнутості та інших депресивних моделей поведінки.

Відсутність, нестача матеріально-фінансових засобів для налагодження подальшої життєдіяльності поєднуються з відчуттям безперспективності і роздратування та закономірно спонукає до психоемоційного вигорання й агресивності.

Типовими матрицями соціальної поведінки виступають песимізм, безініціативність, пасивна поведінка, конформність та інші депресивно-амортизаційні психостани. Просоціальні наміри й інтенції істотно знижуються, а потребово-мотиваційна налаштованість звужується і фруструється. По суті, економічна депривація зумовлює психосоціальну травматизацію бідних людей та спонукає появу різнорідних конфліктів у соціумі, а основним психоемоційним мірилом постають як агресивна конфліктогенність, так і песимістично-депресивний модус самоусвідомлення і поведінки. Правда, слід відзначити, що в умовах соціально-економічних трансформацій відбувається конструювання бідності як особливого знеціненого соціального статусу, причому досить часто зауважується зміщення оцінної парадигми від того, що в усьому винувані глобальні хаотичні процеси жорстокої економіки до визнання того, що бідність є наслідком ліні, шкідливих звичок, низької мотивації до праці та інших індивідуально-психологічних рис людини.

Життєві сценарії економічно депривованих людей від конфліктності/самоконфліктності як ймовірного способу вирішення нагальних проблем можуть трансформуватися в перманентне і надмірне фрустраційне переживання та підвищену афективну напруженість, що призводить до психоемоційного вигорання і психофізичного та соціально-духовного виснаження.

*Посилений фрустраційний фон виступає сприятливим підґрунтям для пошуку варіантів виходу із дразливої та неприємної життєвої ситуації, а одним із виграшних та результативних сценаріїв обирається трудова міграція як єдиний основний спосіб уникнути негативного тиску бідності й економічної депривації.* Звичайно, що такі процеси крім виснажливої когнітивно-пошукової активності супроводжуються ще й цілим шлейфом знуртованої афективності, зокрема на рівні підвищеної імпульсивності, флуктуативності, тривожності, фрустрованості тощо.

Соціально-економічна депривація виступає одним з основних негативних чинників, який зумовлює афективно-когнітивну розбалансованість особистості й істотно ускладнює її соціо- та психогенезу.

## **1.2. Психологічні особливості потенційних мігрантів : теоретичний аналіз проблеми**

На підставі розлогого теоретичного аналізу нами встановлено, що економічна депривація та безробіття як похідні скрутного соціально-економічного стану нашої держави спонукають багатьох людей до підвищеної налаштованості на трудову міграцію як пошук кращого заробітку в інших країнах (Блинова, 2010; Гошовський, Гошовська, 2016; Дмитрук, Светлова, 2016; Кияшко, Полетаєва, 2003; Лютак; 2008; Рождественський, 2009; Рожновські, Брик, 2008; Терлецька, 2012; Castles, Miller, 2003; George, 2012; Humphrey, 2013; Tabor, Milfont, 2011).

У контексті відстеження основних тенденцій міжнародної міграції Україна за кількісними показниками міжнародних мігрантів посідає дуже високе місце, адже багато мільйонів українців мешкають за кордоном як закордонні українці – громадяни інших держав, а також кілька мільйонів перебувають у трудовій міграції, виїжджаючи з метою вигідного працевлаштування. Все більша кількість громадян нашої держави активно демонструє міграційні наміри та виявляє готовність виїхати в інші країни з розвиненішою економікою та облаштованішим побутом (Блинова, 2010; Міграційні процеси в Україні : сучасний стан і перспективи, 2007; Терлецька, 2012; Zuberi, Ptashnick, 2012).

Феномен міграційної готовності особистості є складним і багатовимірним поняттям, в інтерпретації якого задіяні соціологічні, політекономічні, соціально-психологічні та інші наукові підходи (Блинова, 2010; Варецька, 2005; Гнибіденко, 2001; Дмитрук, Светлова, 2016; Ключковська, Марусик, П'ятковська, 2014; Капітан, 2013; Лютак, 2008; Овчиннікова, 2003; Орбан-

Лембрик, 2008; Castles, Miller, 2003). Змістово-функціональною суттю цієї дефініції виступає визнання того, що це не лише абстрактний теоретичний конструкт, а *реальна когнітивно-афективна поведінкова активність людини, що відображає її налаштованість на трансформацію звичних форм життєдіяльності з метою досягнення істотних змін у різних площинах самореалізації: від інтимно-особистісних до статусно-економічних.*

Найтиповішими причинами міграції традиційно вважаються прагнення людини мати кращі умови і якість життя, а також спроможність реалізувати власні інтелектуально-фахові потенціали й орієнтації в комфортних умовах оплати та діяльності.

Важливе місце відводиться «конфліктологічним» детермінантам, які стимулюють міграційні наміри, зокрема це може бути наслідком втечі від воєнних дій, міжнаціональних, соціальних, трудових, сімейних та інших конфліктів. Іноді можна віднайти кореляцію між захворюваністю через забруднення природного довкілля і територіальним переміщенням трудового ресурсу в інші сприятливіші і безпечніші чисті зони. Люди, прагнучи досягнути кращого «індексу життєвого комфорту», можуть налаштовуватися на постійну (безповоротну) міграцію або ж на тимчасову, яка передбачає виїзд за межі держави на певний визначений термін. Міграційні наміри можуть бути спрямованими на тимчасову сезонну (наприклад, для збору врожаю), маятникову (регулярні поїздки до місця роботи) або епізодичну (нерегулярні як у часі, так і в напрямі) версії працевлаштування, однак усі вони мають певні закономірності, насамперед спонукально-мотиваційну налаштованість людини (Блинова, 2009; Католик, 2008; Малиновська, 2008; Овчиннікова, 2003; Павлів-Самоїл, 2018; Пирожков, Малиновська, Марченко, 1997; Рождественський, 2009; Collyer, 2006; Palmary, 2018).

Основним знаковим показником наявності в людини міграційної готовності є наміри самореалізації як відображення спроб подолання суперечностей між нагальністю і сформованістю рівня потреби в самореалізації і спроможністю реального задоволення цієї потреби в певному

географічному просторі й часі свого проживання. Безперечно, слід очікувати зміни в параметрах смисложиттєвих складових образу й картини світу людини, в модуляціях афективних характеристик її загальної задоволеності/незадоволеності життям, в настановленнях як латентних або й чітко виражених негативних емоційно-оцінних ставленнях до теперішнього місця проживання, зокрема констатація так званого «духу провінціалізму».

На рівні вербалізації актуальної домінанти особистістю з міграційними намірами вибудовуються бажані образи очікуваного якісно нового майбутнього змісту своєї життєдіяльності, обговорюються привабливість, вигідність і комфортність нового регіону чи країни проживання, моделюються суб'єктивно сформовані позитивно забарвлені образи нових реалій. По суті, в людей з високим рівнем схильності й готовності до міграції досить часто прочитується пряме або непряме вираження невпинного бажання змінити власне місце проживання, здобути нові умови й шанси для самореалізації (Блинова, 2009).

Професійно зорієнтоване навчання у школярів-старшокласників як намагання обрати майбутню професію, спроби професійної адаптації й самореалізації у випускників університетів доволі часто наштовхуються на соціально-економічну стагнацію, тому серед векторів вибору нового життя обираються якраз міграційні тактики і стратегії (Майданік, 2007; Паніна, 2001; Хомра, 1998; Шпак, Левченко, Трубавіна, 2008).

Отож важливу роль у стимулюванні міграційних настроїв і намірів людини трансформаційного соціуму відіграє економічна депривація, яка культивує низку дискомфортних психостанів, насамперед тривожність і фрустрованість. Як уже зазначалося, традиційно фрустрація розглядається як системне структурно-функціональне утворення, що має складну й розгалужену будову та відзначається певною циклічністю і флуктуативністю, суть яких зводиться до переходу від станів фрустрованості до власне фрустрації. Звичайно, у кожному окремому соціально нормативному контексті конкретної фрустраційної ситуації досить часто по-різному

проявляється симбіоз інтелектуальних, афективних і поведінкових процесів, однак усі вони в залежності від актуальності в людини фрустраційного психостану детермінують його прояв і перебіг. Як відомо, типовою ознакою фрустрації є гнітюче почуття невирішуваності проблем, розлад задумів, марне очікування, невдача тощо.

Як відзначає Я. Гошовський, загроза системі базових термінальних цінностей людей, які переживають економічну депривацію та відчувають себе «депривованими за нестатками», зумовлює появу в них депресивних станів, а перманентно домінуючим стає відчуття соціальної меншовартості, знедоленості, знехтуваності, приреченості, що може породити різноманітні «ентропійні вибухи» у варіанті масових соціальних протестів, страйків, збурень і навіть «оксамитових революцій». Безперечно, масова налаштованість на трудову міграцію є своєрідним «сублімаційним вивільненням» від гнітючого й екзистенційно загрозового тиску економічної депривації (Гошовський, 2008).

На підставі розгалуженого теоретичного аналізу і власних емпіричних студій О. Блинова висвітлює результати дослідження професійної ідентичності потенційних трудових мігрантів в нашій державі. Дослідниця розкриває функціональну семантику поняття «міграційна готовність» крізь призму інтегративності і наголошує, що вона зумовлюється насамперед переживанням кризи особистісної і соціальної ідентичності в основних сферах самореалізації людини. Констатовано, що самоздійснення особистості в політичній, етнокультурній, економічній, сімейній, професійній та інших сферах життєдіяльності блокується суперечностями між очікуваннями, прагненнями й намірами та реальною можливістю задоволення базових екзистенційних потреб. Унаслідок цього формування міграційної готовності детермінується прагненням людини віднайти себе у просторі і часі власного життя і реалізувати свій потенціал у різних сферах, переживаючи при цьому задоволення від затрачених зусиль і отриманих результатів і здобутків. Притлумлення природних потреб людини у повазі та самоактуалізації,



професійному, культурному, побутовому та іншому комфорті внаслідок розбалансованого соціально-економічного стану нашої країни мимовільно налаштовує на міграційні настрої та наміри. Настановлення на зміну стагнаційного за багатьма параметрами місця проживання, докладання всіх зусиль, щоб змінити деприваційні умови, які не сприяють життєвому комфорту, призводять до формування в значній кількості людей чітко виражених міграційних намірів. У структурі міграційної готовності людини вичленувано такі ключові компоненти: 1) інтелектуально-когнітивний як оволодіння системою знань про можливість і специфіку працевлаштування за кордоном; 2) емоційно-оцінний як значно позитивніша оцінка роботи за межами держави та негативне оцінювання теперішнього місця проживання; 3) поведінково-регулятивний як безпосередні дії, метою і результатом яких постає як налаштування на пошук, так і віднаходження роботи за кордоном, а також активна підготовка до виїзду у вигідніші й економічно доцільніші умови життя і праці (Блинова, 2009).

У контексті досліджуваної нами проблеми особливо цінним видається розроблена авторкою з метою визначення стану міграційної готовності осіб анкета. Як психодіагностичний інструментарій розроблена анкета фіксувала основні психометричні параметри людей, які звернулися за консультацією щодо можливостей працевлаштування за кордоном або вже оформляють документи для виїзду. Отримані завдяки проведенню анкети результати засвідчили рівень задоволеності соціальною та економічною ситуацією в нашій державі та спроможність фахової самореалізації, тобто отримано цінні заміри щодо психологічної специфіки потенційних мігрантів, які перебувають на різних «стадіях» міграційної готовності (Блинова, 2010).

Безперечно, визначальним фактором міграційної готовності особистості є насамперед депривація потреби в самореалізації, тобто неспроможність людини повномірно реалізувати власний життєвий потенціал у своєму соціодовкіллі та державному утворенні через перепони соціально-економічного характеру, які блокують можливість задоволення базових

потреб. Унаслідок цієї блокади домінуючими постають якраз міграційні наміри людини як віра у спроможність віднайти і реалізувати своє Я в інших соціокультурних і економічних системах взаємин, що видаються еквівалентнішими для комфортнішої життєдіяльності.

Слід відзначити масовість міграційних настроїв сучасної молоді в нестабільному соціумі та бажання значної частини старшокласників і студентів емігрувати в економічно стабільніші й успішніші країни, де більша ймовірність для самоактуалізації у різних площинах життєвої активності: від спорту до економіки. Причому всі ці процеси супроводжуються ускладненим функціонуванням афективної сфери, проявляючись як у стресах, так і тривалих фрустраціях (Павлів-Самоїл, 2019; Castles, Miller, 2003; Palmary, 2018).

Л. Кияшко й Н. Полетаєва відзначають істотне зростання соціальної пасивності людей в умовах економічної нестабільності та констатують високу кореляцію між невдоволеністю соціально-економічним станом і підвищеною міграційною готовністю. Водночас наголошено, що досить часто міграційні наміри демонструють соціально активні і професійно високофахові люди, які могли б бути корисними для свого суспільства, а не розвивати економіку та підвищувати добробут інших спільнот. Потенційні мігранти переживають різномодальну гаму інтелектуально-психоемоційних проявів, а найтиповішою функціональною ознакою виступає особистісно-соціальна інертність (Кияшко, Полетаєва, 2003).

Зазначимо, що про подібне невдоволення і розбалансовані психостани сучасного студентства внаслідок впливу економічної депривації стверджується у дослідженні Ю. Варій, яка відзначає, що молодь України першого десятиліття XXI століття особливо гостро і болісно переживала відмінності у матеріальному забезпеченні різних людей (Варій, 2009).

М. Мушкевич розкриває психологічний портрет осіб внутрішньої міграції, констатуючи низку найстотніших чинників, що зумовлюють її (Мушкевич, 2020).

А. Рождественський, досліджуючи вікові особливості подолання когнітивного дисонансу в потенційних мігрантів, наголошує насамперед на широкому соціально-економічному контексті цієї проблеми та на необхідності культивування в них фрустраційної толерантності і здатності до рефлексії (Рождественський, 2009).

Згідно з поглядами З. Карпенко, у ракурсі превенції міграційних намірів потрібно звертати увагу на глибинні психодинамічні механізми переживання емоційної депривації дітьми, батьки яких уже перебувають у трудовій еміграції. Вченою здійснено детальне розкриття глибинно-психологічних механізмів емоційної депривації дітей емігрантів, зокрема ті, що пов'язані з компенсаторним заміщенням об'єктів задоволення потреб і формуванням нестійкої конформної та залежної поведінки. По суті, застерігається надмірна міграційна активність дорослих, оскільки неповнолітні діти, яких незабаром залишать батьки, виїжджаючи в трудову міграцію, сплачуватимуть вельми високу ціну за матеріально-фінансове благополуччя. Таким дітям загрожує своєрідний «сенсорно-емоційний голод», спричинений істотною нестачею безпосередньої інтимно-особистісної комунікації з відсутніми батьками, що негативно впливає на самоусвідомлення та подальший онто- і соціогенез (Карпенко, 2010).

Крізь призму численних соціально-економічних деприваційних явищ і чинників окремого наукового статусу набуває проблема міграційної налаштованості молодих людей, які, проживши попередні онтогенетичні відтинки в автохтонному вимірі, все ж мають наміри вдатися до того, щоб полишити рідну землю й усталений спосіб життя. Важливим завданням є встановлення специфіки різних еміграційних хвиль, а також кількісні параметри субвибірки молодих людей у загальній популяції тих, хто має міграційні наміри. Тому, безперечно, психологічні особливості формування і розвитку міграційної активності та намірів у молодих людей, насамперед студентів, потребують пильних наукових студій (Блинова, 2010; Терлецька, 2011).

Як відомо, міграційні наміри визначаються, з одного боку, як психологічний захист (ізоляція) людини від незручностей і дискомфорту, що породжує фруструюча соціально-економічна дійсність, а з іншого боку, як спроба оволодіти новими способами і формами самоототожнення з подальшим набуттям нової ідентичності. Звичайно, маніфестуючи свої міграційні наміри, молода людина мимоволі збільшує психологічну дистанцію з навколишнім мікро- і макросоціумом та отримує цілу низку психоемоційних, оцінних і когнітивних рефлексій : від здивування інших людей до їхнього звинувачення в непатріотизмі тощо. Специфіка міграційних намірів молоді завжди залежить від реальної соціальної ситуації, яка в умовах трансформаційного суспільства, що перебуває у стані справжньої та гібридної війни, переживає помітну нестабільність та істотне зниження соціальної/матеріальної уваги до цієї вікової популяції. Сучасні науково-психологічні уявлення про мотивацію, формування і кількісно-якісну динаміку міграційної готовності української молоді констатують дуже розлоге змістово-функціональне поле їхньої міграційної готовності (Блинова, 2009; Palmary, 2018).

Слід враховувати, що вкрай важливим фактором міграційної превенції та консультування повинно стати врахування людьми з такими потенційними намірами впливу міграційних процесів на розвиток ксенофобських настроїв в багатьох сучасних розвинених суспільствах (Дмитрук, Светлова, 2016; Дробот, 2012). Типовою реакцією значної кількості приймаючих спільнот постає те, що для більшості їхніх громадян у цілому і для молодого покоління зокрема особливо вираженими і притаманними є здебільшого негативне сприймання мігрантів та дуже складне (іноді ксенофобське, агресивне, сегрегаційне) ставлення до них (George, 2012). Зростання ксенофобії значною мірою корелює з кількістю та інтенсивністю зростання зовнішньої міграції, а також масове формування ксенофобських стереотипів і настановлень молоді від досить часто не найкращих крос-культурних контактів унаслідок наявності негативного досвіду прямого або

опосередкованого спілкування з мігрантами. Так званий адаптаційний «шок інкультурації» до нової спільноти в мігрантів конкурує з не меншим шоківим досвідом, який набувається мешканцями-автохтонами через численні культурологічні, економічні, духовні, релігійні та інші відмінності (Berry, Annis, 1974; Kuo, 2014; Collyer, 2006).

Урахування специфіки сприймання і ставлення до мігрантів повинно б стати потужною перепорою міграційних намірів, оскільки в різних країнах, регіонах країни по-різному ставляться до сприяння або спротиву появі нових громадян (досить часто нелегалів), що зумовлено особливостями соціально-культурних стандартів і досвіду, пов'язаних з історичними традиціями, етнічним темпераментом, національним характером, рівнем релігійної толерантності тощо (Palmary, 2018). По суті, потенційні мігранти можуть мати справу як з консерваторами, що будуть ставитися лояльно, гуманно або більш-менш толерантно, так і з екстремістами, які мають полярні цінності і ставлення до появи «чужинців», що потенційно виступають загрозою їхнім економічним, духовним, теологічним, національно-ідентифікаційним нормам і цінностям.

Міграційна мотивація як своєрідний актуальний психічний стан молоді людини віку, спонукає її до роздумів і вчинків, спрямованих на досягнення певних особистісних соціально-економічних, духовно-політичних та інших цілей якраз завдяки зміні місця проживання в стабільнішій та забезпеченішій країні з комфортнішими умовами. Однак ставлення до мігрантів, які прагнуть зміцнити свій економічний статус і покращити матеріальний добробут своєї сім'ї, може наштовхуватися на експлуатацію з боку роботодавців, які, користуючись безправністю «чужинців», спроможні платити мізерну зарплату, ставитися як до людей другого сорту, піддавати різних видам насилля й наруги (Collyer, 2006; George, 2012).

Соціальні міграційні мотиви зумовлені насамперед бажанням потенційного мігранта підвищити і покращити свій соціально-рольовий статус, а також набути фахового престижу, суспільного авторитету і

загального психосоціального комфорту. Проте спроби набути нового соціального й економічного життєвого досвіду, істотно розширити свої фінансові, культурно-духовні горизонти, найчастіше наштовхуються на суворі реалії жорсткого капіталізму, що у молодій людини можуть породжувати відчуття дезадаптованості, спустошеності, психоемоційного вигорання і психофізичного виснаження. Потрібно враховувати, що міграція тісно поєднана з таким феноменом як відтворення населення, адже вони перебувають у співзалежності та мають обопільний характер. Досить часто міграційна активність детермінована певними знаковими подіями, завершеними фактами власного життєвого циклу людини, наприклад, початком або закінченням професійного навчання, досягненням певного рівня кваліфікаційного визнання, здобуттям диплому вітчизняного навчального закладу тощо. Однак поціновуваного еквівалентного ставлення до себе, бажаного фінансового стимулювання у вигляді зарплати немає, тому людина і формує потенційні міграційні наміри. Закінчення навчального закладу є важливою соціально-екзистенційною подією, адже підводиться певний підсумок життєвого циклу, тому цілком імовірними постають міграційні наміри як бажання пожити в комфортніших економічно сприятливіших умовах. Зауважимо, що складні процеси щодо відтворення населення у приймаючій країні крізь призму міграційних потоків передбачають насамперед появу молодих, здорових, професійно досконалих фахівців, а не людей літнього віку, як умовного «соціального баласту». Звичайно, такий підхід може бути одним із вагомих превенційних чинників, що сповільнюють міграційну активність та зменшують кількість людей літнього віку з реальними міграційними намірами.

Як вважають Т. Щербан і Я. Ляшин, у складних життєвих ситуаціях, що постають перед студентами, дуже важливим чинником є рівень розвитку в них асертивної поведінки. Спроможність віднайти баланс між власними правами та особистою відповідальністю забезпечується поєднанням внутрішньої сили і толерантності у взаєминах з іншими та дозволяє бути

сучасною, гнучкою і дивергентною молодого людиною (Щербан, Ляшин, 2018).

Урахування рухливості різних вікових, професійних, статевих, статусних особливостей груп населення істотним чином узгоджується з прогнозованою можливістю бути рецептованим приймаючим соціумом. Диференційна міграція, що розглядається з позицій розподілу показників її інтенсивності, беззаперечно повинна враховувати ставлення до взаємодії з мігрантами в різних країнах, які мають свої традиції у налаштуванні до вікових, статевих, етнічних, професійних груп, зокрема до молоді.

Заява про власні міграційні наміри та зміни місця/країни проживання досить часто породжують процес соціально-побутової переорієнтації системи міжособистісних ставлень, унаслідок чого людина, яка їх заманіфестувала, втрачає свою репутацію (не патріот, не порядна людина, зрадник тощо) та зазнає осуду з боку багатьох представників соціодовкілля. Правда, слід відзначити, що в сучасних складних економічних умовах істотно спадає кількість тих, хто засуджує потенційну міграцію.

Традиційно виокремлювані найзагальніші функції міграції (прискорювальна, перерозподільвальна, селекційна) у ракурсі вивчення міграційних намірів молодих людей засвідчують перевагу останньої. Оскільки селекційна функція полягає в нерівномірній та нерівнозначній участі в міграційних намірах різних вікових, соціальних, демографічних груп, що призводить до кількісно-якісних змін складу населення різних територій країни, то зауважуємо істотне переважання міграції молоді якраз із Західної України. Насамперед це зумовлено близькістю до кордону з економічно розвиненими країнами європейської спільноти, а також успішним досвідом перших заробітчан, який іррадіюється механізмами наслідування, навіювання та зараження й активізує масовість міграційних намірів і спроб.

Попри те, що практика й дослідження стверджують про найбільшу і найвищу міграцію (міграційну готовність) чоловіків, осіб працездатного віку

і самотніх людей, у сучасних міграційних потоках зауважуємо таку соціально-демографічну особливість як зростання кількості жінок, які працюють за кордоном (Італія, Іспанія, Польща, Португалія) або демонструють активні міграційні наміри (Капітан, 2013; Малиновська, 2008; Міграційні процеси в Україні : сучасний стан і перспективи, 2007).

Потенційні мігранти мають враховувати і перерозподільовальну функцію міграції, яка пов'язана насамперед зі зміною розміщення основних продуктивних сил між окремими територіями країни. Тому перенасичення ринку певної приймаючої країни мігрантами (наприклад, українками-гувернантками в Італії) породжує як ризики економічно не вигідніших умов (зниження зарплатні), так і ймовірні зловживання з боку працедавців (психологічне, фізичне, сексуальне насилля, етнічна сегрегація, побутовий булінг тощо). Вважаємо, що для превенції міграційних намірів доцільно зорієнтувати бажаючих покинути свою країну молодих людей на те, що всі три стадії (потенційна міграція, власне міграція, адаптація переселенців до нових умов життя в іншій країні (досить часто як нелегала без прав і захисту)) містять розлоге поле для експлуатації їхнього фізично-духовного потенціалу та загрожують численними психологічними випробуваннями.

Окреслена проблематика потребує детального теоретико-емпіричного вивчення з метою розробки і запровадження сучасних ревіталізаційних психотехнологій для оптимізації стану справ, однак вирішення проблеми зниження негативного впливу економічної депривації на міграційні наміри українського населення лежить насамперед у площині реформування економічної системи, що дасть робочі місця, а отже умови й підстави людям працювати у своїй державі.

### **1.3. Фрустрованість у контексті основних психостанів людей з міграційними намірами**

У складних трансформаційних умовах вітчизняного соціуму однією з провідних тенденцій виокремлюється міграція, яка в свою чергу в контексті



міжнародних відносин є типовою ознакою глобалізації (Головіна, Головіна, 2008; Зовнішні трудові міграції населення України, 2002; Король, 2005; Лютак, 2008; Пирожков, Малиновська, Марченко, 1997; Castles, Miller, 2003). Міжнародна міграція робочої сили, маючи економічні, політичні, ідеологічні та інші детермінанти, проявляється у багатьох вимірах соціальної психіки людей, знаходячи відлуння як у психології бізнесу, так і в психології сім'ї (Palmary, 2018; Tabor, Milfont, 2011). Актуальність дослідження окресленої проблематики зумовлене невпинною інтенсифікацією міграційних процесів, необхідністю встановлення причинно-мотиваційної та наслідкової бази, оскільки вони істотно впливають на всі галузі соціального буття великої кількості громадян нашої держави, знаходячи свої прояви як у розбалансованості масової психології, так і у площинах особистісної неконгурентності, насамперед психоемоційної розбалансованості й когнітивної дисонансності.

Соціологічні, соціально-психологічні підходи до визначення суті й обсягів потенційної міграції дуже різноманітні, зокрема ведеться мова про міграційні потоки, стадіальність міграційних процесів, міграційну мобільність, міграційний потенціал, міграційне настановлення, міграційну мотивацію, міграційну готовність тощо (Овчиннікова, 2003). Дослідники «Gallup» здійснили навіть розрахунок Індексу потенційного міграційного сальдо (Potential Net Migration Index, PNMI), вважаючи, що це різниця між людьми, які декларують бажання назавжди виїхати з країни свого проживання, якщо трапиться така нагода, і тими, які декларують бажання в'їхати в цю країну, і представлена вона як відсоток від загальної чисельності населення країни (Potential Net Migration Index, 2014).

Переміщення людських ресурсів у нашій країні, зумовлене факторами соціально-економічної нестабільності, воєнними діями на східних теренах держави, ускладненням міжнаціонального та релігійного співіснування, істотно впливає на макропоказники соціального спокою як усього соціуму, так і кожної людини зокрема. Водночас зростання кількісного темпоритму

масштабів міжнародної міграції засвідчує про існування універсальних закономірностей, адже упродовж усієї історії людства міграційні наміри були демонстрацією волі людини до кращого і якіснішого існування завдяки подоланню різноманітних геополітичних, просторових, ідеологічних та інших обмежень і негараздів. Консерватизму й осідлості сучасні глобалізаційні процеси протиставляють динамічну розкутість світової економіки, транснаціональність комунікації завдяки розвитку транспорту, комп'ютерних технологій, розгалуженій світової павутини тощо.

Окрім економічних вимірів різнорівневих територіально-структурних моделей масштабів міжнародних міграційних потоків не менш важливою є соціально-психологічна канва проблеми, зокрема площини людської психоемоційності у динамічних векторах прояву таких індикаторів, як надмірна тривожність, підвищена фрустрація, загострена агресія, перманентна невротичність та інші амортизаційні психостани (Блинова, 2009; Ляльчук, 2013).

*Вимушена трудова еміграція як спроба віднайдення відповіді на масове безробіття, галопуючу бідність, соціально-психологічний дискомфорт породжує ціле плетиво різноманітних ускладнень, найтипівішими проявами яких є розладнений мікроклімат дистантних сімей, масові випадки комунікативної депривації, збільшення кількості розлучень, зростання психоемоційної напруги, виснаження, вигорання, суїцидальних тенденцій та цілої низки подібних деструктивних показників.*

В економічно-психологічному ракурсі для визначення оцінки негативних наслідків та з метою вивчення ключових тенденцій впливу на психосвіт людини міграційних намірів, доцільно розглядати такі основні структурно-мотиваційної елементи й домінанти: високий рівень прихованого й реально зареєстрованого безробіття, істотні відмінності в умовах життя в різних країнах, недостатність зарплати для забезпечення базових екзистенційних потреб, зростання цін як наслідок інфляції на житло, товари повсякденного вжитку, комунальні, медичні й освітні послуги, зростання

корумпованості й делінквентності, погіршення екології, зростання ймовірності техногенних аварій тощо (Кавчинська-Бутрим, 2008; Лютак, 2008).

Іншим не менш важливими детермінантами є нерозвиненість внутрішнього ринку праці, помітні диспропорції в матеріальному забезпеченні різних верств населення, високий індекс бідності й нерівності у дуже матеріально диференційованому соціумі, нерівномірність соціально-економічного розвитку аграрних та індустріальних регіонів, села і міста (Stark, 1984; Zuberi, Ptashnick, 2012). Безперечно, дуже вагомим чинником є фактор явної та латентної війни з геополітичним постколоніальним минулим, яке уособлюється насамперед з агресією російського імперіалізму.

*Отож доцільно стверджувати, що визначальними ознаками інтенсифікації сучасних міграційних потоків є економічно-деприваційна природа і вимушений характер, що спричинені політичними детермінантами.*

Економічний, культурний, ідеологічний, релігійний та інші чинники зумовлюють прискорення еміграційних потоків як наслідок дезадаптації в повсякденних гнітючих умовах, стимулюють еміграційні наміри як спробу віднайдення відповіді на нагальні виклики і загрози, а також породжують цілий спектр афективної розбалансованості психоструктури людини (Блинова, 2011; Головіна, Головіна, 2008).

*По суті, потенційна міграція є специфічним психологічним станом певної готовності людини до міграції, своєрідним наміром і налаштуванням на виконання цього, однак ще не прийнятим і не реалізованим рішенням покинути свою батьківщину.*

Типовою симптоматикою потенційних мігрантів постають розгубленість, тривожність, депресивність, ригідність, виснаженість, соціальна аутистичність, а також латентна або явна агресивність, що проявляються на тлі перманентної фрустрованості як неспроможності впоратися з об'єктивно нездоланими (або суб'єктивно усвідомлюваними як непереборні) труднощами на шляху до досягнення певної мети. *Диспропорції суворой*

*реальності з очікуваннями і прагненнями людини породжують фрустрацію як специфічний психостан, характерним рисами якого є депресивний модус самоусвідомлення, загальна дезорганізація свідомості й діяльності, переважання безсилля, невпевненості, безнадійності, відчаю, втрати екзистенційної перспективи тощо.*

Серед різноманіття психоемоційних станів людини з міграційними намірами виокремлюється специфічне тривожно-фрустраційне тло, зумовлене здебільшого переживаннями як через дію синдрому «птахи полишають гнізда», так і спричинене певним страхом перед невідомістю і проблемами адаптації до інших соціокультурних та економічних моделей життєіснування. Крім станів амбівалентності, апатії, готовності, бойової лихоманки, тривоги в потенційних мігрантів на афективному рівні можуть істотно коливатися й інші базові індикатори психоемоційної сфери, зокрема активність/пасивність, самопочуття, настроїв, емоційно-вольова напруженість тощо. Разом з цілком можливим і зрозумілим ейфорійним очікуванням у вигляді емоцій радості й задоволення дуже часто може проявлятися і несприятливий психоемоційний спектр, насамперед у відчуттях депресивності, розгубленості, суб'єктивного відчуття самотності, невротизму, тривожності та інших амортизаційних психостанів. Безперечно, таке афективне роздвоєння негативно впливає на життєдіяльність особистості з міграційними намірами та викристалізовує фрустрацію як типову реакцію на тривале і невизначене очікування, що гнітить і робить дискомфортним усталений біосоціальний ритм. Потенційний мігрант транслює власну тривожно-фрустраційну дисгармонійність на всю мережу міжособистісних взаємин, унаслідок чого цілком можливими постають комунікативно-перцептивні конфлікти, непорозуміння, кризи і розлади.

Взаємодія потенційного індивіда (мігранта) і приймаючого суспільства, причинно-наслідкові та психологічні аспекти мотиваційної готовності людини до міграції, її основні поведінкові наміри, а також їхня трансформація розглядаються у рамках позитивістського (М. Тодаро) і

біхевіористського підходів (В. А. Томас, Ф. В. Знанецький), асиміляційної теорії (С. Айзенштадт, М. М. Гордон, О. Хандлін та ін.), теорії екології людини (Р. Парк, М. Маккензі), методології структурного функціоналізму (М. Кастельс), концепції тяжіння-виштовхування (Г. Джером, Е. Лі та ін.) (Блинова, 2010: 145-156).

Традиційно міграційні наміри трактуються крізь призму специфіки різних еміграційних хвиль, тобто тих домінуючих економічних, політичних, ідеологічних, релігійних та інших чинників, що зумовили масовий виїзд корінного населення певної держави в інші країни. Міграційні наміри породжуються цілим симбіозом найрізноманітніших детермінант, а основною функціональною семантикою виступає або психологічний захист (спроба автономізації, сепарування, ізоляції, втечі) людини від фруструючого довкілля, що переважається нею в конкретній соціальній реальності, або як спосіб її нового самоототожнення та набуття самоідентифікації (Візнюк, 2018; Фінів, 2016).

М. Шульга стверджує, що якраз унаслідок збою «соціальної матриці» відбувається велике переселення народів та появляються насамперед біженці, репатріанти, трудові мігранти як віддзеркалення і наслідок цих складних глобальних геополітичних процесів (Шульга, 2018).

Маніфестуючи власні міграційні наміри, людина мимоволі (або й усвідомлено та демонстративно) збільшує психологічну дистанцію із соціальним мікро- і макродовкіллям. Особливості прояву міграційних намірів як відображення міграційних тенденцій тісно корелюють з особистісним актуалгенезом на тлі розвитку існуючої (здебільшого ускладненої) соціальної ситуації.

Міграційна готовність людини є проявом її самоорганізації та фіксує міру налаштованості на добровільну зміну свого місця проживання і стилю життєдіяльності. Здебільшого вона виникає на підставі суперечностей між образом світу (уявленим або реальним) і способом життя. Якщо між ними появляється істотний дисбаланс, то вибудовується ціла низка

найрізноманітніших намірів щодо мігрування з метою досягнення відповідності одне одному. Міграційна готовність детермінується багатьма внутрішніми і зовнішніми факторами, одним з найважливіших серед яких є економічна депривація, що блокує можливість самореалізації. Унаслідок сформованої міграційної готовності відбувається переосмислення значної кількості елементів старої системи цінностей і появляються нові аксіологічно-сміслові пріоритети, які впливають на побудову нового образу світу і себе в ньому (Шульга, 2002).

У структурі міграційної готовності можна виокремити такі основні компоненти : когнітивно-інформаційний (формування бази знань про можливості і специфіку життє- і працевлаштування за кордоном), афективно-оцінний (здебільшого психоемоційне оцінювання негативів життєдіяльності у своїй країні та позитивне (іноді ідеалізовано перебільшене) уявлення про життя і працю за кордоном), діяльнісно-поведінковий (налаштування себе та інших на безпосередні дії, спрямовані на пошук життя і роботи за кордоном, та реальні вчиники, зосереджені на підготовку до виїзду в зарубіжжя).

О. Блинова розглядає міграційну готовність як розгалужене інтегративне утворення, що детермінується кризою ідентичності особистості в багатьох площинах її самореалізації, тобто через неспроможність самоздійснення в політичній, економічній, етнокультурній, сімейній, фаховій та інших сферах. Міграційна готовність постає реакцією людини на суперечності між її прагненням якомога повномірніше самореалізуватися, задовільнити базові потреби (насамперед в поціновуваній афіляції, повазі, самоактуалізації) і неспроможністю віднайти засоби і варіанти самоактуалізації у своїй державі. Вчена констатує, що міграційна готовність є насамперед настановленням на зміну місця свого проживання та задіяння власної праці, що тягне за собою цілу низку змін і афективній та когнітивній сфері людини (Блинова, 2010).

Детальний аналіз проявів етнічної міграційної готовності сучасних молодих людей як важливої психологічної якості, що передбачає активно спрямовані настановлення і діяльність на добровільну зміну свого місця

проживання й роботи в межах «чужої» етногрупи здійснено у дослідженні Ю. Терлецької. Дослідницею завдяки спеціально підбраному пакету психодіагностичних методик вдалося експериментально встановити основні показники етнічної міграційної готовності у молоді. Завдяки кількісній обробці та якісній інтерпретації отриманих результатів удалося встановити, що сучасній молоді притаманна висока міграційна готовність. Водночас зазначено, що міграційні наміри сучасної молоді супроводжуються розбалансованістю афективної сфери, а типовими проявами є тривожність, фрустрованість та невизначена амбівалентність (Терлецька, 2012).

Вважається, що термін «фрустрація» у його безпосередньому науково-психологічному трактуванні був застосований З. Фройдом і розглядався як такий, що прямим чином пов'язаний з феноменом агресії (Фрейд, 1991).

З погляду біхевіористських теорій, функціональна семантика фрустрації зводиться до констатування певної зміни або помітного загальмування очікуваної реакції, тобто розглядається як значуща перепона діяльності. Ключові біхевіористські підходи до феномену фрустрації можна умовно згрупувати за такими трьома концептуальними вимірами : 1) теорія «фрустрації – агресії» (Дж. Доллард, Д. Дуб, О. Мауер, Н. Міллер, Д. Сірс); 2) теорія «фрустраційної регресії» (К. Багнер, К. Левін, Т. Дембо та ін.); 3) теорія «фрустраційної фіксації» (Н. Майер) (Большакова, 2008; Кравчук, 2007).

S. Rosenzweig – засновник евристичної теорії фрустрації, стверджував, що вона є здатністю (або неспроможністю) людського організму адаптуватися до умов мікро- та макросоціуму, тому основна сутність полягає в тому, що це своєрідний спосіб поведінки людини, який обмежується біологічними рамками. Визначальними концептами і специфічними характеристиками цієї теорії є: 1) диференціація типів фрустрації (первинна і вторинна); 2) класифікація (таксономізація) реакцій людини на фрустраційну ситуацію (за напрямками і типами); 3) вичленування трьох рівнів психозахисту організму людини в ситуації фрустрації (імунологічний, автономний, кортикальний); 4)

запровадження й обґрунтування термінологічної суті фрустраційної толерантності як особистісної стійкості до фрустраторів і фрустраційних ситуацій (S. Rosenzweig, 1941: 347–349). Слід зазначити, що такий підхід має на увазі високу ймовірність взаємопроникнення всіх рівнів між собою, наприклад, на рівні «ланцюгового» поєднання таких особистісних психологічних станів як страх, занепокоєння страждання тощо. Як відомо, ця теорія послужила підґрунтям для розробки й оформлення методики діагностики фрустраційних реакцій «PF-Stady», якою активно послуговуються у психодіагностичній практиці упродовж тривалого часу як зразком валідного і достовірного інструментарію.

Крізь призму логотерапевтичного підходу (за В. Франклом) розглядається базове поняття «екзистенційної фрустрації» як певної альтернативи щодо поглядів, згідно з якими фрустрованими можуть бути лише біологічні потяги людини (Франкл, 2016).

А. Плотічер відзначав, що фрустрація є тим складним станом, який притаманний насамперед організмові, а не лише особистості в соціальних вимірах. На думку вченого, фрустрація має помежову природу і здебільшого сусідує не так з ознаками й параметрами норми, як з патологією та девіацією, адже стимулює прояв різноманітних афективно-мотиваційних дисфункцій і розладів. Визначальними ознаками фрустрації називаються такі суміжні й похідні психостани: а) найрізноманітніші депресивні прояви, зокрема розлади віри і втрата надії на хороший та успішний перебіг справ у майбутньому, песимістичне ставлення до світу, пасивне й недовірливе очікування гіршого, а не кращого; б) фобічні і тривожні прояви, що знаходять своє відображення в численних і частих острахах (наприклад, коли реально загрозливий об'єкт відсутній, а людина переживає страх і песимізм), які дуже близькі до розпачу і зневіри та розглядаються як неможиві для вирішення через свою нездоланність і складність; в) підвищена лабільність базових емоцій, якій притаманні різкі перепади між основним типом реагування на життєві ситуації та виклики, внаслідок чого здійснюється флукувативне і мінливе



змінювання між незадоволенням і задоволенням; г) зрідка можливі «дисфонічні стани» як комплекс негативних емоцій різної модальності та спектру, насамперед туги, злості, страху, агресії тощо; г) так звані «абулійні та парабулійні стани», що є типовими у складних випадках різноманітних психопатій та на рівні внутрішніх конфліктів («дуже хочу, однак не можу і не зможу»). Зазначається, що цілком можливі є суїцидальні наміри або й наслідки; д) зниження і перепади креативності, що не завжди є критичними, проте можуть послужити причиною появи зневіри в власний потенціал, у самого себе; е) настриливе і нав'язливе слідування загальноприйнятими нормам, вираженням чого може бути надмірний педантизм і перфекціонізм, щемне і болісне переживання особистісної неспроможності досягнути такої бажаної мети (Петрюк, Петрюк, 2009).

Слід відзначити, що в сучасній психологічній науці використовується значна кількість інтерпретаційних підходів до терміну «фрустрація», проте найбільший наголос робиться на тому, що це один із типових та важливих психічних станів людини, який водночас є і дуже особливим та проявляється насамперед як гнітюча тривога, неспокій, відчай і приреченість. Базовим чинником виникнення цього психостану є наявність загрозованої та невирішеної ситуації, що оцінюється людиною як важка, складна, іноді навіть нездоланна перешкода, яку майже неможливо вирішити й нейтралізувати. Фрустрація зумовлює відчуття невпевненості, боязкості та створює високий і щільний фон різномодального особистісного переживання внаслідок неспроможності уникнути її упродовж реалізації якоїсь важливої діяльності. Типовим афективно-фрустраційним тлом постають немотивована тривога, невпинне роздратування, незрозуміле обурення, постійне відчуття своєї провини, а також ціла низка інших негативних психостанів, що виснажують людину. Як відомо, Г. Сельє маркував фрустрацію як перманентний стрес внаслідок нездійсненості надій (Сельє, 1979).

Аналітичний огляд різноманітних концепцій з проблеми фрустрації дає підстави стверджувати про відсутність чіткого й диференційованого тлумачення таких базових

понять як «фрустрація» та «фрустрованість». Фрустрація і фрустрованість як фундаментальні проблеми особистісного розвитку, що ускладнюють перебіг онто- і соціогнезу та відзначаються численними афективними перепадами й розладами, висвітлені в науковому доробку С. Максименка, Т. Яценко та ін. (Максименко, 2002; Яценко, 2004).

Якщо деякі науковці у фрустрації вбачають насамперед процесуальну суть, тобто певні процеси, які відбуваються в біосоціальній структурі організму внаслідок дії фрустратора (Л. Берковіц, Дж. Браун, С. Розенцвейг та ін.), то інші трактують це поняття лише до самого факту усвідомлення існування гнітючої та нездоланної перешкоди (С. Уотерхауз, С. Чайльд та ін.) (Большакова, 2008: 13; Rosenzweig, 1941).

Здебільшого усталеним поглядом виступає підхід, згідно з яким фрустрацію розглядають як ускладнену кризову ситуацію, в якій діяльність людини істотно блокується, внаслідок чого вона тлумачиться в контексті різноманітних реакцій на різні типи подразників. (Р. Баркер, Т. Дембо, Д. Доллард, Д. Маурер, Н. Міллер, Р. Стагнер, Р. Сіерс та ін.) (Остополець, 2003: 8; Турбан, 2015: 163).

Фрустрація як досить типовий стан людини трансформаційного суспільства породжується насамперед стресогенним і напруженим характером життєдіяльності і вносить дезорганізацію й ускладнення в особистісний психосвіт. *Фруструючі ситуації як детермінанти фрустрованості породжують у людини відчуття безпорадності, безвихідності, хронічної втоми й апатії та зумовлюють психоемоційне вигорання.*

І. Остополець розглядає фрустрованість як особистісну рису, певну якість, що зумовлена попереднім життєвим досвідом та специфічними обставинами, тому трактує її як схильність людини до фрустрації, тобто стану пригніченості, неспокою і відчаю з елементами тривоги. На думку дослідниці, фрустрованість виникає внаслідок реальних або уявних життєвих поразок і невдач, неспроможності досягнути певні здобутки, поставлену мету та через труднощі адаптування до нового незвичного довкілля з блокуванням цілеспрямованої поведінки (Остополець, 2003).

Фрустрованість є своєрідним мірилом особливої сензитивності щодо дії травмливих чинників. Водночас толерантність до фрустрації є прикладом стійкості до несприятливих дражливих факторів та зумовлює послаблення оперативності, швидкості, рівня вразливості реагування через зниження чутливості до їхньої негативної дії. Якщо фрустраційна толерантність є лише вираженою мірою та ступенем реагування на обтяжливі й несприятливі ситуації та обставини, то фрустрованість відзначається наявністю травми, характеризується відчуттям болісної поразки як наслідок неспроможності дати відсіч життєвих невдачам, які лише посилюються дією несприятливих зовнішніх чинників.

У дослідженні І. Брецько, відзначається, що «...синдром вигорання є істотною собистісною деформацією, яка виникає внаслідок емоційно важких або напружених відносин у системі «людина – людина», розвивається у просторі й часі людської діяльності та призводить як до психологічних (конотативних, когнітивних, емоційних, мотиваційних та ін.) змін та дисфункцій, так і до помітних психосоматичних порушень, негативно впливаючи на соціальне і психічне здоров'я особистості й гармонійність усієї її екзистенції» (Брецько, 2015: 163).

Різнобічна проблематика фрустрованості, тривожності, депресивності, психоемоційного вигорання як симптому розладів психофізичного здоров'я у мігрантів як прямо, так і опосередковано розкрита в дослідженнях О. Блинової. Вчена констатує, що сама міграція як і адаптація вимушених мігрантів є стресогенним процесом, унаслідок якого наступають істотні особистісні зміни, зокрема на рівні самосвідомості (розбалансованість самоусвідомлення, розлади самоприйняття і самоствердження, зниження самооцінки, рівня домагань, ціннісних орієнтацій, долання і ламання ауто- і гетеростереотипів та соціальних настановлень). Наголошено, що в людей з міграційними намірами і тих, які вже реалізували ці намагання, дуже високоймовірним є виникнення психічно нестабільних станів, поява психогенних розладів, негарздів на рівні функціонування багатьох компонентів їхньої психоструктури (Блинова, 2010).

Отож фрустрація досить часто межує із психоемоційним вигоранням, виступаючи іноді як його причиною, так і наслідком. Феноменологія синдрому вигорання як процесу виснаження і втрати фізичної, емоційної та інтелектуальної енергії проявляється в потенційних мігрантів насамперед на рівні психофізичної втоми, зниження задоволення життєдіяльністю, роботою, спілкуванням та фіксується в ригідності поведінки й соціальній аутизації. По суті, синдром емоційного вигорання постає наслідком хронічного стресу, що блокує тенденції до самореалізації, а типовим виявом у потенційних мігрантів є зміни у психоструктурі на різних рівнях: соціально-психологічному (помітні розлади спілкування, хаотизм у міжособистісних взаєминах, поява несподіваних комунікативних бар'єрів, замкнутість і відмежування тощо); особистісному (зміна певних особистісних рис і якостей); мотиваційному (змістово-функціональні зміни основних і другорядних мотивів, ослаблення або втрата мотивації, амбівалентність або залежність від настирливого домінування «еміграційного» мотиву); регулятивно-ситуаційний (афективні перепади настрою, часті зміни емоційних стосунків, поведінкова гіперактивність або певна стагнація) (Брецько, 2015; Орбан-Лембрик, 2008; Рожновські, Брик, 2008).

Здебільшого виокремлюють три основні ознаки синдрому емоційного вигорання: 1) сильне психоемоційне виснаження; 2) відмежування від звичних людей і форм поведінки (колегами, друзями, сусідами) і від роботи; 3) постійне відчуття недостатності й неефективності власних зусиль і досягнень у процесі життєдіяльності. Зазначимо, що за отриманими нами моніторинговими даними всі окреслені симптоми у потенційних мігрантів помітно проявляються та вносять певний хаотизм і еkleктизм у їхні поведінкові тактики і стратегії (Брецько, 2015; Гошовський, 2008).

Унаслідок перебування в стані фрустрації психоемоційне виснаження як типовий індикатор поведінки людей з потенційними міграційними намірами проявляється у переживанні відчуттів надмірної психофізичної напруженості, що зумовлює вичерпання емоційних і фізичних потенціалів та

ресурсів, супроводжується відчуттям хронічної втоми, яка не минає навіть після сну. Після відпочинку на вихідних днях або внаслідок посиленої автосугестії та саморелаксації такі негативні симптоми можуть помітно зменшуватися, проте після повернення в звичні буденні обставини (постійне розмірковування про ймовірність втратити «родинне гніздо», страх перед невідомістю і незнанням іноземної мови, економічні, політичні і соціальні проблеми адаптації в чужому мікро- і макродовкіллі тощо) вони можуть знову поновлюватися і посилюватися.

Через навіть тимчасові ускладнення (наприклад, через зволіканням із відкриттям візи в іншу державу) у потенційних мігрантів може спрацьовувати механізм зневіри, відчуття втрати своєї ефективності. Разом із зниженням самооцінки у контексті посиленх фрустрованості і психоемоційного вигорання це є прямим сигналом того, що людина не бачить перспектив для успішної реалізації своїх мігрантських інтенцій. Відбувається зниження загального психосоціального тону життєвої активності, знижується задоволення сімейними радіощами, роботою, друзями, втрачається віра у власні особистісні й фахові спроможності, що неминуче породжує численні статусно-рольові дисфункції тощо.

Отож вважаємо, що численні порушення в емоційній сфері потенційних мігрантів мають розлоге симптоматичне коло: від невпевненості, байдужості, загальмованості (іноді з рисами апатії та депресії) до надмірної мобільності, роздратованості, гіперактивності, агресивності, спалахів гніву тощо.

Посилення загального фрустраційного фону стимулює підвищення міжособистісної та самооцінної тривожності і може зумовлювати надмірну збудливість, що породжує різкі перепади настрою, підвищену підозрілість, загострену ранимість, фобічні реакції та інші дискомфортні психічні стани. Звичною практикою у значної частини потенційних мігрантів є протидія розладам сну як спроби подолати безсоння (депривація сну), нічні жахіття, «погані віщі» сни тощо (George, 2012; Humphrey, 2013).

Оскільки мігрант майже в кожному соціумі трактується як людина, що відрізняється від титульного населення ментальними, соціальними, культурними та іншими ознаками, то, на наш погляд, його типовим психостаном є тривожне очікування ситуації прийому, вступу в нове соціодовкілля, ініціації в нові та незвідані реалії. Безперечно, розуміння потенційних мігрантів того, що мігрантофобія є не стільки теорією, скільки повсякденною практикою в приймаючому соціумі налаштовує їх на тривожно-фрустраційне очікування та супроводжується численними вигоральними симптомами. Також у більшості потенційних мігрантів на підставі аналізу інформації в ЗМІ та завдяки розповідям мігрантів з досвідом, вочевидь, складаються не менш реалістичні уявлення про ті непоціновувані ролі і статуси, які вони будуть відігравати в нових соціально-економічних і культурно-духовних умовах. Звичайно, що це породжує насамперед фрустрованість та може істотно блокувати вектори як міграційної налаштованості, так і всі інші види життєдіяльності.

Я. Гошовський вважає, що фрустрованість потенційного мігранта свідчить про тиск економічної депривації на його підвищену чутливість до травмогенних чинників та недостатню сформованість фрустраційної толерантності як спроможності дати відсіч проблемам, які насуваються, а також вироблення навичок для рішучих кроків, зокрема психозахисту і копінг-поведінки, для істотного «інструментарію» опірності несприятливим чинникам (Гошовський, 2009). Помітне зняття гостроти і частоти особистісного реагування на фрустрацію можливе відбутися завдяки зниженню чутливості до їхньої травмивної дії.

Депресивні і тривалі гнітючо невирішені в часі і просторі обставини можуть навіть зумовлювати потрапляння потенційних мігрантів у зону підвищеного суїцидального ризику.

Загалом, розвиток фрустрованості і психоемоційного вигорання значно вищий у людей імпульсивних і нетерплячих, а упродовж вікового і соціального дозрівання вірогідність виснаження дещо знижується, попри те,

що, безперечно, в кожному випадку потрібно вести мову про глибоко інтимний індивідуально-психологічний рівень і профіль опірності стресам і фрустрації кожного потенційного мігранта зокрема.

Визначальні детермінанти фрустрованості і синдрому психічного вигорання групуються за двома напрямками: 1) особливості життєдіяльності (об'єктивні чинники); 2) індивідуальні характерологічні особливості кожної людини з потенційними міграційними намірами (суб'єктивні чинники). Зауважимо, що системотвірними факторами фрустрації та психоемоційного вигорання, на думку Я. Гошовського, є вікові, соціальні, особистісні, професійні, комунікативні, власне психічні параметри, проте одним з *найважливіших виступає матеріальний, зокрема у вимірах економічної депривації* (Гошовський, 2008).

Економічна депривація як умова й детермінаційний фон мігрування людей може справляти як позитивний стимуляційний вплив, так і породжувати не менш важливий негативний вплив, що зумовлює розладнання виховного, комунікативно-перцептивного, психосексуального та іншого мікроклімату і потенціалу сім'ї (Гевчук, 2012; Герасименко Позняк, 2006; Загарницька, 2011; Карпенко, 2010; Католик, 2008; Крупник, 2012; Куб'як, 2010; Ляльчук, 2013).

Міграційні наміри призводять до появи численних поведінкових дисфункцій значної кількості людей, особливо з кола рідних і друзів, а сам факт еміграції досить часто стає причиною зростання девіантних (насамперед адиктивних і делінквентних) форм поведінки дорослих і дітей. Потенційні мігранти у процесі самоаналізу можуть вдаватися до надмірного самокартання, гіпертрофованого самозвинувачення, актуалізуючи психотравмівні переживання минулого, що, звичайно ж, посилює загальний стан сімейного незадоволення, породжує підвищення внутрішньосімейної тривожності та загострення міжособистісної конфліктності, а типовими проявами можуть бути надмірна нервово-психічна і психофізична напруга,

невпинне і гнітюче переживання фрустрованості як стану невирішеності і провини.

Фрустрованість може тісно корелювати з порушеннями й розладами загальної афективної сфери людини, що проявляється в підвищеному нейротизмі, загостреній депресивності, тривожності, агресивності як реакції на невирішеність і гніт «незавершених гештальтів». Знижена емпатія, розбалансованість тісних і дружніх контактів, недовіра у стосунках, негативістська поведінка щодо ближніх можуть бути своєрідними сигналами як фрустрованості, так і психоемоційного вигорання і виснаження. У потенційних мігрантів з підвищеним рівнем нервово-психічної вразливості істотно нижча опірність до фрустрації та стресів і більша схильність до психоемоційного вигорання (Рождественський, 2009).

Здебільшого фрустрованість людей з міграційними намірами породжує або надмірну інтенсифікацію, або блокування мотиваційних спрямувань, вносить амбівалентність і дифузність у систему стереотипів сприймання, корекцію та переоцінку у вибудовану ієрархію ціннісних орієнтацій та проявляється в особливостях характеру (наприклад, загострення акцентуацій), змінах технік і способів спілкування (наприклад, надмірна говірливість або комунікативний ступор; гіпертовариськість або внутрішня самовтеча, відлюдництво), манерах поведінки (від демонстрованої або вдаваної надмірної шляхетності до брутальності і вульгарності).

Узагальнюючи, зазначимо, що, на наш погляд, *фрустрація/фрустрованість потенційного мігранта може трактуватись як певна особистісна якість, зумовлена як актуалгенезом, так і минулим життєвим досвідом, набутим завдяки соціальній, фаховій, комунікативній та іншій діяльності*. Тому фрустрованість – це насамперед схильність особистості до фрустрації, тобто сензитивність до впливу тривоги, невизначеності, стурбованості, пригніченості, песимізму або й відчаю, що виникають і прогресують завдяки тиску справжніх або уявлених невдач і перешкод, зумовлених міграційними намірами. Важливою ознакою



фрустрованості виступає переживання людиною перманентної неспроможності досягнути омріяної мети. Причиною фрустрованості потенційного мігранта може бути цілий конгломерат детермінант, а однією з найважливіших, вочевидь, є прогнозовані труднощі пристосування до нових обставин і реалій чужого мікро- і макродовкілля, зокрема з урахуванням факторів ксенофобії, мігрантофобії, сегрегації тощо.

Фрустрованість людей з міграційними намірами є свідченням переживання певної кризи і навіть травми насамперед через острах перед життєвими випробуваннями і невдачами, які можливі в антиципованому майбутньому і через фактор невідомості та невпевненості в ньому. Натомість фрустраційна толерантність засвідчує про достатній рівень і муру готовності до реагування на несприятливі умови в конкретній передміграційній ситуації.

Зазвичай дуже частими психоемоційними реакціями як наслідками надмірної фрустрованості у потенційних мігрантів є тривога, депресивність, переживання, апатійність, роздратування, гнівливість, занепокоєння та інші амортизаційні модальності афективного супроводу поведінки.

У тематичному ракурсі дослідження *фрустрацію ми розглядаємо як один з найтипівіших психостанів людини з міграційними намірами, що проявляється в переживаннях та особливостях її поведінки, зумовлених реальними або уявними перепонами, які видаються надмірно складними, тяжкими і нездоланими та перешкоджають досягненню очікуваної та жаданої мети.*

Фрустрація як гнітюче переживання невідомості перед майбутнім породжує підвищений стан нервово-психічної напруги і зумовлює домінування негативних емоцій, які розбалансовують і міграційну готовність, і загальну життєдіяльність. Зауважимо, що найчастіше негативний вплив фрустрації складніше переживають потенційні мігранти з підвищеною нервово-психічною збудливістю та імпульсивністю, розбалансованою та несформованою Я-концепцією, неадекватною самооцінкою, що проявляється в надмірній тривожності, депресивності й

песимістичності. Внаслідок цього їм притаманні відсутність оптимістичного світобачення та врівноважувальних реакцій, ускладнений і недостатній рівень домагань, поведінкові елементи завченої беспорядності та неготовності до ускладнень і труднощів, які несуть за собою нові міграційні виклики. Потенційні мігранти з підвищеною вразливістю до фрустрації потребують психологічного супроводу, зокрема надання полівекторної фахової допомоги для зниження несприятливого тиску депресивно-невротичних реакцій на ймовірні невдачі, тому особлива роль повинна бути відведена тренуванню фрустраційної толерантності для спроможності опору фрустраційним і тривожним психостанам.

Звичайно, фрустрованість потенційних мігрантів потребує системного і виваженого науково-психологічного підходу, зокрема у векторі розробки і задіяння ревіталізаційних превентивних та супроводжувальних технологій, що дозволить стабілізувати їхній соціальний та емоційний гомеостаз. Одним з основних векторів повинен стати державницький підхід, суть якого не в протидії глобалізаційним тенденціям, а у забезпеченні людей сучасним ринком праці, який знизить економічну депривацію та міграційні потоки. Іви подальших досліджень вбачаємо у розробці медіально-рефлексійних тренінгових технологій, що дозволять гармонізувати й оптимізувати афективні складові психосвіту людей, які внаслідок соціально-економічної депривації мають підвищені міграційні наміри та переживають тривогу і фрустрованість.

### **Висновки до першого розділу:**

1. Масова вітчизняна міграція, зокрема трудова, має насамперед економічний характер, оскільки, по суті, перетворюється в один з основних механізмів виживання у процесі боротьби з матеріальною бідністю та безробіттям. Найважливішими чинниками міграції здебільшого також виступають істотно вищі стандарти життя, вищий розвиток демократії, мовна і культурна подібність у зарубіжжі. У контексті розкриття окресленої

проблематики ми виходимо з концептуальних поглядів про те, що різновидова економічна депривація (базова, нормативна, відносна) має свій специфічний вплив на психостани потенційних мігрантів, однак визначальною рисою виступає блокада повноцінного способу життя через незадоволеність матеріальних потреб. Суть базової економічної депривації зводиться до того, що людина переживає істотні обмеженні спроможності задовільнити власні засадові екзистенційні потреби, насамперед у харчуванні й елементарному життєвому комфорті. Це відбувається через відсутність і неможливість мати більш-менш комфортне житло, певний мінімальний набір продуктів харчування, соціально доречний гардероб, типові побутові умови, що відповідають рівню цивілізаційного розвитку певної спільноти тощо. До ознак нормативної економічної депривації належать відсутність або неспроможність пересічної людини задовільнити медичні, освітні потреби, а також запити в транспортних і технічних засобах. Про відносну економічну депривацію свідчить нездатність людини задовільнити власні матеріальні потреби через низький статусно-рольовий потенціал, зокрема через порівняння себе з іншими успішнішими і матеріально забезпеченішими особами.

З метою зняття численних проблем, спричинених соціально-економічною депривацією, зростає міграційна активність і наміри представників бідних країн емігрувати в багатші ареали економічного й соціального добробуту. У складних умовах соціально-економічної депривації людина переживає цілу низку негативних афективних психостанів, зокрема гостро відчуває тривожність, підвищену суб'єктивну самотність, острах не справитися з матеріальними проблемами, демонструє емоційну і поведінкову ригідність, розгубленість, смуток, розпач, депресивність, невпевненість, фрустрованість тощо. Через неспроможність задоволення базових потреб у людини проявляється психоемоційна розбалансованість, амбівалентність самоусвідомлення, перепади самооцінки, розладнання сімейної партнерської міжособистісної перцепції, конфліктність тощо. Зазвичай, трудова міграція

здебільшого обирається чи не єдиним найімовірнішим до реалізації кроком, зоб уникнути негативного тиску бідності й економічної депривації.

2. Потенційна міграція є специфічним психологічним станом певної готовності людини до міграції, своєрідним наміром і налаштуванням на виконання цього, однак ще не прийнятим і не реалізованим рішенням покинути свою батьківщину. Міграційна активність і міграційні наміри як різновекторні спроби подолання несприятливого впливу економічної депривації досить часто супроводжуються підвищеним рівнем фрустрованості, що призводить до психоемоційного вигорання і психофізичного та соціально-духовного виснаження. Потенційним мігрантам притаманний специфічний тривожно-фрустраційний фон, зумовлений переживаннями і певним страхом перед невідомістю, а також проблемами адаптації до інших соціокультурних та економічних моделей життєіснування. Фрустрація як типова реакція на тривале і невизначене очікування гнітить і робить дискомфортним усталений біосоціальний ритм людини. Міграційна готовність людини є проявом її самоорганізації та фіксує міру налаштованості на добровільну зміну свого місця проживання і стилю життєдіяльності. Здебільшого вона виникає на підставі суперечностей між образом світу (уявленим або реальним) і способом життя. Міграційні наміри супроводжуються численними емоційними реакціями, серед яких особливо виокремлюється фрустрація. Фрустрація розглядається як один з найтипівіших психостанів людини з міграційними намірами, що проявляється в переживаннях та особливостях її поведінки, зумовлених реальними або уявними перепонами, які видаються надмірно складними, важкими і нездоланими та перешкоджають досягненню очікуваної та жаданої мети.

Потенційні мігранти переживають труднощі пристосування до нових обставин і реалій чужого середовища зокрема з урахуванням факторів ксенофобії, мігрантофобії, сегрегації тощо. Фрустрованість потенційного мігранта свідчить про його підвищену чутливість до травмогенних чинників

та недостатню сформованість фрустраційної толерантності як спроможності дати відсіч проблемам, які насуваються. Безперечно, потенційні мігранти з підвищеною вразливістю до фрустрації потребують виваженого професійного психологічного супроводу.

3. Люди з міграційними намірами відзначаються численними психологічними особливостями, а сама проблема міграції нагально потребує задіяння превентивних заходів. Значна кількість соціально-психологічних факторів активно впливає на життєвий світ потенційних мігрантів, які перебувають в умовах економічної депривації та схиляються до вимушеної трудової еміграції. В людей з потенційними міграційними намірами досить часто проявляються відчуття надмірної психофізичної напруженості, що зумовлює вичерпання емоційних і фізичних потенціалів та ресурсів, а також виникають хронічна втома, тривожність, апатія, депресія тощо. Потенційним мігрантам досить часто притаманна наявність розбалансованої самооцінки, підвищеної міжособистісної та самооцінної тривожності, які породжують різкі перепади настрою, підвищену підозрілість, загострену ранимість, фобічні реакції та інші дискомфортні психічні стани. Зазвичай міграційні наміри призводять до появи численних поведінкових дисфункцій значної кількості людей, особливо з кола рідних і друзів, а сам факт еміграції може виступити причиною зростання девіантних (насамперед адиктивних і делінквентних) форм поведінки дорослих і дітей.

Превенція потенційної міграції передбачає задіяння ревіталізаційних технологій, які сприятимуть стабілізації соціального і психічного здоров'я людини з міграційними намірами.

### **Матеріали першого розділу дисертації висвітлено в публікаціях авторки:**

1. Шмарова Н. (2018)ю Роль економічної депривації та фрустрації в соціогенезі потенційних мігрантів. *Психогенеза особистості: норма і девіація* : зб. наук. статей; гол. ред. Я. Гошовський. Луцьк : Вежа-Друк, 176–181.

2. Шмарова Н. (2018). Міграційні наміри особистості як чинник її фрустрованості та психоемоційного вигорання. *Arena nauki. Kwartalne międzynarodowe czasopismo naukowe, Polska*. Lublin, 102–109.
3. Шмарова Н.В. (2019). Психологічні особливості переживання економічної депривації студентською молоддю. *Психогенеза особистості: норма і девіація : зб. наук. статей і тез ; гол. ред. Я. Гошовський*. Луцьк : Вежа, 95–102.
4. Шмарова Н. (2019). Психологічні особливості фрустрації в людей з міграційними намірами. *Психологічні перспективи*. 34. 278–288.
5. Шмарова Н. (2020). Економічна депривація як негативний чинник психогенези особистості : теоретичний ракурс проблеми. *Психологія : реальність і перспективи. Збірник наукових праць РДГУ*. 14. 244–250.
6. Шмарова Н.В. (2020). Потенційна міграція крізь призму ускладнених психостанів депривованої особистості. *Психологічні виміри особистісної взаємодії суб'єктів освітнього простору в контексті гуманістичної парадигми : збірник тез наукових доповідей III Всеукраїнської конференції з міжнародною участю (Київ, 31 березня 2020 року) ; ред. С.Д. Максименко*. Київ : Інститут психології імені Г.С. Костюка НАПН України, 227–230.

## **РОЗДІЛ 2. ЕМПІРИЧНЕ ВИВЧЕННЯ ВПЛИВУ ЕКОНОМІЧНОЇ ДЕПРИВАЦІЇ НА ФРУСТРОВАНІСТЬ ПОТЕНЦІЙНИХ МІГРАНТІВ**

### **2.1. Процедурно-організаційні основи емпіричного дослідження і методи вивчення фрустрованості потенційних мігрантів**

Серед положень сучасної психологічної науки в досліджуваному тематичному ракурсі ми вичленували одне з найістотніших, яке було піддано поглибленому теоретико-емпіричному вивченню, а саме – *в умовах соціальних трансформацій та нестабільності економічна депривація переживається значною кількістю людей, деяка частина з яких обирає міграцію як очевидний спосіб вирішення наболілих проблем, переживаючи внаслідок цього ускладнені афективні психостани, зокрема фрустрованість* (Блинова, 2010; Гошовська, Гошовський, 2016; Лютак, 2008; Castles, Miller, 2003; Massey, 2005; Zaiceva, 2006).

Емпіричне вивчення особливостей впливу економічної депривації на психоемоційний світ особистості, насамперед на фрустрованість людей з міграційними намірами ґрунтувалося на сучасних наукових засадах здійснення психологічного експерименту. Для отримання об'єктивної психодіагностичної інформації про афективність, зокрема фрустрованість потенційних мігрантів, які зазнають несприятливого впливу соціально-економічних деприваційних чинників, а також вирішення поставлених дослідницьких завдань, ми залучили метод теоретичного аналізу й узагальнення даних, здобутих у дослідженнях, спрямованих на вивчення подібної проблематики (Блинова, 2009; Крупник, 2012; Рождественський, 2009; Терлецька, 2012).

Упродовж проведення експериментального дослідження враховувалися науково-психологічні вимоги щодо досліджень такого типу, особливо тих, які стосувалися реального, а не ідеального експерименту як одного з найефективніших методів здобуття важливої та значущої інформації.

Стрижневі напрямки і ключові дефініції досліджуваної проблематики були проаналізовані з урахуванням наукових тверджень С. Максименка, згідно з якими будь-яке перенесення визначальних параметрів і характеристик, що застосовуються під час опису науково-психологічного методу як такого (надійність, відтворюваність, результативність, структурованість, цілеспрямованість) у площину конкретної сфери емпірично пізнаваної дійсності, має нагальним обов'язком їхню специфікацію, яка б враховувала конкретні реалії цієї сфери пізнання (Максименко, 2002). Завдяки цьому всі отримані емпіричні результати були спрямовані на об'єктивне охоплення, розкриття і висвітлення базових понять теми дослідження, насамперед розладнаної фрустрацією афективності людей, які внаслідок несприятливого впливу економічної депривації мають міграційні наміри.

Отож нами було обрано комплексний підхід різнобічного аналітико-емпіричного вивчення змістово-функціональної суті базового об'єкта дослідження, зокрема ключових тематичних дефініцій – «економічна депривація», «потенційні мігранти», «фрустрованість». Охоплення емпіричними вимірами такого кола досліджуваної проблематики було зорієнтоване на отримання цілісного концептуального конструкту, який містив би якомога повномірніше коло наукових уявлень і параметрів.

Комплекс залучених методів підпорядковувався загальнопсихологічним принципам емпіричного пізнання психічного світу людини, сциєнтичної спроможності дослідження внутрішньопсихічних станів, процесів і якостей особистості, системно-структурного підходу, згідно з яким розгляд психіки доцільно здійснювати з урахуванням системності взаємопов'язаних елементів, а також єдності свідомості і діяльності, суб'єкта й об'єкта науково-психологічного пізнання тощо (Максименко, 2006; Титаренко, 1998).

Фундаментальні методичні підходи базувалися на положеннях про розуміння психологічного експерименту як цілісного утворення, зокрема



дослідницький ракурс передбачав охоплення різнопланових динамічних (міграційна готовність, мотиваційні наміри і зрушення до потенційної міграції тощо) і особливих (афективні тривожно-фрустраційні переживання, амбівалентність людей, які зазнають негативного впливу соціально-економічної депривації) компонентів об'єкта безпосереднього емпіричного пізнання (Гошовський, 2009; Овчиннікова, 2003; Остополець, 2003).

Упродовж усіх етапів і серій емпіричного дослідження ми враховували концептуально-теоретичні погляди і підходи, які стверджують необхідність достовірності, результативності, надійності, відтворюваності, сруктурованості й валідності як задіяного психодіагностичного інструментарію, так і отриманих результатів і показників, адже якраз це забезпечує наукову об'єктивність емпіричного пізнання психічного світу досліджуваних (Максименко, 2002).

Необхідність дотримання сучасних вимог до проведення емпіричного науково-психологічного вивчення особливостей афективності, зокрема фрустрованості людини з міграційними намірами, яка переживає несприятливий вплив економічної депривації, зумовила вибір релевантного і валідного інструментарію, а отримані результати були піддані структурному, функціональному і порівняльному аналізу з подальшим змістовим узагальненням якісно інтерпретованих показників. Крізь призму фундаментальних положень сучасної психодіагностичної науки основною методичною лінією стало визнання того, що отримані показники внаслідок застосування тестів потрібно трактувати не в ранзі абстрактних і застиглих певних кількостей, які іманентно властиві діагностованій людині, а як такі, що здобуті завдяки задіянню впорядкованої системи послідовних дослідницьких дій та логічних аналітико-синтетичних операцій (Максименко, 2006).

Пілотажний, констатувальний, формувальний і контрольний етапи проведеного експериментального дослідження були підпорядковані ключовому принципу – отримання якомога повномірнішої достовірної

психодіагностичної інформації за допомогою застосування і проведення валідних методів і методик з гетерогенною репрезентативною вибіркою.

Встановлення причинно-наслідкової суті і структурно-функціональної організації поведінки потенційних мігрантів відбувалося завдяки поглибленому різноплановому дослідженню їх індивідуально-психологічних і соціальних особливостей, що дозволило встановити широкий контекст життєдіяльності, детермінованої багатоманітними чинниками, зокрема економічною депривацією.

Нами враховувалися положення науково-психологічних підходів, які стверджують несприятливість впливу різновидової депривації на онто- і соціогенез людини (Брецко, 2015; Варава, 2010; Візнюк, 2018; Гошовський, 2009), зокрема деструктивний вплив соціально-економічного депривування на особистісний психосвіт, що зумовлює появу численних психологічних когнітивно-афективних проблем, насамперед у плані невротизації, депресивності, безпорадності, тривожності, фрустрованості тощо (Гошовська, Гошовський, 2016; Карпенко, 2010; Кікінеджи, Кізь, 2004; Лангмейер, Матейчек, 1984).

Зазначимо, що емпіричне дослідження перебігало і в індивідуальному, і в груповому режимі, було витримане в часових параметрах проведення науково-психологічного експерименту й іноді ускладнювалося впливом незалежних зовнішніх змін, оскільки міграційні наміри деяких досліджуваних були флюктуативними і змінювалися або внаслідок віднайдення нової високооплачуваної роботи, або отримання спадщини, або одруження з матеріально забезпеченою людиною, або (найчастіше) внаслідок реальної міграції тощо.

**Етапи дослідження.** Розгалужене дослідження проводилося триетапно упродовж 2016-2022 років.

На *першому етапі* (2016-2017 роки) – було здійснено аналітичні студії щодо міри і рівня розробленості досліджуваної нами тематичної проблематики в теоретичному і прикладному вимірах; здійснено пілотажне дослідження, розроблено й обґрунтовано загальну концепцію

дисертаційної роботи (намічено, окреслено й вибрано засадничі теоретичні положення дослідження, висунуто робочі й основні припущення, сформульовано об'єкт, предмет і мету дослідження, обрано мережу остаточних експериментальних майданчиків, сформовано репрезентативну й гетерогенну вибірку, укладено пакет валідних психодіагностичних методик).

На *другому етапі* (2018-2020 роки) – здійснено констатувальний експеримент з метою встановлення психологічних особливостей впливу економічної депривації на афективність, зокрема фрустрованість людей з міграційними намірами; розроблено програму превентивно-ревіталізаційного супроводу психогенези потенційних мігрантів;

На *третьому етапі* (2021-2023 роки) – здійснено формувальний експеримент із залученням програми ревіталізаційного супроводу психогенези потенційних мігрантів, зокрема апробовано генетично-психологічний тренінговий підхід для оптимізації фрустраційної толерантності людей з міграційними намірами; здійснено системне узагальнення й інтерпретація результатів дослідження, завершено їх оформлення у вигляді рукопису дисертаційної роботи.

Рекрутація вибірки відбувалася з урахуванням сучасних наукових дослідницько-експериментальних вимог до критеріїв репрезентативності, еквівалентності, гомогенності/гетерогенності тощо. Загальна кількість учасників експерименту була представницькою і цілком достатньою, а рекрутація експериментальних і контрольних груп відбувалася з урахуванням мети і завдань дослідження. По суті, гетерогенна вибірка була своєрідною соціально-популяційною моделлю – особи різних віку, статі, професії, які зазнають негативного детермінаційного впливу економічної депривації; результати емпіричного дослідження поширювалися на всіх рекрутованих учасників експерименту.

Досліджувані добровільно й безоплатно погодилися брати участь в експерименті, який відбувався із дотриманням усіх вимог Етичного кодексу

психолога, зокрема з урахуванням принципів конфіденційності, відсутності загрози щодо недоторканості особи та приниження людської гідності, а також забезпечення всіх прав щодо недопустимості пригнічування особистості або маніпулювання нею за будь-якими ознаками статі, матеріального статусу, релігійної приналежності, політичних поглядів тощо.

Проведення емпіричного дослідження було заздалегідь схвалено експертами з наукової етики на засіданні кафедри педагогічної та вікової психології (професор Ж. Вірна, доценти О. Іванашко, Н. Вічалковська), а також навчально-методичною комісією з етики факультету психології Волинського національного університету імені Лесі Українки (професор О. Лазорко, доценти Т. Дучимінська, А. Кульчицька). Учасники дослідження дали свою інформовану згоду на участь у ньому і були детально проінформовані про свободу дій, зокрема про можливість виходу з дослідження без інших будь-яких наслідків для їхнього статусу і репутації.

Як ми вже зазначали у Вступі, кількість досліджуваних була такою : *пілотажний* експеримент –  $n=463$ ; *констатувальний* експеримент –  $n=268$  (171 особа з вираженими і заманіфестованими міграційними намірами і 97 осіб без міграційних намірів).

Вибірка була диференційована на дві основні групи : 1 – «потенційні мігранти»; 2 – «стабільні (стаціонарні) жителі». Наповнення групи, умовно названої «потенційні мігранти», було визначено за допомогою бесіди, спостереження і насамперед анкетного опитування, тобто ті респонденти, що на відповідне запитання давали схвальну відповідь про те, що мають міграційні наміри, зараховувались до такої групи. Іншу групу «стабільні (стаціонарні) жителі» склали ті досліджувані, які в анкеті чітко вказували, що не мають жодних міграційних намірів.

Укладений нами пакет валідних психодіагностичних методик був спрямований на отримання надійних і достовірних результатів про психологічні особливості людей з міграційними намірами, а також про

симптоми, які засвідчують вплив економічної депривації на рівень їхньої фрустрованості.

Отож з метою емпіричного вивчення психологічних особливостей впливу економічної депривації на афективність, зокрема фрустрованість потенційних мігрантів ми застосовували такі емпіричні методи і методики : спостереження, біографічний метод, фокусоване інтерв'ю, анкетування (авторська анкета (збір даних про вік; роботу; освіту; сімейний стан; особливості міграційних намірів; найважливіші чинники, які стимулюють очікування у потенційних мігрантів на позитивний перебіг справ; емоційні стани, які репрезентують і супроводжують міграційні наміри й очікування; ресурси, на які розраховують потенційні мігранти тощо)), тестування («Ієрархія потреб» (модифікація І.А. Акіндінової), «Методика діагностики рівня соціальної фрустрованості» (Л. Вассерман (модифікація В. Бойка)), тест «Самооцінка психічних станів» (Г. Айзенк), методика «Ваше самопочуття» (О.С. Копіна), «Опитувальник нервово-психічної напруги (НПН)» (Т.А. Немчин), «Методика визначення рівня нервово-психічної стійкості (анкета «Прогноз»)» (за В. Бодровим), «Методика діагностики рівня невротизації» (за Л. Вассерманом), «Методика визначення тривожності» (Дж. Тейлор), «Методика визначення економічної депривації та її підвидів у дорослих» (Терлецька Ю.М.)). (Зразки авторської анкети й окремих методик укладеного психодіагностичного пакету подані у Додатку А).

Унаслідок залучення методики *«Ієрархія потреб» (модифікація І.А. Акіндінової)* вдалося встановити специфіку особистісного профілю задоволеності потреб за п'ятьма шкалами (матеріальне становище, потреба в безпеці, потреба в міжособистісних стосунках, потреба в пошані від інших, потреба в самореалізації). Методика дозволяє встановити повне задоволення (0-13 балів), часткове задоволення (13-26 балів) і повне незадоволення (26-39 балів) означених базових потреб.

Задіяння методики *«Діагностика рівня соціальної фрустрованості» (Л. Вассермана (модифікація В. Бойка))* дало змогу констатувати міру

незадоволення досліджуваних своїми соціальними здобутками й досягненнями в ключових ракурсах і сферах життєдіяльності. Завдяки проведенню методики для виявлення рівня соціальної фрустрованості виникла нагода завдяки двадцятьом соціальним параметрам оцінок виділити сім рівнів прояву соціальної фрустрованості особистості. Констатувальне поле рівнів соціальної фрустрованості досить повномірне і багатоманітне, оскільки можна встановити як дуже високий рівень соціальної фрустрованості, так і її майже повну відсутність. Методика дає змогу констатувати особливості емоційного ставлення до тих позицій, яких особистість зуміла досягнути на конкретний момент свого життєіснування у певному суспільстві. Причому діагностика рівня соціальної фрустрованості як форми психічної напруги відбувається з урахуванням чинника незадоволеності як особистісними досягненнями й здобутками, так і становищем в ієрархіях взаємин, мережі соціально заданих стандартів міжособистісних стосунків.

Застосування «*Методики самооцінки психічних станів*» (Г. Айзенк) дозволило отримати достовірну діагностичну інформацію про тривожність, фрустрованість, агресивність і ригідність. Методика складається із 40 тверджень, кожне з яких досліджуваний пропонується оцінити за частотою прояву в реальному житті таким чином: 2 бали, якщо цей стан буває часто, 1 бал – буває зрідка, 0 балів – такого зовсім не буває. Для зручності і швидкості підрахунку всі 40 тверджень були згруповані у 4 групи, кожна з яких відповідає одному із 4 досліджуваних параметрів (тривожність, фрустрованість, агресивність, ригідність). Зазначимо, що сутнісні параметри обробки отриманих результатів полягають у підрахунку суми балів, які отримали досліджувані за кожною шкалою. Інтерпретація отриманих результатів за кожною окремою шкалою здійснюється таким чином: *тривожність*: від 0 до 7 балів – відсутність тривожності, від 8 до 14 балів – середня тривожність, в межах норми, від 15 до 20 балів – високий рівень тривожності, надмірна тривожність. Під тривожністю розуміється

переживання емоційного неблагополуччя, пов'язане з передчуттями небезпеки або невдачі. *Фрустрація (фрустрованість)*: від 0 до 7 балів – відсутність прояву фрустрованості, від 8 до 14 балів – середній рівень фрустрованості, від 15 до 20 балів – висока фрустрованість, низька самооцінка, страх невдач. Фрустрація – це психічний стан, який виникає в ситуації розчарування, нездійснення значимої для особистості мети, незадоволеності потреби. *Ригідність*: від 0 до 7 балів – відсутність прояву ригідності, від 8 до 14 балів – середній рівень схильності до ригідності, від 15 до 20 балів – сильне вираження, незмінність поведінки, переконань, поглядів, навіть, якщо вони розходяться, не відповідають реальній обстановці життя. Ригідність – це стан утруднення аж до повної нездатності в зміні наміченої особистістю програми діяльності в умовах, які потребують об'єктивної перебудови власної діяльності, способу мислення тощо. *Агресивність*: від 0 до 7 балів – свідчить про спокійність та стриманість досліджуваного, від 8 до 14 балів – середній рівень схильності до прояву агресивності, від 15 до 20 балів – висока агресивність, нестримність, наявність труднощів у взаємодії з людьми. Агресивність – це стійка характеристика особистості, яка відображається у її ставленні до поведінки, метою якої є спричинення шкоди навколишньому середовищу, або подібний афективний стан (гнів, злість).

Задіяний нами опитувальник *«Ваше самопочуття» (О.С. Копіна)* містить батарею тестів і призначений для експрес-діагностики рівня психоемоційної напруги особистості та її джерел. Він дозволяє встановити суб'єктивну оцінку актуальних чинників зовнішнього середовища і власного стану досліджуваного, а також задоволеності життям загалом.

Опитувальник містить такі шкали:

- 1) самооцінка здоров'я;
- 2) шкала психосоціального стресу (Л. Рідер);
- 3) шкала задоволеності життям у цілому (О. С. Копіна);
- 4) шкала задоволеності умовами життя (О. С. Копіна);

- 5) шкала задоволеності основних життєвих потреб (О. С. Копіна);
- б) опитувальник основних соціально-демографічних показників (стать, вік, рівень освіти, соціальна група, сімейний стан). Методика містить 42 твердження для виявлення наявності і причин психоемоційної напруги і 5 питань, що стосуються соціально-демографічних демографічних даних досліджуваних.

Для встановлення особливостей невротизації потенційних мігрантів нами було застосовано «*Опитувальник нервово-психічної напруги (НПН)*» (Т.А. Немчин). Цей опитувальник складається з переліку ознак і рис нервово-психічної напруги, які розроблені і встановлені завдяки отриманим даним клініко-психологічного спостереження. Тест задіюється з метою дослідження рівня нервово-психічної напруги людини, яка перебуває в ускладнених життєвих умовах і ситуаціях або в очікуванні якихось ускладнень. Опитувальник включає найосновніші характеристики й параметри нервово-психічної напруги людини, які диференційовані на три рівні/ступені в залежності від міри їхнього вираження. Серед тридцяти ознак нервово-психічної напруги, які концентровані в переліку, треба вибрати лише один варіант відповіді. Сумарна кількість усіх відповідей складає суть кількісної обробки. Внаслідок цього у підсумку отримуємо : 30-50 балів – слабе нервово-психічне напруження; 51-70 балів – помірне або інтенсивне нервово-психічне напруження; 71-90 балів – екстенсивне нервово-психічне напруження.

З метою вивчення специфіки невротизації людей з міграційними намірами нами застосовувалася «*Методика визначення рівня нервово-психічної стійкості (анкета «Прогноз»)*» (за В. Бодровим), завдяки якій можна констатувати високу (зриви майже не вірогідні), хорошу (зриви маловірогідні), задовільну (зриви можливі в екстремальних ситуаціях) і незадовільну (висока ймовірність зривів, необхідне додаткове консультування в невропатолога або психіатра) нервово-психічну стійкість досліджуваної особистості. Нервово-психічна напруга (НПН) трактується як



схильність до досить частих зривів нервової системи внаслідок дії істотних психічних і фізичних навантажень. Здебільшого нервово-психічна нестійкість проявляється у варіанті специфічного передхворобливого стану, що має всі ознаки латентного або компенсованою формою перебігу. Зазвичай це спричинено дисфункціями нервової системи і зниженими адаптаційними можливостями й потенціалами людського організму. Загальновизнано, що формування нервово-психічної нестійкості досить часто зумовлено вродженою або набутою біологічною складністю і силою нервової системи, які тісно переплетені й залежні від несприятливих психологічних і соціальних детермінант. Біологічною основою проявів і розвитку нервово-психічної нестійкості, виступає те, що відхилення в таких людей, на відміну від звичайних і пересічних, проявляються не лише сильно, але й мають вкрай тривалий характер і накладають відбиток на всю систему різнобічної життєдіяльності особистості. Водночас варто наголосити деякі застереження щодо психодіагностичних можливостей і потенціалів методики, оскільки під час її застосування варто пам'ятати, що запропонована анкета може виміряти лише свідому інформацію досліджуваної людини, внаслідок чого остаточні висновки доцільно робити лише на рівні певного прогнозу, а не констатованого й доказаного факту.

Задля багатогранної констатації особливостей прояву невротизації як імовірного причинно-наслідкового маркера фрустрованості потенційних мігрантів нами було задіяно *«Методику діагностики рівня невротизації» (за Л. Вассерманом)*. Кількісна обробка зводиться до того, що підрахунок позитивних відповідей на кожне із сорока запитань дозволяє пізнати актуальний рівень невротизму досліджуваної людини. Отож чим більшим є одержаний результат, тим вищим визнається і рівень невротизації досліджуваної особи. Поглиблена якісна інтерпретація дає змогу констатувати низький або високий рівень невротизації. Згідно з ключем методики: низький рівень невротизації засвідчує: емоційну стійкість, позитивний фон переживань (спокій, оптимізм), ініціативність, почуття

власної гідності, незалежність, соціальну сміливість, легкість у спілкуванні; високий рівень невротизації засвідчує про виражену емоційну збудливість, у результаті чого pojawiaються негативні переживання (напруженість, розгубленість, неспокій, роздратованість, тривожність тощо), безініціативність, яка формує переживання, пов'язані з незадоволенням бажань, егоцентричну особистісну спрямованість, що призводить до іпохондрійної фіксації на соматичних відчуттях і особистісних недоліках, труднощі в спілкуванні, соціальну боязкість і залежність.

З метою детального вивчення особливостей тривожності людей з міграційними намірами нами за допомогою **«Методики визначення тривожності» (Дж. Тейлор)** було встановлено її основні рівні (низький, нижче середнього, середній, вище середнього, високий). Як відомо, авторка методики вважала, що тривожність лише певним чином пов'язана з емоційною чутливістю, яка у свою чергу робить свій внесок у рівень спонуки (у нашому випадку – спонуки до міграції).

Для встановлення специфіки впливу економічної депривації на особистість нами було застосовано **«Методику визначення економічної депривації та її підвидів у дорослих» (Терлецька Ю.М.)**. Методика включає 36 позитивних (прямих) і негативних (обернених) суджень, що дозволяють виявити в досліджуваних економічну депривацію (ED) та її підвиди: базову економічну депривацію (BED), нормативну економічну депривацію (NED), відносну економічну депривацію (VED). За твердженням авторки методики, рівень розвитку економічної депривації в дорослого визначається або через коефіцієнт економічної депривації ( $K_{e\psi}$ ), або за кількістю балів, які нараховуються за тридцятьма шістьма судженнями. Коефіцієнт економічної депривації ( $K_{e\psi}$ ), який відображає числову величину її розвитку в досліджуваних, становить собою різницю між одиницею і відношенням суми набраних балів до максимальної суми балів, при якій відсутня економічна депривація, обчислюється за формулою

$$K_{e\psi} = 1 - \frac{\sum E\psi (1...36)}{N_e}$$

де  $K_{e\psi}$  – коефіцієнт економічної депривації;

$\sum E\psi (1 \dots 36)$  – сума балів, отриманих за всі судження, які за даною методикою відображають економічну депривацію;

$N_e$  – максимально можлива сума балів за 36 позиціями, яка при визначенні економічної депривації за даною методикою становить  $36 \times 3 = 108$  ( $N_e = 108$ ).

Економічна депривація, як і будь-який інший її підвид, може мати такі рівні розвитку:

- 1) дуже низький: при  $K_{e\psi} = 0 \div 0,143$  (або 0 – 15 балах);
- 2) низький: при  $K_{e\psi} = 0,144 \div 0,285$  (або 16 – 30 балах);
- 3) нижче середнього: при  $K_{e\psi} = 0,286 \div 0,427$  (або 31 – 45 балах);
- 4) середній: при  $K_{e\psi} = 0,428 \div 0,569$  (або 46 – 62 балах);
- 5) вище середнього: при  $K_{e\psi} = 0,57 \div 0,711$  (або 63 – 78 балах);
- 6) високий: при  $K_{e\psi} = 0,712 \div 0,853$  (або 79 – 93 балах);
- 7) дуже високий: при  $K_{e\psi} = 0,854 \div 1$  (або 94 – 108 балах).

Коефіцієнт будь-якого підвиду економічної депривації ( $K_{ve\psi}$ ) відображає числову величину її вираження у досліджуваних і становить собою різницю між одиницею і відношенням суми набраних балів до максимальної суми балів, при якій відсутній даний підвид економічної депривації, та визначається за формулою

$$K_{ve\psi} = \frac{\sum E\psi (n \dots x)}{N_{ee}}$$

де

$K_{ve\psi}$  – коефіцієнт будь-якого виду економічної депривації;

$\sum E_{nv\psi}(n \dots x)$  – сума балів, отриманих за кожне судження, яке відображає той чи інший підвид економічної депривації;

$x$  – верхній порядковий номер судження, яке відображає той чи інший підвид економічної депривації; депривації за даною методикою;

$n$  – нижній порядковий номер судження, яке відображає той чи інший підвид

$N_{ee}$  – максимально можлива сума балів за позицією одного підвиду економічної депривації за даною методикою становить:  $12 \times 3 = 36$  ( $N_{ee} = 36$ ).

*Базова, нормативна й відносна економічні депривації, як підвиди економічної депривації, можуть мати такі рівні розвитку:*

- 8) дуже низький: при  $K_{вещ} = 0 \div 0,143$  (або 0 – 5 балів);
- 9) низький: при  $K_{вещ} = 0,144 \div 0,285$  (або 6 – 10 балів);
- 10) нижче середнього: при  $K_{вещ} = 0,286 \div 0,427$  (або 11 – 15 балів);
- 11) середній: при  $K_{вещ} = 0,428 \div 0,569$  (або 16 – 21 балів);
- 12) вище середнього: при  $K_{вещ} = 0,57 \div 0,711$  (або 22 – 26 балів);
- 13) високий: при  $K_{вещ} = 0,712 \div 0,853$  (або 27 – 31 балів);
- 14) дуже високий: при  $K_{вещ} = 0,854 \div 1$  (або 32 – 36 балів).

Зазначимо, що проведення всіх психодіагностичних процедур відбувалося серійно за принципом добровільності у зручний для досліджуваних час і здебільшого з незначними за тривалістю кількадедними проміжками.

Вибір методик базувався на врахуванні критеріїв зрозумілості, простоти, часової недовготривалості, необхідних досліджуваним для ознайомлення з тестовими завданнями та їхнього виконання.

Психодіагностичні заміри відбувалися в контексті врахування всіх етико-психологічних параметрів і вимог (конфіденційності, добровільності, наукової об'єктивності тощо), а перебіг діагностування передбачав розширений партнерський діалог, базований на взаємоповазі, позитивно сприймався учасниками есперименту й був означений сприятливим або нейтральним мікрокліматом довірливих взаємин.

Традиційно крізь призму базових положень генетичної психології (за С.Максименком) для досягнення позитивного ефекту демістифікації як детального повідомлення досліджуваним справжньої реальної мети есперименту, а також з метою десенсибілізації як проведення процедури для зниження/зняття можливих стресових або інших негативних/амортизаційних станів і відчуттів, що могли постати упродовж безпосередньої психодіагностичної роботи, ми застосовували після кожної окремої емпіричної серії дебрифінг (Максименко С.Д., 2004).

Загалом, основне завдання констатувального експерименту полягало у встановленні завдяки задіянню валідного й достовірного психодіагностичного інструментарію на репрезентативній вибірці досліджуваних, які внаслідок негативного впливу економічної депривації демонструють виражені міграційні наміри, якомога ширшого змістово-функціонального показникового спектру їхньої ускладненої афективності, зокрема фрустрованості, невротизації, тривожності та інших психостанів.

## **2.2. Результати емпіричного дослідження впливу економічної депривації на особистісну фрустрованість : порівняльний аналіз факторних профілів за критерієм «потенційні мігранти» і «стабільні (стаціонарні) жителі»**

Різнобічна якісна інтерпретація отриманих унаслідок застосування психодіагностичних методик показників істотним чином залежить від багатомірності статистичного аналізу, що дає змогу встановити кількісну репрезентацію змістово-функціональної сутності аналізованих феноменів.

З метою констатації на емпіричному рівні впливу економічної депривації на фрустрованість потенційних мігрантів нами було проведено *кореляційний аналіз* найістотніших показників.

Встановлений характер кореляційних зв'язків між діагностованими показниками (базова економічна депривація (BED), нормативна економічна депривація (NED), відносна економічна депривація (VED), тривожність, фрустрованість, агресивність, шкала психосоціального стресу, незадовільна ) нервово-психічна стійкість та ін.) у досліджуваних з міграційними намірами дав підстави стверджувати про існування між ними високого статистично значущого зв'язку, зокрема :

- між показником «високий рівень тривожності» (за «Методикою визначення тривожності» (Дж. Тейлор)) і показником «високий

- рівень невротизації» (за «Методикою діагностики рівня невротизації» (Л. Вассерман)) ( $r_s=0,798$ ;  $p\leq 0,01$ );
- між показником «дуже високий рівень соціальної фрустрованості» (за «Методикою діагностики рівня соціальної фрустрованості» (Л. Вассерман (модифікація В. Бойка)) і показником «нормативна економічна депривація» (NED) (за «Методикою визначення економічної депривації та її підвидів у дорослих» (Терлецька Ю.М.)) ( $r_s=0,756$ ;  $p\leq 0,01$ );
  - між показником «матеріальне становище» (за методикою «Ієрархія потреб» (модифікація І.А. Акіндінової)) і показником «високий рівень невротизації» (за «Методикою діагностики рівня невротизації» (Л. Вассерман)) ( $r_s=0,721$ ;  $p\leq 0,01$ );
  - між показником «агресивність» (за тестом «Самооцінка психічних станів» (Г. Айзенк)) і показником «відносна економічна депривація» (VED) (за «Методикою визначення економічної депривації та її підвидів у дорослих» (Терлецька Ю.М.)) ( $r_s=0,698$ ;  $p\leq 0,01$ );
  - між показником «незадовільна (висока ймовірність зривів, необхідне додаткове консультування в невропатолога або психіатра) нервово-психічна стійкість» (за «Методикою визначення рівня нервово-психічної стійкості (анкета «Прогноз»))» (за В. Бодровим)) і показником «базова економічна депривація» (BED) (за «Методикою визначення економічної депривації та її підвидів у дорослих» (Терлецька Ю.М.)) ( $r_s=0,704$ ;  $p\leq 0,01$ );
  - між показником «фрустрація (фрустрованість)» (за тестом «Самооцінка психічних станів» (Г. Айзенк)) і показником «потреба в самореалізації» (за методикою «Ієрархія потреб» (модифікація І.А. Акіндінової)) ( $r_s=0,683$ ;  $p\leq 0,01$ );
  - між показником «незадовільна (висока ймовірність зривів, необхідне додаткове консультування в невропатолога або психіатра) нервово-психічна стійкість» (за «Методикою визначення рівня нервово-

- психічної стійкості (анкета «Прогноз»)» (за В. Бодровим)) і показником «потреба в безпеці» (за методикою «Ієрархія потреб» (модифікація І.А. Акіндінової)) ( $r_s=0,612$ ;  $p\leq 0,01$ );
- між показником «шкала психосоціального стресу» (за методикою «Ваше самопочуття» (О.С. Копіна)) і показником «потреба в пошані від інших» (за методикою «Ієрархія потреб» (модифікація І.А. Акіндінової)) ( $r_s=0,478$ ;  $p\leq 0,05$ );
  - між показником «тривожність» (за тестом «Самооцінка психічних станів» (Г. Айзенк) і показником «екстенсивне нервово-психічне напруження» (за «Опитувальник нервово-психічної напруги (НПН)» (Т.А. Нємчин)) ( $r_s=0,422$ ;  $p\leq 0,05$ );
  - між показником «підвищений рівень фрустрованості» (за «Методикою діагностики рівня соціальної фрустрованості» (Л. Вассерман (модифікація В. Бойка)) і показником «потреба в безпеці» (за методикою «Ієрархія потреб» (модифікація І.А. Акіндінової)) ( $r_s=0,364$ ;  $p\leq 0,05$ ).

Тривале перебування в силовому полі економічної депривації створює перманентно напружену психотравмуючу ситуацію, внаслідок неспроможності людини адекватно і гідно забезпечити свої базові особистісні і соціальні потреби. Поступове нагромадження невирішених проблем, накопичення здебільшого негативно забарвлених афективних переживань, зумовлених очікуванням і невідомістю міграційного майбутнього, породжують стійке фрустраційно-тривожне тло.

Забарвлена фрустрацією життєдіяльність потенційних мігрантів на поведінковому рівні проявляється у психоемоційному вигоранні як рефлексія на неприянні відносини з боку інших (жорстких і експлуатуючих працедавців, байдужих державних чиновників, фатально нещасливих обставин тощо) і характеризується підвищеною тривожністю (показник «тривожність»), загостреною агресивністю (показник «агресивність»), неврастенічними симптомами (показники «високий рівень невротизації»),

«незадовільна (висока ймовірність зривів, необхідне додаткове консультування в невропатолога або психіатра) нервово-психічна стійкість»), депресивно-фрустраційним настроєм (показники «фрустрація», «дуже високий рівень соціальної фрустрованості»), які сумарно засвідчують своєрідну екзистенційну втому.

Існування конфліктогенної ситуації та психосоціального стресу (психосоціальний стрес»), спричинених образою на соціум через його економічно деприваційний тиск, торкається найбільш індивідуально значущих особистісних потреб (показники «потреба в безпеці», «потреба в пошані від інших»), що переживаються як загроза матеріальному благополуччю, здоров'ю, життю, самоповазі, статусно-рольовому престижу тощо.

Зауважимо, що всі основні показники (базова, нормативна, відносна економічна депривація, тривожність, фрустрованість, агресивність та ін.) корелюють між собою.

Отож сутнісні параметри кореляційного аналізу окремих базових показників засвідчують встановлення щільного взаємозв'язку й тісної залежності між деприваційними детермінантами й афективними процесами у потенційних мігрантів.

Відзначимо, що економічна депривація (базова, нормативна, відносна) корелює з такими психостанами як тривожність, агресивність, фрустрованість та ін., що засвідчує істотну детермінованість міграційних намірів особистості і розбалансованість психоемоційної сфери внаслідок негативного впливу різновидових обмежень її психо- і соціогенези.

Нами було задіяно *факторний аналіз* як один з найрезультативніших статистичних методів, який досить часто використовується у сучасних науково-психологічних дослідженнях, оскільки має суттєві позитиви і переваги, насамперед дозволяє узгодити і концентрувати багатогранність отриманих емпіричних показників у чтку, логічну і досить компактну систему факторів. Як відомо, якраз факторно-аналітичний підхід базується



на положеннях про комплексний характер досліджуваного психологічного явища і дає можливість встановити цілісний взаємозв'язок між його окремими параметрами й ознаками. Факторний аналіз дозволив концентрувати отриману різноманітну інформацію, подану як масив певних даних і презентувати якомога більшу кількість ознак за допомогою якомога меншої кількості характеристик. Наймісткіші характеристики виявляються найістотнішими й у виокремлених факторах можна висвітлити групування, класифікацію та компактну візуалізацію отриманих даних. Досліджуване соціально-психологічне явище (у нашому випадку – економічна депривація як чинник фрустрованості людини з міграційними намірами) проявляється на рівні синтезу віддалених або тісних взаємозв'язків між найістотнішими і не дуже суттєвими ознаками.

Отож завдяки отриманим унаслідок проведення психодіагностичних методик кількісним показникам нами було здійснено факторний аналіз. Основною перевагою залученого факторного аналізу ми вважаємо те, що вдалося досягнути редукції даних (істотне зменшення кількості змінних), а також згрупувати найсуттєвіше навантаження отриманих показників. Це дозволило дотриматися принципу сумарного логічного зведення різноманіття емпірично отриманих розподілів до нормальної моделі, а також принципів системності та взаємозалежності, які сприяли тому, що дослідження якомога більшого обсягу факторів дали змогу здобути якомога точніші результати аналізу.

Завдяки факторизації (залучення процедури варімакс-обертання (Rotated Component Matrix) вдалося виокремити десять факторів, однак найбільше семантичне навантаження випало на перші чотири фактори, які розглядалися нами як основні, оскільки містили в собі найістотніші показники, що виступили своєрідними змістовими індикаторами особливостей впливу економічної депривації на фрустрованість досліджуваних потенційних мігрантів.

Констатувальний етап емпіричного дослідження відбувався завдяки залученню пакету укладених нами психодіагностичних методик (див. підрозділ 2.1.) на репрезентативній вибірці (n=268), серед яких : група «потенційних мігрантів» (n=171), які чітко заявили про свої міграційні наміри; група «стабільних (стаціонарних) жителів» (n=97), які заявили про повну відсутність міграційних намірів.

Отримані результати факторного аналізу (факторні профілі) обох груп були піддані порівняльному аналізу. Здійснене порівняння показників, які наповнили фактори у двох групах, що відрізняються за принципом міграційних намірів (бажають мігрувати – не бажають мігрувати), дало змогу встановити особливості їхньої психоемоційності й насамперед фрустрованості.

**Результати факторного аналізу виконання експериментальних завдань методик досліджуваними з групи «потенційні мігранти».**

Отож унаслідок здійснення факторного аналізу отриманих діагностичних показників нам вдалося встановити психологічні особливості впливу економічної депривації на афективність потенційних мігрантів, насамперед їхню фрустрованість.

Факторний профіль репрезентував сумарність кількісно-якісної інтерпретації всіх показників залучених методик, які піддавалися факторному аналізу.

У *перший фактор*, що умовно названий нами «**тривожно-деприваційна фрустрованість**», виокремилися такі показники : «матеріальне становище» (0,864) (за методикою «Ієрархія потреб» (модифікація І.А. Акіндінової)), «високий рівень тривожності» (0,802) (за «Методикою визначення тривожності» (Дж. Тейлор)), «дуже високий рівень соціальної фрустрованості» (0,775) (за «Методикою діагностики рівня соціальної фрустрованості» (Л. Вассерман (модифікація В. Бойка)), «тривожність» (0,741) (за тестом «Самооцінка психічних станів» (Г. Айзенк)), «базова економічна депривація» (BED) (0,698) (за «Методикою визначення

економічної депривації та її підвидів у дорослих» (Терлецька Ю.М.) та зі знаком «-» «самооцінка здоров'я» (- 0,654) (за методикою «Ваше самопочуття» (О.С. Копіна)).

Дисперсія фактора склала 9,8 %, а її внесок у сумарну дисперсію був 29,4 %.

Змістове наповнення першого фактора зумовлене функціональною семантикою тих показників, які виокремилися в ньому, тому тривожно-фрустраційні індикатори мають насамперед своє деприваційне пояснення. Суть полягає в тому, що незадоволення базових матеріальних потреб в їжі, одязі, житлі, предметах побутового вжитку тощо стимулює розлад в когнітивній та афективній сфері особистості, забарвлює її актуалгенез депресивними і тривожними тональностями. Усвідомлення неспроможності задовільнити базові потреби в достатній мірі призводить до конфліктного і кризового самоусвідомлення, зумовлює блокування життєвої активності, болісно впливає на самооцінку, самоприйняття та рівень домагань. Виокремлення показника «матеріальне становище» (0,864) (за методикою «Ієрархія потреб» (модифікація І.А. Акіндінової)) засвідчує, що досліджуваних дуже хвилює рівень задоволеності власних первинних і вторинних економічних потреб. Причому вони відчувають не тільки брак вторинних економічних потреб (соціокультурні потреби, потреби у предметах розкоші (сучасна техніка, заняття спортом, туристичні мадрівки, прикраси тощо), але навіть нестачу предметів першої необхідності, які забезпечують існування людини в соціумі, насамперед харчі, житло, одяг тощо. Негативним чинником спрацьовує ще й те, що досить складно розмежувати первинні і вторинні потреби, оскільки одні й ті ж самі життєві блага можуть виступати предметом нагальної необхідності для однієї групи людей, тобто нормальним і звичним засобом життєіснування, тоді як для іншої групи матеріально депривованіших людей вони вже можуть виступати предметом розкоші.

Унаслідок такого блокуючого вітальну активність режиму життєіснування досліджувані переживають різнопланові емоційні хвилювання, зокрема явну або латентну тривожність, пасивність і розчарування. Депресивний модус самоусвідомлення через нездатність забезпечити свої базові потреби істотно ускладнює функціонування в соціумі, породжує загальну афективну розбалансованість, що негативно впливає як на спілкування з іншими людьми, так і на інтроспекцію. Неспроможність заробляти на життя, забезпечити матеріальний комфорт і купувати потрібні речі собі та сім'ї створює гнітюче відчуття безпорадності, що дестабілізує функціонування як рівнів інтелектуального осмислення, так і емоційних реакцій на події і факти. Низька заробітна плата, безробіття, постійні інфляційні процеси та інші наслідки кризового економічного стану суспільства зумовлюють особистісне психоемоційне вигорання і виснаження, відчуття безвиході і безпорадності.

Низька фінансова спроможність, проблеми з відсутністю або орендою житла, постійне підвищення цін і комунальних платежів негативно впливають на психофізичне здоров'я, тому вичленування у першому факторі на високому статистичному рівні показника «високий рівень тривожності» (0,802) (за «Методикою визначення тривожності» (Дж. Тейлор)) якраз і виступає маркером високого рівня соціальних страхів. Високий рівень тривожності досліджуваних сигналізує про їхнє переживання через нездатність забезпечити свій соціоекономічний добробут і бісоціальне благополуччя, тому навіть на ірраціональному рівні проявляється схильність до тривоги індукованих очікувань, а також острах за майбутнє. Безперечно, підвищена тривожність породжує риси невпевненості, боязкості, надмірного самокартання, а також роздратованості, внутрішньої та міжособистісної конфліктності. Виникає дисбаланс між рівнем особистісних домагань і суворими реаліями вітчизняного економічного простору, що зумовлює істотне зниження самооцінки і підвищення рівня розчарованості у своїх можливостях та потенціалах.

Високий рівень тривожності як багатогранного особистісного утворення, яке вміщує цілу систему психодинамічних властивостей, засвідчує про певні збої як в емоційних, так і вольових, регулятивних та інших вимірах діяльності і спілкування. Звичайно ж, висока тривожність істотно позначається на «психологічному портреті» людини, прямо або опосередковано регулює її емоційні, інтелектуальні, моральні та інші вектори розвитку і спрямованості.

Вочевидь, високий рівень тривожності може виступати як стимулом, так і гальмівним чинником міграційної активності людини. Тому тривожність у плані активізації/гальмування міграційних намірів досліджуваних насамперед доцільно розглядати як наслідок їхньої реакції на негативність соціоекономічного депривування. Слід враховувати, що зростання «індексу тривожності» у досліджуваних можна пояснити і впливом макрочинників, зокрема загрозами глобального характеру (кліматичні виклики, воєнно-політичні конфлікти, фінансово-економічні кризи тощо). Важливою детермінантою виступає поляризація соціуму, адже перебування хоч і серед більшості, але на «полюсі бідності» не викликає спокою та задоволеності собою. Переживання на тлі високої тривожності значних психоемоційних перевантажень є потужним стресогенним чинником, що ускладнює адаптаційні модливості досліджувани потенційних мігрантів.

Про визначальну роль тривожності у психосвіті досліджуваних потенційних мігрантів доцільно стверджувати ще й тому, що на високому статистичному рівні проявився показник «тривожність» (0,741) (за тестом «Самооцінка психічних станів» (Г. Айзенк)). Причиною високої тривожності досліджуваних можуть бути їхні антиципаційні прогнози, щодо особливої адаптаційної складності до умов життя в еміграції, адже воно потребує навичок і досвіду орієнтування в новому динамічному й іншомовному соціумі. Потенційна неможливість здійснювати власну природню життєдіяльність за усталеними моделями бентежить і тривожить, а майже обов'язкові мовні проблеми, непорозуміння і конфлікти під час

налагодження нових зв'язків з жителями, працедавцями приймаючої країни лише посилюють загальний фон тривоги.

Іншим не менш істотним чинником, вочевидь, є страх депортації, відсутність стабільності (можливість втрати неофіційної роботи, виселення з орендованого житла, не виплати заробітної плати тощо), тобто весь той негативний психоемоційно-травмогенний спектр, що супроводжує статус «нелегальний мігрант». Потенційні мігранти зазнають блокади базової потреби в афіляції (мене там ніхто дуже не чекає, я нікому не потрібний), і потреби в безпеці (я – безправний нелегальний мігрант, робоча сила), що мимоволі налаштовує на тривожний лад.

Острах так званого «культурного шоку», який переживається майже всіма мігрантами, спроможний викликати глибоке психологічне потрясіння і бути безпосередньою причиною високої тривожності вже на етапі потенційної міграції. Вважаємо, що тривожно-фрустраційні переживання потенційних мігрантів спричинені як об'єктивно існуючими складними соціально-економічно депривуючими умовами, так і індивідуально-суб'єктивним усвідомленням відсутності можливості досягнення того рівня життя, який є в матеріально забезпечених співгромадян або громадян економічно розвинених країн. Негативне емоційне оцінювання ймовірної успішності реалізації своїх сподівань і життєвих перспектив зумовлює депресивно тривожний контекст афективного світу досліджуваних.

По суті, за результатами проведення двох методик вдалося отримати емпіричне підтвердження того, що *тривожність постає одним з домінуючих психостанів, які переживають досліджувані з міграційними намірами.*

Прояв на значущому статистичному рівні показника «дуже високий рівень соціальної фрустрованості» (0,775) виступає логічним продовженням інтерпретації високої тривожності досліджуваних. Гнітючість переживань, соціальна незахищеність і безпорадність, невизначеність щодо матеріального успіху міграції, песимістичність настрою через розлуку із сім'єю, висока міра тривожності та інші дискомфортні стани зумовлюють посилену фрустрацію.

Неспроможність задовільнити базові життєві потреби упродовж певного часу через незадовільний матеріальний стан, кепські житлово-побутові умови, низькостатусність у соціумі зумовлюють фрустраційні реакції на таку депривуючу дійсність і спонукають шукати виходу. Якраз тому *міграційні наміри можна потрактовувати як спосіб уникнення досліджуваними несприятливого і дратуючого фрустраційного тиску.*

Логічним підтвердженням такого інтепретаційного дискурсу є виокремлення на статистично значущому рівні показника «базова економічна депривація» (BED) (0,698) (за «Методикою визначення економічної депривації та її підвидів у дорослих» (Терлецька Ю.М.)). Його прояв засвідчує високу щільність бажання і активне міграційне прагнення досліджуваних уникнути деприваційного тривожно-фрустраційного контексту життєдіяльності, позбавитися від різномодальних проблем, тривог і страхів. Отож сутнісні аспекти базової економічної депривації зводяться до усвідомлення людиною відсутності або істотному обмеженні можливості задовільнити базові потреби в харчуванні, захисті, теплі, безпеці через нестачу і/або відсутність харчів, домівки, одягу, комфортних побутових умов тощо. Натомість задоволення базових потреб повертає людині відчуття комфорту, спокою, впевненості, стабільності, захищеності і насолоди життям.

Притлумлення базальної потреби в безпеці неативно впливає на самовідчуття досліджуваних, які згідно з результатами проведення авторської анкети (докладніше див. Додаток А) відзначають незадоволення відчуття фізичної безпеки через війну, підвищену криміногенність соціуму, свавілля у правовій сфері, корупцію, бюрократизм, соціальну незахищеність у сферах охорони здоров'я й освіти тощо, а також через низьку якість продуктів харчування, води, соціально-побутових умов і відпочинку.

Слід відзначити, що критеріями базової економічної депривації є не тільки матеріально-фінансові проблеми і труднощі (феноменологія бідності), які переживає людина, але і рівень її суб'єктивної задоволеності/незадоволеності існуючими соціально-економічними реаліями

та своїм матеріальним становищем у них. Тому на рівні прояву показника «базова економічна депривація» *прочитується усвідомлене незадоволення досліджуваних дискомфорно-обмежувальним макро- і мікрокліматом власного життя існування та налаштованість на пошук шляхів вирішення цієї принизливої і несправедливої ситуації.*

Зазначимо, що показник «самооцінка здоров'я» (- 0,654) (за методикою «Ваше самопочуття» (О.С. Копіна)) проявився зі знаком «-». Він засвідчує, що тривожно-фрустраційний супровід життєдіяльності досліджуваних, обтяжений і зумовлений чинниками економічної депривації (насамперед базової економічної депривації), дається взнаки на рівні психофізичного здоров'я. Однак вони переживають це на латентному «підсвідомому» рівні, не звертаючи особливої уваги під час самоосмислення/самооцінювання, оскільки перебувають в ускладнених психостанах на етапі дуже важливої екзистенційної кризи внаслідок численних соціально-економічних обмежень.

До **другого фактора**, названого нами **«невротично-деприваційна фрустрованість»**, увійшли такі показники : «фрустрація (фрустрованість)» (0,816) (за тестом «Самооцінка психічних станів» (Г. Айзенк)), «потреба в пошані від інших» (0,779) (за методикою «Ієрархія потреб» (модифікація І.А. Акіндінової)), «високий рівень невротизації» (0,745) (за «Методикою діагностики рівня невротизації» (за Л. Вассерманом)), «нормативна економічна депривація» (NED) (0,692) (за «Методикою визначення економічної депривації та її підвидів у дорослих» (Терлецька Ю.М.)) та зі знаком «-» «потреба в міжособистісних стосунках» (- 0,763) (за методикою «Ієрархія потреб» (модифікація І.А. Акіндінової)).

Дисперсія другого фактора склала 8,7 %, а її внесок у сумарну дисперсію був 22,6 %.

Виокремлені до другого фактора показники виступають найтипівішими і найважливішими індикатори, що характерні досліджуваним, а також репрезентують їхній актуальний афективний репертуар. Невротично-фрустраційне самопочуття, детерміноване таким мегачинником як



економічна депривація, проявляючись на рівні численних переживань через матеріальні труднощі, постає чи не основною підставою песимістичного й апатійного погляду на світ. Прояв показника «фрустрація (фрустрованість)» (0,816) (за тестом «Самооцінка психічних станів» (Г. Айзенк)) концентрує відображення цілого спектру негативних емоцій, які віднаходять своє вираження в загальному притлумленні психофізичної активності досліджуваних, зокрема у станах гнітючого очікування, невизначеності, безпорадності, безнадійності тощо. Фрустрація як базальний негативний психостан на рівні особистісної афективності засвідчує амбівалентність і розгубленість через неспроможність досягнення поставленої мети і висвітлює переживання марності очікувань і сподівань на успіх міграції.

Вичленування показника «потреба в пошані від інших» (0,779) (за методикою «Ієрархія потреб» (модифікація І.А. Акіндінової)) підтверджує, що і міграційні наміри, і фрустрація внаслідок цього спричинені не в останню чергу тим, що досліджувані через власний низький матеріальний стан переживають численні статусно-рольові проблеми, які засвідчують нагальність особистісно-соціального самоствердження і самоототожнення. Переживання через явну або/і ймовірну відсутність поваги з боку інших уявляється як особистісна поразка, що пригнічує потенціали й загальну життєву активність. Маркування себе в статусі «бідняка», «соціального аутсайдера», «невдахи» зумовлює розбалансування афективних реакцій на мікро- і макросоціум і може проявлятися в гострих розладах і перепадах настрою, спілкування тощо.

Прояв показника «високий рівень невротизації» (0,745) (за «Методикою діагностики рівня невротизації» (за Л. Вассерманом)) є логічним підтвердженням як загального деприваційно-фрустраційного тону досліджуваних, так і підтверджує блованість переживання ними соціальної значущості через брак пошани від інших.

Як відомо, людям з високою невротизацією притаманні виражена емоційна збудливість, внаслідок якої цілком закономірними є прояви низки

негативних переживань, насамперед неспокою, тривожності, роздратованості тощо. Високий рівень невротизації досліджуваних засвідчує про їхню підвищену емоційну лабільність, загострену вразливість, загальне афетивне вигорання і втому. Також характерною ознакою досліджуваних з високим рівнем невротизації постає безініціативність, яка маніфестує незадоволення бажань, драматизацію дійсності, а іноді навіть вситуває симптомом їхньої іпохондрійної фіксації на власних соматичних відчуттях та особистісних недоліках. Звичайно, що цілком реальними постають труднощі в комунікації з іншими, особистісна невпевненість, соціальна боязкість і полізалежність. Вочевидь, якраз цим і пояснюється, що показник «потреба в міжособистісних стосунках» ( $-0,763$ ) (за методикою «Ієрархія потреб» (модифікація І.А. Акіндінової)) проявився зі знаком « $-$ ». Маючи необхідність у підтримці інших (рідних, близьких, друзів), потенційні мігранти блокують і маскують потребу у взаєминах, сподіваючись на власний психоенергетичний ресурс, який внаслідок тривожності, фрустрованості, підвищеної невротичності виявляється досить виснаженим.

Фрустраційне усвідомлення неспроможності досягнути значущих життєво комфортних рівнів і цілей, переживання симптомів комплексу меншовартості, постійне напруженення, острах розчарувань зумовлюють прояв сивогого рівня невротизації. Межуючи з депресивністю і тривожністю, фрустрованістю і втратою віри в свої позитивні і значущі ролі і статуси, невротизація потенційних мігрантів досягає високих рівнів прояву як на рівні розбалансованої поведінки, так і у вимірах неадекватного самооцінювання та самоусвідомлення. Несприятливість і загрозовість соціодовкілля, надмір матеріальних труднощів і проблем, нестача коштів на задоволення основних життєвих потреб себе і своєї сім'ї породжує як очікування чогось неприємного і дратівливого (фрустраційна складова), так і підвищене нервово-психічне напруження (невротична складова).

Зазначимо, що прояв у цьому факторі показника «нормативна економічна депривація» (NED) ( $0,692$ ) (за «Методикою визначення економічної

депривації та її підвидів у дорослих» (Терлецька Ю.М.)) підтверджує, що тривожність, фрустрованість, невротичність та інші дискомфортні психостани генеруються насамперед обмеженням матеріальних можливостей самореалізації, тобто реаліями нестабільного економічно-деприваційного повсякдення. Семантичне наповнення цього показника полягає в тому, що людина відчуває перманентний стан повної відсутності або істотної обмеженості можливостей для задоволення потреб в охороні свого здоров'я, в задоволенні освітніх запитів, у транспортних засобах, у сучасних технічних приладах, у дотриманні екологічних нормативів тощо. Потенційні мігранти беззаперечно детерміновані й мотивовані якраз насамперед соціально-економічною депривацією, тому, якщо у першому факторі проявився показник «базова економічна депривація» (BED) (0,698) (за «Методикою визначення економічної депривації та її підвидів у дорослих» (Терлецька Ю.М.)), то в другому на високому статистичному рівні зауважуємо прояв показника, який маркує інший вид – нормативну депривацію. Нестача ресурсів для задоволення таких важливих соціальних потреб як освітні та здоров'язберігальні насамперед стимулюють як констатований вище негативний емоційний спектр реагування, так і пригнічує, або активізує міграційну налаштованість досліджуваних.

У *третій фактор*, який ми умовно назвали «**відносно економічно-деприваційна агресивність**», вичленувалися такі показники : «відносна економічна депривація» (VED) (0,887) (за «Методикою визначення економічної депривації та її підвидів у дорослих» (Терлецька Ю.М.)), «потреба в самореалізації» (0,793) (за методикою «Ієрархія потреб» (модифікація І.А. Акіндінової)), «незадовільна (висока ймовірність зривів, необхідне додаткове консультування в невропатолога або психіатра) нервово-психічна стійкість» (0,713) (за «Методикою визначення рівня нервово-психічної стійкості (анкета «Прогноз»))» (за В. Бодровим)), «агресивність» (0,697) (за тестом «Самооцінка психічних станів» (Г. Айзенк)

та зі знаком «←» «шкала задоволеності життям у цілому» (– 0,712) (за методикою «Ваше самопочуття» (О.С. Копіна)).

Дисперсія третього фактора склала 7,5 %, а її внесок у сумарну дисперсію був 18,9 %.

Добірка виокремлених показників засвідчує, що для соціо- і психогенези досліджуваних, а також для підсилення їхньої міграційної налаштованості, вкрай важливою є відносна депривація. Повсякденне відчуття своєї бідності й фінансової неспроможності, що виникає внаслідок порівняння себе (безробітного, трудягу з низькою зарплатою, мешканця зйомної квартири, власника однокімнатної квартири в занедбаній «хрущівці», власника старенького і пошарпаного автомобіля тощо) з матеріально забезпеченими людьми (багатими сусідами з розкішного особняка на дорогому автомобілі, успішними бізнесменами – колишніми «однокласниками-трійочниками» тощо) зумовлює переживання рис і симптомів комплексу невдахи і соціального аутсайдера.

Як відомо, відносна економічна депривація найчастіше появляється унаслідок неспроможності людини задовільнити свої матеріальні запити і потреби насамперед через порівняння себе з іншими багатшими членами соціуму. По суті, відносна депривація зводиться до усвідомлення бідною людиною тої гігантської та несправедливої (на її думку) відстані, що пролягає між нею та багатими людьми (які до того ж досить часто видаються такими, що несправедливо, незаконно, випадково, нечесно досягнули свого високого матеріального статку й не заслуговують його). Болісний розрив між суб'єктивними оцінками свого несправдливо низького матеріального стану і статусу, що має місце у даний час, і тим, що людина хотіла б мати, виходячи із самооцінки власних можливостей, здібностей і потенціалів.

Слід зазначити, що особливо гостро і травмогенно спрацьовує відносна депривація якраз тоді, коли матеріально незабезпечені люди проживають або працюють поруч або знайомі в минулому з тими, хто має високі матеріальні статки. Отож виокремлення на високому статистично значущому рівні

показника «відносна економічна депривація» (VED) (0,887) (за «Методикою визначення економічної депривації та її підвидів у дорослих» (Терлецька Ю.М.)) констатує негативний і деструктивний вплив таких відчуттів і переживань, які в контексті ускладненого матеріального стану досліджуваних спонукають їх до надмірного психоемоційного вигорання і виснаження через порівняння себе з «незаслужено» багатими й успішними.

До речі, відзначимо, що показник «відносна економічна депривація» (VED) (0,887) проявився на найвищому статистично значущому рівні порівняно з іншими показниками цього спектру й цієї методики, які проявилися у першому факторі – «базова економічна депривація» (BED) (0,698) та другому факторі – «нормативна економічна депривація» (NED) (0,692). Виходячи з цього можемо стверджувати, що *на тлі загального негативного впливу економічної депривації на психосвіт потенційних мігрантів усе ж таки найбільше значення має відносна депривація, тобто порівняння себе як матеріально незадоволеної людини з іншими багатшими співгромадянами.*

Відносно економічна деприваційна складова посідає знакове місце в системі визначальних детермінант життєіснування і налаштованості потенційних мігрантів, а внаслідок блокування і неспроможності задовільнити й покращити свій матеріально-фінансовий стан у «несправедливих» соціально-економічних умовах породжує в них агресивність (вичленування в цьому факторі показника «агресивність» (0,697) (за тестом «Самооцінка психічних станів» (Г. Айзенк)). Гнітючо-фрустраційне усвідомлення неправильного (з погляду відносно економічно депривованих досліджуваних) розподілу соціальних і матеріальних (а отже й культурно-духовних, відпочинкових, здоров'язберігальних та ін.) благ стимулює підвищення індексу соціальної агресивності.

Міграційні наміри досліджуваних можуть бути посилені якраз чинником негативного й дратівливого впливу відносно економічної депривації, а, узагальнивши, можемо припускати, що міграція (навіть потенційна) виступає

своєрідним сублімаційним каналом вивільнення соціальної агресії матеріально незадоволених людей, які через неспроможність заробити достатню кількість коштів для нормального життєіснування обирають виїзд (або намір виїхати) в інші країни на заробітки.

Виокремлення показника «потреба в самореалізації» (0,793) (за методикою «Ієрархія потреб» (модифікація І.А. Акіндінової)) засвідчує, що досліджувані мають цю потребу серед домінуючих і прагнуть реалізувати себе в позитивно поціновуваних і матеріально оцінених соціальних ролях і статусах, однак в нестабільних соціально-економічних умовах нашого трансформаційного суспільства, яке до того ж перебуває у стані війни (АТО/ООС), їм це не вдається, тому й налаштовані на міграцію. Спроможість пізнати себе, реалізувати своє покликання, здійснити свої наміри і бажання видаються можливими для досліджуваних насамперед лише за кордоном, а не в умовах економічно депривуючого соціуму.

Потреба в самореалізації виступає базальною потребою, оскільки сигналізує про бажання людини зберегти своє Я та піднятися «соціальними ліфтами» для того, щоб цілісно і багатогранно відбутися в схвалюваних і поціновуваних ролях і статусах. Вроджені й набуті особистісні риси, життєво-мобілізаційні ресурси і резервні можливості людини як «соціального організму», що забезпечували її функціонування навіть у несприятливих умовах кризового суспільства, через економічну депривацію шукають свого вирішення й реалізації в міграційних намірах. Оскільки силове економічно деприваційне поле блокує особистісне самовираження, то міграція видається досліджуваним єдиним логічним шляхом уникнути його негативів та реалізувати себе за його межами – за кордоном в іншій країні.

Такий дискомфортний стан справ підтверджується ще й проявом показника «незадовільна (висока ймовірність зривів, необхідне додаткове консультування в невропатолога або психіатра) нервово-психічна стійкість» (0,713) (за «Методикою визначення рівня нервово-психічної стійкості (анкета «Прогноз»))» (за В. Бодровим)). Нервово-психічна нестійкість зумовлена

підвищеною стресогенністю досліджуваних через відчуття неспроможності забезпечити себе і власну сім'ю, через тривожно-фрустраційні очікування успішності або невдачливості результатів міграції, через проблеми розлуки з рідними й хоч і депривуючим, але все ж таки усталеним і звичним темпом і ритмом життєдіяльності.

Зазвичай людям з незадовільною нервово-психічною стійкістю притаманні висока ймовірність емоційно-поведінкових зривів, розладнання вольових зусиль, розбалансування концентрації, зниження особистісного самоконтролю, а також симптоми страху й тривожності, пасивності і стереотипності поведінки, підвищеної навіюваності тощо. У такому стані досить частими можуть бути прояви хаотичності поведінки, надто часті і бурхливі афективні реакції на будь-які фрустратори або інші дратівливі негативні імпульси. Невмотивоване занепокоєння пригнічує здатність до прийняття правильних і адекватних творчих рішень, натомість стимулює збудливість і боротьбу мотивів, тому міграційна налаштованість досліджуваних піддається численним випробуванням і сумнівам. Нервово-психічна нестійкість спричинена також негативно-звинувачувальним ставленням досліджуваних до реалій свого актуалгенезу та по суті виступає своєрідною «пом'якшеною» формою неврозу. Звичайно, *все це супроводжується підвищеним рівнем тривожно-фрустраційного фону, посиленого високою агресивністю, що набуває типових ознак емоційного дистресу.*

На тлі такого ускладненого невротичного й агресивного самовідчуття, детермінованого несприятливим впливом економічної депривації, цілком зрозумілим видається вичленування показника «шкала задоволеності життям у цілому» (– 0,712) (за методикою «Ваше самопочуття» (О.С. Копіна)) зі знаком «–». Бажання відчувати задоволення від власної життєдіяльності притлумлюються незадовільним афективним супроводом (тривожність, фрустрованість, агресивність, невротичність тощо) і наслідками депривації

та налаштовують на віднайдення виходу для покращання стану справ у варіанті потенційної (або й справжньої) міграції.

**Четвертий фактор** за умовною назвою «**психосоціально-стресова фрустрованість**» наповнили такі показники : «екстенсивне нервово-психічне напруження» (0,783) (за «Опитувальник нервово-психічної напруги (НПН)» (Т.А. Немчин)), «потреба в безпеці» (0,752) (за методикою «Ієрархія потреб» (модифікація І.А. Акіндінової)), «шкала психосоціального стресу» (0,690) (за методикою «Ваше самопочуття» (О.С. Копіна)), «підвищений рівень фрустрованості» (0,677) (за «Методикою діагностики рівня соціальної фрустрованості» (Л. Вассерман (модифікація В. Бойка)) та зі знаком «←» «ригідність» (– 0,654) (за тестом «Самооцінка психічних станів» (Г. Айзенк)).

Дисперсія четвертого фактора склала 4,5 %, а її внесок у сумарну дисперсію був 9,7 %.

Крізь призму якісної інтерпретації попередніх трьох факторів і в тісному логічному зв'язку з їхнім змістово-семантичним наповненням доцільно розглядати виокремлені показники четвертого фактора. Підтвердженням високого невротично-фрустраційного тла, характерного досліджуваним, є насамперед прояв показника «підвищений рівень фрустрованості» (0,677) (за «Методикою діагностики рівня соціальної фрустрованості» (Л. Вассерман (модифікація В. Бойка)). Фрустрація (фрустрованість) наскрізно пронизують міграційні наміри досліджуваних, що видається насамперед впливом невизначеності та невідомості.

Синтез дискомфортних зовнішніх і внутрішньопсихологічних чинників, які зумовлюють життєвий світ досліджуваних, прочитується завдяки прояву показника «екстенсивне нервово-психічне напруження» (0,783) (за «Опитувальником нервово-психічної напруги (НПН)» (Т.А. Немчин)). Постійне очікування інформації, надмір або брак достовірних фактів про позитиви і негативи міграції за кордон, тиск соціально не облаштованих праці й побуту, а також інші детермінанти зумовлюють нервово-психічні



перевантаження та несприятливо і дискомфортно впливають на самопочуття досліджуваних.

Звичайно, екстенсивний характер нервово-психічного напруження потребує перебудови адаптаційної системи організму, однак прояв показника «шкала психосоціального стресу» (0,690) (за методикою «Ваше самопочуття» (О.С. Копіна)) лише посилює і підтверджує негативну гаму афективності досліджуваних. Їхня індивідуальна стрес-реактивність в умовах економічної депривації проявляється на рівні незадоволення і глибокого розчарування, що сигналізує про втрату надій і песимістичність очікувань покращання. Найчастіше особистісна реактивність на психоемоційний стрес проявляється або в уникненні, або в агресивності.

Як зауважуємо з прояву ще у третьому факторі показника «агресивність» досліджувані можуть віддавати перевагу якраз такій формі реакції на психосоціальний стрес. До того ж констатуємо прояв показника «потреба в безпеці» (0,752) (за методикою «Ієрархія потреб» (модифікація І.А. Акіндінової)), що лише підтверджує міркування про те, що *досліджувані через високу щільність економічно-деприваційного тиску відчують підвищений рівень фрустрованості, екстенсивне нервово-психічне напруження, високий рівень психосоціального стресу, оскільки прагнуть заштити себе і свою сім'ю від таких соціальних негараздів.*

Загальна невротична розбалансованість, досить низька опірність різноманітним стресорам розбалансовують афективність потенційних мігрантів, тому, проходячи стадії тривоги, напруження, очікування, а також опору й резистентності, вони здебільшого відчують негативний вплив якраз стадії виснаження й дезадаптації. Невизначеність щодо успіху міграції, складнощі і поразки (дорожнеча і марудність оформлення міграційних документів, відмови у відкритті візи тощо) можуть виникати своєрідними провокаторами підвищеної стресогенності досліджуваних та надавати стресові хронічності.

Загострена психосоціально-стресова фрустрованість породжує невпевненість і безсилля, а також може налаштовувати потенційних мігрантів на думки про неможливість змінити кризову ситуацію, що загалом може проявитися у відсутності усвідомленого контролю за подіями та вплинути на спроможність приймати відповідальні рішення і швидко змінювати тактики і стратегії своєї поведінки. Зазначимо, що показник «ригідність» ( $-0,654$ ) (за тестом «Самооцінка психічних станів» (Г. Айзенк)) виокремився зі знаком « $-$ ». Як відомо, ригідність проявляється насамперед у повільній зміні і певній зашкарублості власних уявлень в ситуації необхідності щось змінювати в умовах діяльності або життя загалом. В емоційному плані вона проявляється у млявості, заляккості, скованості емоцій і почуттів, що впливає на гнучкість та інертність поведінкової мотивації. Вважаємо, що прояв у досліджуваних ригідності зі знаком « $-$ » істотним чином пояснюється насамперед несприятливим тиском дискомфортних умов соціально-економічної депривації

У табл. 2.1. зведено дані про розподіл факторних навантажень показників виконання всіх психодіагностичних методик досліджуваними групи «потенційні мігранти» ( $n=171$ ).

*Таблиця 2.1*

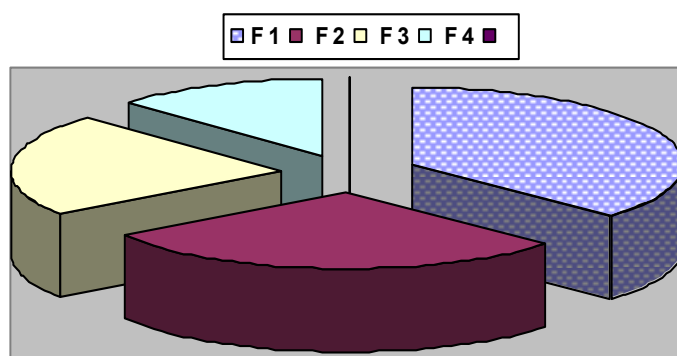
**Розподіл факторних навантажень показників виконання психодіагностичних методик досліджуваними групи «потенційні мігранти» ( $n=171$ )**

Показники психодіагностичних методик	Фактори (F)			
	1	2	3	4
	Тривожно-деприваційна фрустрованість	Невротично-деприваційна фрустрованість	Відносно економічно-деприваційна агресивність	Психосоціально-стресова фрустрованість
«матеріальне становище»	0,864			

«високий рівень тривожності»	0,802			
«дуже високий рівень соціальної фрустрованості»	0,775			
«тривожність»	0,741			
«базова економічна депривація» (BED)	0,698			
«самооцінка здоров'я»	- 0,654			
«фрустрація (фрустрованість)»		0,816		
«потреба в пошані від інших»		0,779		
«високий рівень невротизації»		0,745		
«нормативна економічна депривація» (NED)		0,692		
«потреба в міжособистісних стосунках»		- 0,763		
«відносна економічна депривація»			0,887	
«потреба в самореалізації»			0,793	
«незадовільна (висока ймовірність зривів, необхідне додаткове консультування в невропатолога або психіатра) нервово-психічну стійкість»			0,713	
«агресивність»			0,697	
шкала задоволеності життям у цілому»			-0,712	
«екстенсивне нервово-психічне напруження»				0,783
«потреба в безпеці»				0,752

«шкала психосоціального стресу»				0,690
«підвищений рівень фрустрованості»				0,677
«ригідність»				- 0,654

Результати розподілу власних значень дисперсії чотирьох основних виокремлених факторів проілюстровано на рис. 2.1.



**Рис. 2.1. Розподіл власних значень дисперсії виокремлених чотирьох основних факторів («потенційні мігранти») (n=171) (%)**

**Примітка:** перший фактор (F 1) «тривожно-деприваційна фрустрованість»; другий фактор (F 2) «невротично-деприваційна фрустрованість»; третій фактор (F 3) «відносно-економічно-деприваційна агресивність»; четвертий фактор (F 4) «психосоціально-стресова фрустрованість».

Відсоткове накопичення сумарної дисперсії чотирьох основних факторів, на які припало найбільше семантичне навантаження, дало можливість здійснити констатацію і повномірний опис сукупності отриманих даних на статистично достовірному рівні.

Ми виходили з позицій про те, що чим більший відсоток дисперсії пояснює сутність певного фактора, то тим він і є значущішим, оскільки узагальнює суть діагностованого явища. Заодно така процедура дозволила зафіксувати включення в певний фактор якомога більшої кількості залежних змінних, а це в свою чергу дало змогу багатоманітної інтерпретації досліджуваних параметрів.

Завдяки статистичній обробці отриманих даних вдалося встановити процент дисперсії кожного з чотирьох основних факторів, а також її внесок до сумарної дисперсії. Сумарна дисперсія така : перший фактор – 28,4 %; другий фактор – 21,6 %; третій фактор – 16,9 %; четвертий фактор – 9,7 %. Зазначимо, що чотири фактори пояснюють 76,6 % загальної дисперсії.

Отож на підставі сумарної кількісно-якісної інтерпретації чотирьох основних вичленуваних факторів можна зробити таку *узагальнену презентацію факторного профілю досліджуваних потенційних мігрантів* : їм притаманне тривожно-деприваційно фрустроване (F1), невротично-деприваційно фрустроване (F2), відносно економічно-деприваційно агресивне (F3) та психосоціально-стресово фрустроване (F1) афективне ставлення до умов, що спричиняють і супроводжують їхні міграційні наміри.

З метою якомога ширшого і детальнішого проникнення в сутнісні аспекти досліджуваного феномена нами було здійснено факторний аналіз показників виконання експериментальних завдань застосованого нами пакету методик досліджуваними з групи «стабільні (стаціонарні) жителі» (n=97), які чітко заявили про відсутність міграційних намірів та небажання стати потенційними мігрантами.

**Результати факторного аналізу виконання експериментальних завдань методик досліджуваними з групи «стабільні (стаціонарні) жителі».**

У *перший фактор*, що умовно названий нами «агресивно-тривожна безпековість», виокремилися такі показники : «потреба в безпеці» (0,880) (за методикою «Ієрархія потреб» (модифікація І.А. Акіндінової)), «агресивність» (0,814) (за тестом «Самооцінка психічних станів» (Г. Айзенк), «задовільна (зриви можливі в екстремальних ситуаціях) нервово-психічна стійкість» (0,746) (за «Методикою визначення рівня нервово-психічної стійкості (анкета «Прогноз»)» (за В. Бодровим)), «вище середнього рівень тривожності» (0,623) (за «Методикою визначення тривожності» (Дж. Тейлор)),

«самооцінка здоров'я» (0,600) (за методикою «Ваше самопочуття» (О.С. Копіна)).

Дисперсія фактора склала 9,9 %, а її внесок у сумарну дисперсію був 28,8 %.

Вичленування такого набору показників засвідчує, що досліджуваним притаманні тенденції забезпечення базальної потреби свого захисту, власної безпеки, причому в процесі цього вони переживають агресивність і тривожність. Проживаючи у суспільстві з нестабільною політичною та економічною ситуацією, в умовах воєнних дій на Сході держави, громадяни закономірно загострено переживають потребу в безпеці. Про острах досліджуваних за спокійне і забезпечене життя, мир і спокій у сім'ї та країні нагально сигналізує виокремлення на високому статистичному рівні значущості показника «потреба в безпеці» (0,880) (за методикою «Ієрархія потреб» (модифікація І.А. Акіндінової)). Глобальні загрози кліматично-екологічного, воєнного та іншого походження, масштабні політичні й соціально-економічні трансформації, зростання соціальної девіантності (тероризм, злочинність, наркоманія тощо), зумовлюють напружене поле життєдіяльності пересічної людини, тому особливо актуальною постає потреба захистити свій особистісно-сімейний простір. Як одна з базисних і першочергових потреб безпековість потребує усунення загроз виживанню та ствердження цінностей, які захищають інтереси людини. Самозбереження, виживання і розвиток постають тими консолідуючими напрямками, які забезпечують отно- і соціогенез досліджуваних та їх сімей. Надмір тривожних сигналів про небезпеку, які отримують досліджувані з різних джерел інформації, насамперед із ЗМІ, посилює їхні переживання за безпеку свого мікро- і макросоціуму. По суті, в пріоритеті зауважуємо домінування вітальних цінностей, пов'язаних з особливою значущістю цінності безпеки за сім'ю, здоров'я, матеріальний добробут і комфорт.

Зазначимо, що досліджувані намагаються не пасивно і конформно піддаватися тискові різних загроз, байдуже уникати соціальних потрясінь і

загроз, а налаштовані активно боротися і відстоювати свою безпеку. Вичленування показника «агресивність» (0,814) (за тестом «Самооцінка психічних станів» (Г. Айзенк) підкреслює бажання відстоювати мир і спокій навіть за допомогою агресії та відсічі. Агресивність, проявляючись як спалахи гніву й імпульсивні реакції на конфлікт, загрозу, фрустрацію, небезпеку з боку несприятливого соціуму, є типовим психостаном досліджуваних. Звичайно, в гуманістичному річищі потрактуємо це як керована агресивність, тобто намагання вирішити конфліктні ситуації, які зачепили інтереси, щоб продемонструвати так звану «розумну твердість». Запальність, уразливість, імпульсивність, безкомпромісність, нетерпимість є супутниками агресивності, тому їхній активний прояв може зашкодити налагодженню толерантної взаємодії в соціумі.

Безперечно, агресивність є в першу чергу відображенням внутрішнього неспокою та неблагополуччя, а також сигналізує про неспроможність і невміння адекватного реагування на соціодовкілля. Зростання «індексу агресії», вочевидь, має і латентну деприваційну причину, оскільки людям нестабільного соціуму здається, що вони знедолені, обділені (іншими, державою), а тому намагаються завоювати своє «місце під сонцем» будь-якими способами і засобами, зокрема вербальною або й інструментальною агресією. Проте виокремлення показника «задовільна (зриви можливі в екстремальних ситуаціях) нервово-психічна стійкість» (0,746) (за «Методикою визначення рівня нервово-психічної стійкості (анкета «Прогноз»)» (за В. Бодровим)) дещо знижує «звучання» показника «агресивність». Досліджувані проявляють задовільний рівень нервово-психічної напруженості і стійкості, а отже зриви у варіанті агресивності можливі лише в особливих випадках як протистояння гострій і прямій небезпеці й загрозі.

Водночас показник «вище середнього рівень тривожності» (0,623) (за «Методикою визначення тривожності» (Дж. Тейлор)) засвідчує про складність афективного психосвіту досліджуваних, тобто попри

задовільність нервово-психічної стійкості агресивність і тривожність притаманні поведінці досліджуваних. Тривожність є вище середнього рівня, тобто не є дуже високою, однак разом з агресивністю має можливість зміститися до істотних або й небезпечних способів прояву.

Зауважуємо й позитивні тенденції, зокрема прояв у цьому факторі показника «самооцінка здоров'я» (0,600) (за методикою «Ваше самопочуття» (О.С. Копіна)) висвітлює бажання досліджуваних не лише оцінювати своє психофізичне здоров'я, але й мати його і дбати за нього. Емоційно насичені позитивні уявлення про себе і власне здоров'я дозволяють мати просоціальні інтенції та вірити у кращі взаємини з людьми та в покращання стану справ з «оздоровленням» нашого трансформаційного суспільства.

До **другого фактора («матеріально-стресова ригідність»)** вичленувалися такі показники : «матеріальне становище» (0,899) (за методикою «Ієрархія потреб» (модифікація І.А. Акіндінової)), «ригідність» (0,783) (за тестом «Самооцінка психічних станів» (Г. Айзенк)), «помірний рівень фрустрованості» (0,709) (за «Методикою діагностики рівня соціальної фрустрованості» (Л. Вассерман (модифікація В. Бойка)), «шкала психосоціального стресу» (0,545) (за методикою «Ваше самопочуття» (О.С. Копіна)) та зі знаком «-» «задовільна (зриви можливі в екстремальних ситуаціях) нервово-психічна стійкість» (- 0,710) (за «Методикою визначення рівня нервово-психічної стійкості (анкета «Прогноз»))» (за В. Бодровим)).

Дисперсія фактора склала 8,9 %, а її внесок у сумарну дисперсію був 23,4 %.

Вилаштувана композиція показників другого фактора засвідчує, що в сучасних складних соціально-економічних умовах для досліджуваних вкрай важливим є чинник матеріального благополуччя, що, до речі, тісно узгоджується з показником першого фактора «потреба і безпеці». Досліджувані заявили про відсутність у себе міграційних настроїв і мають наміри жити і працювати у своїй державі. Виокрелення на високому статистично значущому рівні показника «матеріальне становище» (0,899) (за



методикою «Ієрархія потреб» (модифікація І.А. Акіндінової)) лише підтверджує істотну вагу матеріальної складової. Безперечно, в умовах нестабільності матеріальне становище влаштовує дуже не багатьох людей, тому досліджувані здебільшого переживають певну ригідність (показник «ригідність» (0,783) (за тестом «Самооцінка психічних станів» (Г. Айзенк)) як наслідок певної скованості, нерішучості, невпевненості через «матеріальну неконгруентність» із високо матеріально забезпеченими.

Подібним чином можна пояснити і помірний (але все ж притаманний) рівень соціальної фрустрації (показник «помірний рівень фрустрованості» (0,709) (за «Методикою діагностики рівня соціальної фрустрованості» (Л. Вассерман (модифікація В. Бойка)), і переживання певної стресогенності навколишньої дійсності та власного психосоціального стресу внаслідок її негативного впливу (показник «шкала психосоціального стресу» (0,690) (за методикою «Ваше самопочуття» (О.С. Копіна)). Неприятливі соціально-економічні детермінанти зумовлюють ускладненість функціонування афективності досліджуваних, тому зауважуємо в них прояви і фрустрованості, і стресовості, що проявляється в ригідності й підвищеній стурбованості власним матеріальним станом. Як наслідок показник «задовільна (зриви можливі в екстремальних ситуаціях) нервово-психічна стійкість» (- 0,710) (за «Методикою визначення рівня нервово-психічної стійкості (анкета «Прогноз»)) (за В. Бодровим)) проявився зі знаком «-» .

**Третій фактор** за умовною назвою «**середньо-тривожна самореалізація**» наповнили такі показники : «середній рівень тривожності» (0,787) (за «Методикою визначення тривожності» (Дж. Тейлор)), «потреба в самореалізації» (0,711) (за методикою «Ієрархія потреб» (модифікація І.А. Акіндінової)), «низький рівень невротизації» (0,598) (за «Методикою діагностики рівня невротизації» (за Л. Вассерманом)) та зі знаком «-» «шкала задоволеності основних життєвих потреб» (- 0,633) (за методикою «Ваше самопочуття» (О.С. Копіна)).

Дисперсія фактора склала 7,8 %, а її внесок у сумарну дисперсію був 18,2%.

Унаслідок якісної інтерпретації показників цього фактора зауважуємо, що тривожність в явних або латентних формах усе ж притаманна досліджуваним – за «Методикою визначення тривожності» (Дж. Тейлор)) проявився «середній рівень тривожності» (0,787), однак фіксуємо, що у першому факторі за цією ж методикою проявився і показник «вище середнього рівень тривожності» (0,623).

Відзначимо, що досліджувані мають потребу в самореалізації (показник «потреба в самореалізації» (0,711) (за методикою «Ієрархія потреб» (модифікація І.А. Акіндінової)), прагнуть досягнути поставлених цілей, оволодіти певною метою, реалізувавши сутнісне покликання до самоперетворення і самотворення. Які відомо, людина не стільки не протистоїть світові, скільки перебуває в ньому і намагається завдяки власній активності реалізувати себе в його ціннісних та інших вимірах. Досліджувані проявляють готовність завдяки наполегливій і творчій праці здобути успіх, тобто за допомогою власної діяльності досягнути (за С.Максименком) відкриття (розпредметнення) нових якостей і перспектив.

Про хисткість і невпевненість у матеріальному добробуті, який дуже складно захистити у складному трансформаційному соціумі, засвідчує прояв зі знаком «–» показника «шкала задоволеності основних життєвих потреб» (– 0,633) (за методикою «Ваше самопочуття» (О.С. Копіна)). Досліджувані хочуть відчувати спокій і захищеність щодо задоволеності базових матеріально-фінансових, побутових, здоров'язберігальних та інших потреб і зручностей, однак на латентному рівні відчують деяку невпевненість у цьому.

До *четвертого фактора* за умовною назвою «**помірно-екзистенційна задоволеність**» увійшли такі показники : «потреба в міжособистісних стосунках» (0,755) (за методикою «Ієрархія потреб» (модифікація І.А. Акіндінової)), «помірне або інтенсивне нервово-психічне напруження»

(0,670) (за «Опитувальником нервово-психічної напруги (НПН)» (Т.А. Немчин)), «шкала задоволеності життям у цілому» (0,594) (за методикою «Ваше самопочуття» (О.С. Копіна)) та зі знаком «-» «шкала задоволеності умовами життя» (- 0,692) (за методикою «Ваше самопочуття» (О.С. Копіна)).

Дисперсія фактора склала 5,1 %, а її внесок у сумарну дисперсію був 10,1%.

Функціональна семантика виокремлених у цей фактор показників засвідчує загальну задоволеність досліджуваних тим, як вони проживають в актуальному просторі і часі свого індивідуально-особистісного й соціального буття. Досліджувані прагнуть спілкування, активної взаємодії з іншими (показник «потреба в міжособистісних стосунках» (0,755) (за методикою «Ієрархія потреб» (модифікація І.А. Акіндінової)).

Правда, налагодження комунікативно-перцептивних взаємин з іншими людьми їм дається з певною напругою (прояв показника «помірне або інтенсивне нервово-психічне напруження» (0,670) (за «Опитувальником нервово-психічної напруги (НПН)» (Т.А. Немчин)), однак загаломна рівні самопочуття не фіксується якихось особливих зривів чи дисбалансів.

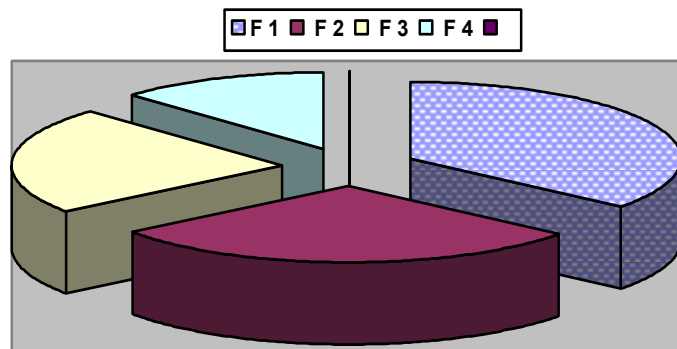
Зазначимо, що за методикою «Ваше самопочуття» (О.С. Копіна) проявився показник «шкала задоволеності життям у цілому» (0,594), який виступає своєрідним узагальненням помірної задоволеності життям (а отже й відсутністю міграційних намірів). Варто зауважити, що все ж таки показник «шкала задоволеності умовами життя» (- 0,692) (за методикою «Ваше самопочуття» (О.С. Копіна)) проявився зі знаком «-», тобто будучи загалом задоволеними, досліджувані все ж розуміють, що умови життя є не найкращими і потребують змін.

**Розподіл факторних навантажень показників виконання  
психодіагностичних методик досліджуваними з групи «стабільні  
(стаціонарні) жителі» (n=97)**

Показники психодіагностичних методик	Фактори (F)			
	1 Агресивно- тривожна безпеко- вість	2 Матеріа- льно- стресова ригідність	3 Середньо- тривожна самореалі- зація	4 Помірно- екзистен- ційна задоволе- ність
«потреба в безпеці»	0,880			
«агресивність»	0,814			
«задовільна (зриви можливі в екстремальних ситуаціях) нервово- психічна стійкість»	0,746			
«вище середнього рівень тривожності»	0,623			
«самооцінка здоров'я»	0,600			
«матеріальне становище»		0,899		
«ригідність»		0,783		
«помірний рівень фрустрованості»		0,709		
«шкала психосоціального стресу»		0,545		
«задовільна (зриви можливі в екстремальних ситуаціях) нервово- психічна стійкість»		- 0,710		
«середній рівень тривожності»			0,784	
«потреба в самореалізації»			0,711	

«низький рівень невротизації»			0,598	
«шкала задоволеності основних життєвих потреб»			- 0,633	
«потреба в міжособистісних стосунках»				0,755
«помірне або інтенсивне нервово-психічне напруження»				0,670
«шкала задоволеності життям у цілому»				0,594
«шкала задоволеності умовами життя»				- 0,692

Розподіл власних значень дисперсії чотирьох виокремлених факторів висвітлено на рис. 2.2.



**Рис. 2.2. Розподіл власних значень дисперсії виокремлених чотирьох основних факторів («стабільні (стаціонарні) жителі») (n=97) (%)**

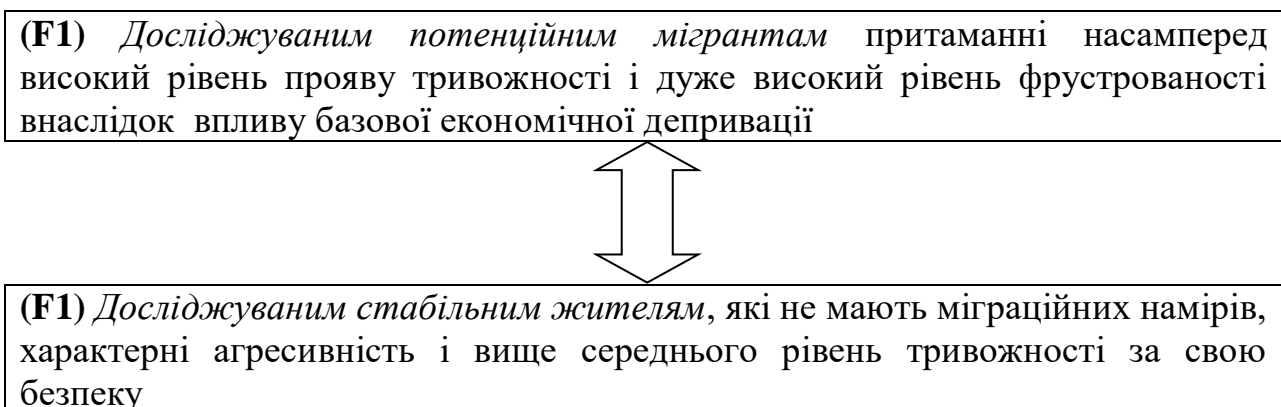
**Примітка:** перший фактор (F 1) «агресивно-тривожна безпековість»; другий фактор (F 2) «матеріально-стресова ригідність»; третій фактор (F 3) «середньо-тривожна самореалізація»; четвертий фактор (F 4) «помірно-екзистенційна задоволеність».

Сумарна дисперсія така : перший фактор – 28,8 %; другий фактор – 23,4%; третій фактор – 18,2 %; четвертий фактор – 10,1 %. Зазначимо, що чотири фактори пояснюють 80,5 % загальної дисперсії.

*Узагальнений факторний профіль досліджуваних «стабільні (стаціонарні) жителі»* такий : їм властиве агресивно-тривожно безпекове

(F1), матеріально-стресово ригідне (F2), середньо-тривожно самореалізаційне (F3) та помірно-екзистенційно задоволене (F1) афективне ставлення до реалій дійсності.

Порівняльний аналіз виокремлених основних факторів в обох групах засвідчує про різне змістово-функціональне навантаження, яке вони несуть (див. рис.2.3 – 2.6).

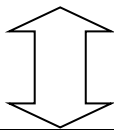


**Рис. 2.3. Схема порівняння узагальненої семантики профілів перших факторів обох груп («потенційні мігранти» і «стабільні (стаціонарні) жителі»)**



**Рис. 2.4. Схема порівняння узагальненої семантики профілів других факторів обох груп («потенційні мігранти» і «стабільні (стаціонарні) жителі»)**

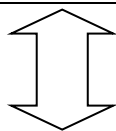
(F3) Досліджуваним потенційним мігрантам характерні незадовільна нервово-психічна стійкість і агресивність унаслідок впливу відносної економічної депривації



(F3) Досліджуваним стабільним жителям без міграційних намірів властиві середній рівень тривожності та низький рівень невротизації через потребу в самореалізації

**Рис. 2.5. Схема порівняння узагальненої семантики профілів третіх факторів обох груп («потенційні мігранти» і «стабільні (стаціонарні) жителі»)**

(F4) Досліджуваним з міграційними намірами притаманні екстенсивне нервово-психічне напруження, симптоми психосоціального стресу і підвищений рівень фрустрованості



(F4) Досліджуваним стабільним жителям без міграційних намірів властиві помірно нервово-психічне напруження через потребу в міжособистісних взаєминах і задоволеність життям у цілому

**Рис. 2.6. Схема порівняння узагальненої семантики профілів четвертих факторів обох груп («потенційні мігранти» і «стабільні (стаціонарні) жителі»)**

Отож узагальнення результатів порівняльного аналізу факторних профілів досліджуваних двох груп («потенційні мігранти» і «стабільні (стаціонарні) жителі») дало підстави стверджувати про істотні відмінності впливу економічної депривації на прояви їхньої афективності, зокрема фрустрованості.

Зазначимо, що у досліджуваних потенційних мігрантів на високому статистично значущому рівні проявилися показники, які маніфестують загальний високий рівень тривожності, фрустрованості, агресивності, невротизації, стресовості, що пояснюється насамперед негативним

депривуючим впливом нестабільного соціально-економічного клімату, який потужно детермінує та стимулює їхні міграційні наміри.

*Натомість у досліджуваних стабільних жителів, які не мають міграційних намірів, пріоритетними виступають агресивність і тривожність за власну безпеку, стресовість і ригідність через матеріальне становище, прагнення до самореалізації, забарвлене помірною тривожністю і в загальних рисах задоволення існуючим станом справ та умовами життя.*

Слід відмітити, що у потенційних мігрантів у перших трьох факторах, на які припадає найбільше семантичне навантаження, на статистично значущому рівні проявилися всі три види економічної депривації (базова, нормативна, відносна), тоді як у досліджуваних, що не збираються покидати свою батьківщину, жоден показник «Методики визначення економічної депривації та її підвидів у дорослих» (Терлецька Ю.М.) не проявився. Правда, ця група досліджуваних теж відчуває переживання і демонструє негативні психоемоційні реакції з приводу свого матеріального становища, однак більший наголос робиться на спробах досягнути самореалізації в умовах існуючого актуалгенезу, проявляючи задоволеність таким соціально-стресовим рівнем життя лише загальною. Вочевидь, це засвідчує про латентний вплив економічної депривації, яка згодом за умови ймовірного погіршення соціально-економічної ситуації в країні може виступити потужною детермінантою появи в них міграційних намірів.

Загалом, констатуємо, що в групі «потенційні мігранти» фрустрація (фрустрованість) як одна з основних афективних реакцій на депривуючі соціально-економічні умови проявилася на високому статистично значущому рівні, тоді як у групі «стабільні (стаціонарні) жителі» зафіксовано помірний рівень фрустрованості та задоволення життям у цілому.

Для забезпечення цілісного і статистично доказового та достовірного вивчення психологічних особливостей впливу економічної депривації на фрустрованість людей з потенційними міграційними намірами та пересічних



громадян, які не демонструють такі наміри, нами було здійснено вибіркове порівняння окремих емпіричних показників. Ці показники проявилися на високому статистичному рівні значущості, а їхній порівняльний аналіз дав змогу відстежити ті своєрідні показники-індикатори, які висвітлюють і найповніше репрезентують актуальний психосвіт афективності досліджуваних, зокрема в тривожно-депресивному розрізі.

Ключовим диференціалом був обраний порівняльний аналіз емпіричних показників за критерієм «потенційні мігранти» і «стабільні (стаціонарні) жителі». Завдяки такому підходові вдалося встановити певні типологічні збіги-розбіжності між окремими складовими особистісної афективності у потенційних мігрантів та звичайних мешканців, які на мають наміру покидати свою країну. До того ж такий детальніший порівняльний підхід чіткіше унаочнив змістово-функціональну сутність наповнення досліджуваного нами феномена на рівні кількісного прояву конкретних емпіричних показників.

Порівняння окремих результатів виконання досліджуваними застосовуваних в констатувальному експерименті пакету методик відображено в табл. 2.3.

Звичайно, у першу чергу було доцільно зосередити особливу увагу на тих емпіричних показниках, в яких зауважувалися найістотніші та найбільші статистично значущі відмінності між результатами, які проявили досліджувані з обох порівнюваних груп.

*Таблиця 2.3*

**Результати порівняльного аналізу виконання експериментальних завдань досліджуваними «потенційними мігрантами» і «стабільними (стаціонарними) жителями» (n=268)**

Методика	Показники, які порівнюються	Типи досліджуваних			
		Потенційні мігранти	Стабільні (стаціонарні) жителі	t-критерій Ст'юдента	$\alpha$
«Ієрархія	матеріальне	11,7	6,2	5,81	0,001

потреб» (модифікація І.А. Акіндінової)	становище				
«Методика визначення тривожності» (Дж. Тейлор)	високий рівень тривожності	10,6	2,9	3,21	0,01
«Методика діагностики рівня соціальної фрустрованості» (Л.Вассерман (модифікація В. Бойка))	дуже високий рівень соціальної фрустрова- ності	9,4	4,1	4,51	0,001
«Самооцінка психічних станів» (Г. Айзенк)	фрустрація (фрустрова- ність)	13,8	7,3	4,48	0,001
«Методика визначення економічної депривації та її підвидів у дорослих» (Терлецька Ю.М.)	базова економічна депривація	11,9	6,8	4,36	0,001
«Опитувальник нервово- психічної напруги (НПН)» (Т.А. Немчин)	екстенсивне нервово- психічне напруження	9,8	3,1	4,12	0,001
«Методика визначення рівня нервово- психічної стійкості (анкета «Прогноз»)» (за В. Бодровим)	незадовільна нервово- психічна стійкість	16,1	9,1	5,63	0,001
«Методика діагностики рівня невротизації» (за Л. Вассерманом)	високий рівень невротизації»	7,1	5,4	2,27	0,05
Ваше самопочуття» (О.С. Копіна)	шкала психосоціально го стресу	4,8	2,2	2,56	0,05

### 2.3. Аналіз ресурсів і акультураційних стратегій, що репрезентують наміри й очікування потенційних мігрантів

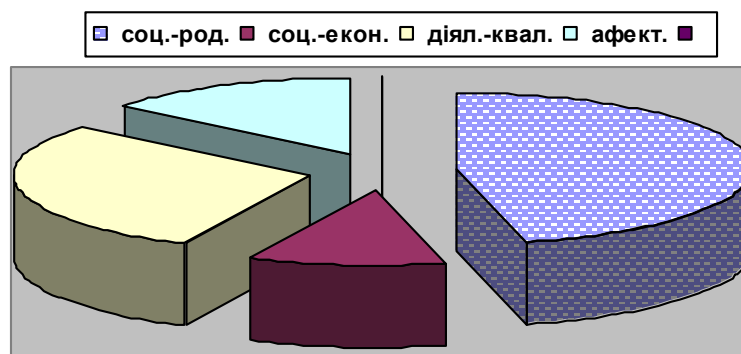
Науково-психологічний досвід вивчення складного кола акультураційних стратегій мігрантів та очікувань приймаючої спільноти детально і повномірно висвітлюють J. W. Berry, R. C. Annis, наголошуючи на істотних розбіжностях, що досить часто існують у поглядах та сподіваннях обох сторін та викликають згодом численні проблеми як міжособистісного спілкування, так і процесів налагодження спільної діяльності (Berry, Annis, 1974). Як відзначає В. Куо, акультураційні стратегії тісно корелюють з психічним здоров'ям мігрантів та мають істотний вплив на всі психологічні компоненти їхньої життєдіяльності (Куо, 2014). Про подібне йдеться у дослідженні М. Нестеренко, в якому вивчено істотну роль особистісних ресурсів у адаптації вимушених переселенців до нових умов життя. (Нестеренко, 2021)

Унаслідок інтерпретації результатів бесіди, спостереження та проведеного анкетування нами були встановлені *такі найважливіші соціально-психологічні проблеми потенційних мігрантів* : чітко виражене незадоволення теперішнім життям; песимістичне й депресивне оцінювання економічно депривуючого сьогодення; високий рівень розчарування і певна зневіра в майбутнє та свої життєві цілі; наявність вираженого перманентного емоційного дискомфорту через переживання щодо процесу і наслідків імовірного переїзду за кордон; острах ізоляції та наслідків соціально-сімейної депривації; втрата афективно насиченого і наповненого оптимістичним сенсом життя; переживання через втрату колишнього соціального/особистісного статусу та ймовірного набуття статусу «нелегальний мігрант»; передчуття труднощів лінгвістичної комунікації та соціокультурного спілкування з корінним місцевим населенням і боязнь упередженого та сегрегаційного ставлення внаслідок цього; невпевненість у власній безпеці; дифузність, амбівалентність з тенденцією до зневіри у свої

особистісні, професійні можливості й успіх міграції; занижена самооцінка й розбалансоване (здебільшого негативне) ставлення до себе; підвищений рівень і частота прояву вербальної, іноді фізичної та інструментальної агресії; загострене роздратування й аутоагресія тощо. Якраз для вирішення цього проблемогенного спектру досліджувані мають чітко маніфестовані міграційні наміри, покладаючись на певні ресурси й обираючи різні тактики і стратегії.

Найважливішими чинниками, базовими ресурсами, які репрезентують наміри й очікування у потенційних мігрантів на позитивний перебіг справ, виявилися такі:

1. *Соціально-родинні ресурси* (46 %), насамперед наявність родичів, друзів і знайомих, які вже перебувають за кордоном у трудовій міграції та зможуть посприяти адаптації на новому місці з житлом, пошуками роботи, налагодженням співпраці з працедавцями, місцевим населенням тощо;
2. *Соціально-економічні ресурси* (11 %), зокрема привезені з собою кошти і майно, необхідні для «забезпечення виживання» упродовж адаптаційного періоду;
3. *Діяльнісно-кваліфікаційні ресурси* як впевнена віра у власну кваліфіковану фахову спроможність і готовність взятися за будь-яку складну, але високооплачувану (порівняно з вітчизняними зарплатами) роботу (29 %);
4. *Афективні ресурси* (14 %) як психоемоційна концентрація на спроможності до жертвності, як наміри взятися за будь-яку (іноді навіть низькостатусну і не дуже високооплачувану) роботу, щоб, не зважаючи ні на які труднощі, ймовірну дискримінацію і приниження, заробити кошти для забезпечення себе та сім'ї на батьківщині (див. рис. 2.7).



**Рис. 2.7. Акультураційні стратегії, що репрезентують наміри й очікування потенційних мігрантів (за результатами авторської анкети) (n=171) (%)**

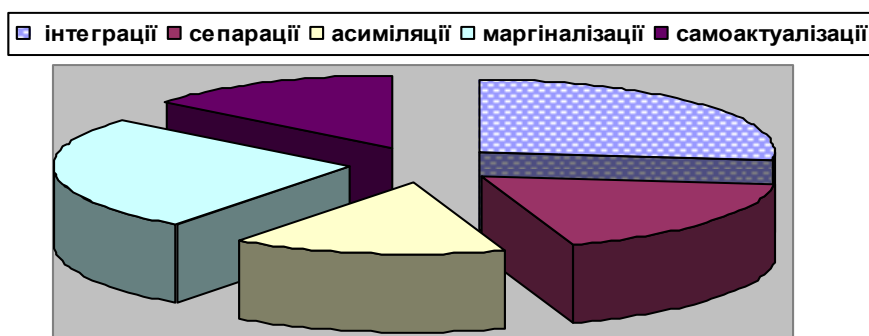
Зауважуємо чітко виражену переважаючу орієнтованість досліджуваних на соціально-родинні ресурси, тобто у психологічному плані потрактуємо це як очікування допомоги від значущих інших, а не віра у власні здібності, здатності й самоактуалізаційні потенціали. По суті, майже половина потенційних мігрантів (46 %) основне опертя у своїх майбутніх адаптаційних успіхах і ствердженнях робить не на власну спроможність, а на сприяння інших (здебільшого родичів, друзів, знайомих, земляків, доброзичливих жителів потенційної країни мігрування та ін.). Водночас потенційних мігрантів, що чітко орієнтуються на свої діяльнісно-кваліфікаційні ресурси, виявилось трохи менше, ніж третина (29 %). Через низький матеріально-фінансовий рівень на етапі актуалгенезу лише 11 % досліджуваних розраховують на власні кошти, які дропоможуть вижити й адаптуватися за кордоном. На афективні ресурси розраховує 14 % потенційних мігрантів, які готові на будь-які випробування, мотивуючи це жертівністю, тобто навіть ціною соціального приниження і можливої втрати власного психофізичного здоров'я здобути кошти для своєї сім'ї, яка зазнає негативного тиску соціально-еконмічних чинників.

Отож констатуємо значну кількісну перевагу досліджуваних, які у своїх міграційних намірах покладаються на зовнішню допомогу (соціально-родинні ресурси) і власну прородинно-жертівну афективність (афективні

ресурси) (сумарно 60 %), та істотно меншу тих, які розраховують на свою фаховість, кваліфікованість і професіоналізм (29 %).

На підставі обробки результатів проведення авторської анкети нам вдалося встановити, що потенційні мігранти планують дотримуватись істотно відмінних акультураційних стратегій, які репрезентують їхні міграційні наміри й очікування.

Виокремилися п'ять основних груп потенційних мігрантів, що мають диференційовані наміри власних акультураційних стратегій (див. рис. 2.8.).



**Рис. 2.8. Акультураційні стратегії, що репрезентують наміри й очікування потенційних мігрантів (за результатами авторської анкети) (n=171) (%)**

Потенційні мігранти, які орієнтуються на стратегію *інтеграції* (27 %). Вони незадоволені своїми теперішніми роботою, статусом і зарплатою, тому міграційні наміри розглядаються насамперед як тактичні кроки і способи, які реалізують можливість досягнення стратегічних цілей. Більшість респондентів відзначає, що члени сім'ї загалом погоджуються на їхню міграцію, причому переважна більшість (69,8 %) сподівається на об'єднання сімей за кордоном, тобто на повернення у свою країну розраховує значно менша кількість. Крізь призму цього вони констатують, що сімейні зв'язки в сім'ях трудових мігрантів досить часто розпадаються, однак у них такого не трапиться.

Досліджувані бажають емігрувати здебільшого лише у високо економічно розвинені країни, стверджують, що розглядали дуже багато різних варіантів еміграції, та очікують за кордоном складної ситуації, однак такої, з якою

можна справитися. Вони мають певний рівень знання мови приймаючої країни (вивчали самостійно, відвідували мовні курси тощо) або планують спілкуватися з корінними мешканцями приймаючої країни однією із світових мов, якими володіють дуже нерівномірно (російською – більше, англійською – менше).

Рівень загроз своїй безпеці з боку корінного населення приймаючої країни оцінюється як не дуже високий, а в найближчому майбутньому планують вважати себе «своїми» серед мешканців країни, в яку емігрують. Їх не дуже лякає ймовірний статус «нелегального мігранта», оскільки планують оформити документи для легалізації своєї праці за кордоном. Основною причиною міграції вважають економічні фактори і політичну ситуацію в країні, насамперед нестабільність через війну. Відзначають чинник корупції і несправедливості розподілу матеріальних благ, проте релігійні причини й екологічні проблеми майже не згадуються зовсім.

Констатують переважання у своєму афективному психосвіті напередодні міграції низку складних, тривалих і невизначених душевних переживань, зокрема такого домінуючого афективного стану як тривала і незрозуміла гнітюча тривожність. Стверджують про мінливість і перепади настрою, що забарвлює активністю або пасивністю їхню поведінку. Перевагу віддають соціально-родинним ресурсам, особливо наявності родичів, друзів і знайомих, які вже перебувають за кордоном посприяють з житлом та пошуками роботи.

Важлива роль відводиться діяльнісно-кваліфікаційним ресурсам, вірі у власні професійні можливості. Вони мають досить адекватну самооцінку, високий міру самоприйняття та рецепції інших людей і проявляють риси очікування внаслідок міграції матеріального і психологічного благополуччя.

2. Потенційні мігранти, які орієнтуються на стратегію *сепарації* (18 %). Респонденти мають певний рівень амбівалентності, а основною метою є відокремлення, дистанціювання від неприємного і дратівливого режиму соціально-економічної депривації у своїй країні. Вони кардинально

незадоволені своїм теперішнім станом і статусом, відзначають мізерність і несвоєчасність зарплати, тому міграційні наміри обираються як єдиний спосіб уникнути такого гнітючого тиску життєвих обставин.

Згода сім'ї на їхню міграцію майже не враховується, а фактор імовірного розпаду сімейних зв'язків та цьому етапі (підготовчому до міграції) не розглядається або не дуже хвилює. Більшість респондентів бажають емігрувати в будь-яку країну, однак перевага надається все ж таки суспільствам з добре розвиненою економікою та соціальною комфортністю.

Знання мови приймаючої країни не виокремлюється як важливий чинник і висловлюються сподівання на невербаліку або на індивідуальну спроможність до швидкого вивчення мови корінних жителів. Бажання сепаруватися і дистанціюватися від власних соціально-економічних проблем таке сильне, що навіть визнання високого рівня загроз своїй безпеці з боку корінного населення приймаючої країни на цьому етапі здебільшого ігнорується. Також не розглядається як перепона чинник власної нелегальності, а серед основних причин міграції називаються ледь не всі соціальні девіації (економічна депресія і розруха, політична стагнація влади, жахіття війни, небачена корупція, висока бюрократизація, злочинність, наркоманія, аморальність тощо).

Типовими психостанами називаються агресивність, апатійність, депресивність, тривожність, фрустрованість, різномодальні стреси та інші дискомфортні й амортизаційні відчуття і переживання. Респонденти цього типу стратегії висловлюють сподівання на сумарну допомогу всіх ресурсів, однак перевагу все ж віддають афективним ресурсам, що засвідчує про помітну хаотичність та імпульсивність прийняття рішень щодо міграції, а також про перевагу емоційних компонентів готовності полишити свою країну над когнітивними.

Загалом, вони переважно орієнтуються на своєрідну втечу/самовтечу від депривуючих обставин життєдіяльності та мають аморфні уявлення про своє майбутнє місце праці і мешкання.



3. Потенційні мігранти, що орієнтуються на стратегію *асиміляції* (15 %). Асиміляція як атрибут адаптивності людини передбачає уподібнення нових змістів свідомості до вже наявного суб'єктивного образу дійсності. По суті, респонденти з асиміляційною стратегією потенційної міграції добровільно бажають прийняти культурні і звичаєві особливості іншого народу або спільноти. Вони віднаходять у себе здебільшого уявний (або і справжній) «національно-родинний» зв'язок з цивілізаційними утвореннями й інституціями країни, в яку хочуть мігрувати. Крім економічних негараздів депривуючими факторами називаються політичні, релігійні, національні, ідеологічні розбіжності з вітчизняним соціумом, тому прийняття мови, світоглядних, духовних цінностей і звичаїв приймаючої країни видається їм основним завданням. Втрата автохтонної культури й самосвідомості презентується як намагання набути нової «справжньої» ідентичності.

Респонденти мають певний (здебільшого розмовний) рівень знання мови приймаючої країни, оскільки готувалися до цього, планують спілкуватися з жителями переважно лише їхньою мовою. Відзначають неминучість об'єднання своєї сім'ї в іншій країні, а ледь не обов'язковим атрибутом всіх досліджуваних цього типу стратегії є визнання «кращості» іншої закордонної моделі соціально-економічного і культурного-духовного життя. Загрози з боку мешканців приймаючої країни ними оцінюються як мінімальні, а перевагу надають соціально-родинним ресурсам, сподіваючись однак насамперед на урядові й добродійні організації, на національно-культурні товариства як значущих інших у впорядкуванні свого побуту і праці.

Вони переважно мають досить низький рівень задоволеності собою і станом справ навколо свого життєвого простору, проявляють підвищений і/або високий рівень тривожності, фрустрованості, агресивності (здебільшого вербальної), невпевненості та загостреного психологічного захисту.

4. Потенційні мігранти, що орієнтуються на стратегію *маргіналізації* (26 %) . Такі респонденти демонструють досить низький рівень соціокультурної адаптації в межах актуалгенезу у своїй країні, маніфестують розмиті й

неадекватні уявлення як про мету в житті, так і про справжні причини і ймовірні наслідки своєї міграції.

Вони фрагментарно і невпенено, дифузно й амбівалентно уявляють майбутні умови праці й побуту, покладаються на щасливий випадок, допомогу добродійців, випадкових співчуваючих і добрих людей тощо. Конкретність країни міграції їм видається неістотною, знання мови і рівень загроз своїй безпеці з боку корінного населення приймаючої країни їх не дуже хвилює. Статус «нелегального мігранта» їм видається очевидним, а проблеми покинутої сім'ї, сімейно-комунікативної депривації видаються перебільшеними.

Типовими психологічними станами називаються депресивність, апатійність, пригніченість, розгубленість, невизначеність, байдужість, песимістичність, психоемоційне вигорання, розчарування, тривожно-фрустраційні очікування тощо.

Розраховують переважно на афективні ресурси як психоемоційну концентрацію на собі та на емпатію випадкових інших «хороших людей» у приймаючій країні. Як і потенційні мігранти із стратегією «сепарація» проявляють тенденцію до втечі/самовтечі, до своєрідної «робінзонади» як способу уникнення гострих деприваційних чинників на батьківщині.

5. Потенційні мігранти, що орієнтуються на стратегію *самоактуалізації* (14 %). Вони незадоволені актуалгенезом, тому мають чіткі й продумані міграційні наміри. Планують завдяки власному високому професіоналізмові заробити кошти і згодом повернутися в свою країну до власної сім'ї. Проблеми сімейної депривації не дуже актуальні, оскільки розраховують на швидке й успішне опанування новою дійсністю та результативною фінансовою оплатою своєї фаховості, що розглядається як вагомий компенсаторний чинник. Знання мови теж виноситься на неістотний план, оскільки переконані, що висококваліфікована робота всюди потрібна навіть без володіння мовою приймаючої країни (правда, здебільшого йдеться про представників робочих професій (будівельники, слюсарі, водії та ін.)).

Загрози з боку корінних жителів приймаючої країни розглядають як помірні, впевнені у здатності уникнути ймовірних міжнаціональних, мовних, побутових та інших конфліктів. Активно висловлюють упевненість у власних діяльнісно-кваліфікаційних ресурсах і сподіваються, що досягнуть успіху за будь-яких обставин, оскільки спроможні виконувати різну роботу. Також розраховують на соціально-економічні ресурси, насамперед на привезені з собою кошти та інструменти, які дозволять пережити складнощі перших днів адаптації та дуже швидко заробити для комфортності свого подальшого перебування.

Визначальним психостаном називають підсвідому «незрозумілу тривогу»/«немотивовану тривожність», а також зауважують підвищення імпульсивності, дратівливості, перепади настрою (від ейфорії до песимізму), які намагаються долати зусиллями волі. Зорієнтовані на досягнення успіху завдяки вірі у власні особистісні здібності й потенціали, суб'єктивно оцінюваний високий професіоналізм і фахову унікальність. Мають здебільшого завищені самооцінку й рівень домагань, спрямовані на активне й результативне опанування реаліями нової значною мірою незвіданої закордонної дійсності.

Зауважуємо, що попри різноманітність вибірки щодо уявлень про власні акультураційні стратегії переважає кількість досліджуваних, які обирають пасивні і малопродуктивні тактики й орієнтири подальшої життєдіяльності. Респондентів сепараційно-асиміляційно-маргіналізаційного вектору спрямованості сумарно 59 %, тоді як інтеграційно-самоактуалізаційного напрямку – 41 %. Якщо перші зорієнтовані на своєрідну втечу від негараздів соціально-економічної депривації у своїй країні та погоджуються на відмежування, дистанціювання від негативного світовідчуття навіть шляхом розчинення і поглинання іншими соціокультурними й економічними реаліями, то другі налаштовані на активну і результативну діяльність, щоб заробити кошти й утримувати себе та свої сім'ї.

Водночас, зауважимо, що всі досліджувані незалежно від орієнтації на різні ресурси й акультураційні стратегії відзначають наявність різномодальної тривожності та невизначеного гнітючого стану, який можна сигніфікувати як латентна або явна фрустрованість.

Отож підсумуємо, що у потенційних мігрантів помітно проявляється ускладнена афективність, а одним із визначальних психостанів виступає фрустрованість як гнітючо тривожне очікування невідомості, що посилене соціально-економічною депривацією.

### **Висновки до другого розділу**

1. Процедурно-організаційні основи емпіричного дослідження і методи вивчення фрустрованості потенційних мігрантів базувалися на сучасних науково-психологічних підходах щодо отримання психодіагностичної інформації. Обраний нами комплексний підхід різнобічного аналітико-емпіричного вивчення змістово-функціональної суті базового об'єкта дослідження, а також ключових тематичних дефініцій («економічна депривація», «потенційні мігранти», «фрустрованість») дозволив цілісно охопити емпіричними вимірами широке кола досліджуваної проблематики. З метою повномірного емпіричного вивчення психологічних особливостей впливу економічної депривації на афективність, зокрема фрустрованість потенційних мігрантів було застосовано спостереження, біографічний метод, фокусоване інтерв'ю, анкетування (авторська анкета (збір даних про вік; роботу; освіту; сімейний стан; особливості міграційних намірів; найважливіші чинники, які стимулюють очікування у потенційних мігрантів на позитивний перебіг справ; акультураційні стратегії, які репрезентують міграційні наміри й очікування тощо)), тестування, дебрифінг.

Кількісно-якісна рекрутація експериментальної вибірки здійснювалася з урахуванням критеріїв репрезентативності та еквівалентності, що забезпечувало положення про необхідність достатньої кількості

досліджуваних для успішного перебігу науково-емпіричної діяльності й досягнення об'єктивних і оптимальних результатів. Розподіл груп на експериментальну і контрольну відбувся для забезпечення мети дослідження та виконання його завдань і був зумовлений насамперед необхідністю дотримання базових вимог до проведення сучасного науково-психологічного експерименту. По суті, сформована вибірка могла бути презентована як деяка соціально-психологічна група, умовна соціально-популяційна модель – люди різного віку, які мають (або не мають) виражені міграційні наміри.

Процедурно-організаційні засади емпіричного дослідження і залучений пакет валідного й достовірного психодіагностичного інструментарію на репрезентативній вибірці досліджуваних дали змогу отримати багатоманітну інформацію про змістово-функціональну показникову суть цілого спектру їхньої ускладненої афективності, насамперед фрустрованості, невротизації, тривожності та інших психостанів.

2. У результаті кореляційного аналізу вдалося встановити, що економічна депривація (базова, нормативна, відносна) корелює з такими психостанами як тривожність, агресивність, фрустрованість та ін., що засвідчує істотну детермінованість міграційних намірів особистості і розбалансованість психоемоційної сфери негативним впливом різновидових обмежень її психо- і соціогенези. Сутнісні параметри кореляційного аналізу окремих базових показників засвідчують встановлення щільного взаємозв'язку й тісної залежності між деприваційними детермінантами й афективними процесами у потенційних мігрантів.

У результаті факторного аналізу виконання експериментальних завдань методик досліджуваними з групи «потенційні мігранти» виокремилися такі чотири основні фактори, на які припало найбільше змістове навантаження : F 1 «тривожно-деприваційна фрустрованість», F 2 «невротично-деприваційна фрустрованість», F 3 «відносно економічно-деприваційна агресивність», F 4 «психосоціально-стресова фрустрованість». Результати факторного аналізу

виконання експериментальних завдань методик досліджуваними з групи «стабільні (стаціонарні) жителі» такі : F 1 «агресивно-тривожна безпековість», F 2 «матеріально-стресова ригідність», F 3 «середньо-тривожна самореалізація», F 4 «помірно-екзистенційна задоволеність».

Результати порівняльного аналізу такі : (F 1) досліджуваним потенційним мігрантам притаманні насамперед високий рівень прояву тривожності і дуже високий рівень фрустрованості внаслідок впливу базової економічної депривації, а (F 1) досліджуваним стабільним жителям, які не мають міграційних намірів, характерні агресивність і вище середнього рівень тривожності за свою безпеку; (F 2) досліджуваним потенційним мігрантам властиві фрустрація (фрустрованість) і високий рівень невротизації через детермінуючий вплив нормативної економічної депривації, а (F 2) досліджуваним стабільним жителям без міграційних намірів притаманні ригідність, помірна фрустрованість і ознаки психосоціального стресу через матеріальні потреби; (F 3) досліджуваним потенційним мігрантам характерні незадовільна нервово-психічна стійкість і агресивність унаслідок впливу відносної економічної депривації, а (F 3) досліджуваним стабільним жителям без міграційних намірів властиві середній рівень тривожності та низький рівень невротизації через потребу в самореалізації; (F4) досліджуваним з міграційними намірами притаманні екстенсивне нервово-психічне напруження, симптоми психосоціального стресу і підвищений рівень фрустрованості, а (F4) досліджуваним стабільним жителям без міграційних намірів властиві помірне нервово-психічне напруження через потребу в міжособистісних взаєминах і задоволеність життям у цілому.

Загалом, у досліджуваних потенційних мігрантів на високому статистично значущому рівні проявилися показники, які маніфестують загальний високий рівень тривожності, фрустрованості, агресивності, невротизації, стресовості, що пояснюється насамперед негативним депривуючим впливом нестабільного соціально-економічного клімату, який потужно детермінує та стимулює їхні міграційні наміри. У досліджуваних стабільних жителів, які не

мають міграційних намірів, пріоритетними виступають агресивність і тривожність за власну безпеку, стресовість і ригідність через матеріальне становище, прагнення до самореалізації, забарвлене помірною тривожністю і в загальних рисах задоволення існуючим станом справ.

3. Отримані результати бесіди, спостереження та анкетування засвідчили низку найважливіших соціально-психологічних проблем потенційних мігрантів, насамперед виражене незадоволення, песимістичне й депресивне оцінювання свого економічно депривованого актуалгенезу; переживання вираженого психоемоційного дискомфорту; страх наслідків соціально-сімейної депривації; передчуття труднощів спілкування та адаптації з корінним місцевим населенням; невпевненість у власній безпеці; підвищений рівень агресивності, тривожності і фрустрованості.

Потенційні мігранти у своїх інтенціях розраховують на такі ресурси : соціально-родинні (46 %), соціально-економічні (11 %), діяльнісно-кваліфікаційні (29 %), афективні (14 %). Вони схильні дотримуватися таких акультураційних стратегій : стратегія інтеграції (27 %); стратегія сепарації (18 %); стратегія асиміляції (15 %); стратегія маргіналізації (26 %); стратегія самоактуалізації (14 %). Незалежно від орієнтації на різні акультураційні стратегії всі досліджувані відзначають наявність різномодальної тривожності та невизначеного гнітючого стану, який можна позначити як прихована або виражена фрустрованість.

Загалом, у потенційних мігрантів помітно проявляється ускладнена афективність, зокрема фрустрованість як гнітючо тривожне очікування невідомості, що зумовлене соціально-економічною депривацією.

### **Матеріали другого розділу дисертації висвітлено в публікаціях авторки:**

1. Шмарова Н. (2019). Економічна депривація як чинник міграційних намірів особистості : теоретико- емпіричний ракурс. *Соціальна адаптація людей літнього віку в сучасному суспільстві, ортобіоз та паліативна допомога» із циклу «Психологічні складові сталого розвитку*

- суспільства: пошук психологічного обґрунтування на виклики сучасності». *Матеріали V науково-практичної конференції та форуму університетів третього віку (19-21 грудня 2018 р., Луцьк)* . За заг. наук. ред. Ж.П. Вірної. Луцьк : СНУ імені Лесі Українки, 229–236.
2. Шмарова Н. (2020). Економічна депривація як негативний чинник самореалізації особистості поліцейського : теоретико-емпіричний ракурс. *Матеріали Міжнародної науково-практичної конференції «25 років становлення Сумської філії Харківського національного університету внутрішніх справ: славетна історія та горизонти майбутнього» (21-22 лютого 2020 року, м. Суми)*. Сумська філія Харківського національного університету внутрішніх справ. Суми : Видавничий дім «Ельдорадо», 315–317.
  3. Шмарова Н. (2020). Психологічні особливості впливу економічної депривації на фрустрованість потенційних мігрантів : факторний профіль. *Актуальні проблеми психології. Психологія обдарованості*. 17. 290–302.
  4. Шмарова Н. (2020). Процедурно-організаційні основи емпіричного дослідження і методи вивчення фрустрованості потенційних мігрантів. *Психогенеза особистості: норма і девіація : зб. наук. статей*; гол. ред. Я. Гошовський. Луцьк : Вежа-Друк, 244–255.
  5. Шмарова Н. (2020). Теоретико-емпіричні виміри домінуючих психологічних станів у потенційних мігрантів. *The 1<sup>th</sup> International scientific and practical conference «TOPICAL ASPECTS OF MODERN SCIENCE AND PRACTICE » (September 21-24, 2020)*. Frankfurt am Main, Germany. 332–337. [DOI - 10.46299/ISG.2020.II.I](https://doi.org/10.46299/ISG.2020.II.I) :
  6. Hoshovskyi, J., Mudrak , I., Hoshovska D., Shmarova, N., Kordunova, N., & Kulchytska, A. (2023). Economic Deprivation as a Neuropsychological Aspect of the Formation of Frustration in Potential Migrants. *BRAIN. Broad Research in Artificial Intelligence and Neuroscience*. 14(2), 285–302. <https://doi.org/10.18662/brain/14.2/455>



### **РОЗДІЛ 3. ПСИХОЛОГІЧНІ ОСОБЛИВОСТІ РЕВІТАЛІЗАЦІЙНОЇ ДОПОМОГИ ЩОДО ЗНИЖЕННЯ ФРУСТРОВАНОСТІ У ПОТЕНЦІЙНИХ МІГРАНТІВ**

#### **3.1. Програма ревіталізаційного супроводу психогенези потенційних мігрантів**

Актуальність надання психологічної допомоги мігрантам і людям з міграційними намірами полягає насамперед у тому, що у 2014 році внаслідок воєнних дій на Сході України відбувся різкий економічний спад і дуже велике збільшення внутрішньо переміщених осіб та еміграції населення в країни Євросоюзу. Очевидним підтвердженням цього стали соціологічні виміри еміграції українців за кордон, зокрема з червня 2017 по червень 2019 прикордонники зафіксували 42,6 млн. перетинів громадянами України кордону з ЄС, серед яких 9,2 млн. за біометричними паспортами, зокрема майже 3 млн. без віз (Українська правда, 2019/06/11).

Безперечно, повномасштабне воєнне вторгнення 24 лютого 2022 року з боку російських агресорів істотно спричинило як рівень фрустрованості, так і рівень міграційної налаштованості й активності мільйонних мас населення України. Така складна і болісна проблематика потребує окремих детальних і глибоких досліджень.

І. Субашкевич, А. Шпагіна, здійснивши розгалужене вивчення соціально-психологічних настроїв українців у період війни, констатують наявність численних дисфункцій на всіх рівнях особистісної психоструктури, насамперед на емоційному рівні (тривога, фрустрація, депресивність, агресивність тощо) (Субашкевич, Шпагіна, 2022).

А. Бойченко пише про психологічні особливості становлення автономності людини в умовах війни і наголошує на психоемоційній розбалансованості, яка негативно впливає на афективно-вольові й регулятивні аспекти діяльності та спілкування (Бойченко, 2022).

Д. Волков, О. Абатурова констатують складнощі утримання просоціальної поведінки в умовах воєнного стану та схильність до асоціальності, агресивності/автоагресивності й інших складних тактик і стратегій (Волков, Абатурова, 2022).

Про нагальні проблеми вимушеної міграції та війни в Україні (24 лютого - 24 березня 2022) пишуть Л. Філіпчук, Н. Ломоносова, О. Сирбу, Ю. Кабанець та відзначають як соціально-економічні складнощі й наслідки, так і власне психологічні негаразди, які доводиться вирішувати чи не всім громадянам (Філіпчук, Ломоносова, Сирбу, Кабанець, 2022).

Як стверджує О. Чиханцова, у кризових та екстремальних умовах особливого статусу набуває психологія становлення життєстійкості особистості (Чиханцова, 2021).

А. Коллі-Шамне, В. Старцева пишуть про Google-форму як результативний інструмент вивчення соціально-психологічних проблем українців – вимушених мігрантів у перші місяці війни 2022 року. Крім психодіагностичних ракурсів проблеми наголошено на необхідності психореабілітаційної допомоги всім, хто зазнав «міграційного шоку» внаслідок війни (Коллі-Шамне, Старцева, 2022).

М. Дворник пропонує дистанційні модулі для підтримання психологічного благополуччя особистості в період очікування миру, адже складні виміри особистісних трансформацій передбачають як емоційно-поведінкове розбалансування, так і необхідність повернення до просоціальних «мирних» стратегій життєдіяльності (Дворник, 2021).

На думку А. Курилович, дуже важливим науково-практичним психологічним завданням є визначення того, які емоції переживають біженці за кордоном та як їм можна ухвалити рішення про повернення додому. Врахування психоемоційної складової в системі рееміграції висувається в ранг окремої і дуже важливої наукової проблематики (Курилович, 2022).

Як вважає І. Трубавіна, дуже важливим є вивчення спектру найрізноманітніших проблем біженців в Україні в війні 2022 року, адже,

розставивши акценти, можна буде розробити програму їхнього повернення на батьківщину та надання психореабілітаційної допомоги (Трубавіна, 2022).

У. Садова, Р. Рісна ведуть мову про рееміграцію як складний і розгалужений комплексний механізм соціальної політики у справах внутрішньо переміщених осіб в Україні. Важлива роль повинна належати зменшенню деприваційних, зокрема матеріальних, чинників на рееміграційні процеси (Садова, Рісна, 2015).

Окрім економічних вимірів окресленого проблемогенного спектру, як ми вже зазначали, вкрай важливим постає психологічна складова, зокрема вивчення специфіки психостанів потенційних мігрантів, насамперед фрустрованості, які переживаються внаслідок негативного впливу різновидової (соціальної, економічної, сімейної тощо) депривації, а також надання професійної психологічної допомоги й супроводу (Блинова, 2011; Варій, 2009; ).

Як відомо, психологічний супровід повинен бути поліаспектним і комплексним, а його основними функціями мають стати: інформаційно-аналітичний супровід окремих етапів особистісного, сімейного, професійного та іншого становлення; фахове, компетентне і доречне надання допомоги та підтримки особистості в подоланні труднощів і бар'єрів становлення, особливо у випадку зміни соціального, сімейного, професійного та іншого статусно-рольового доквілля; проектування і самопроектування сценаріїв окремих етапів становлення; особистісна реабілітація у випадках тривалої перерви в певній діяльності (безробітних, потенційних мігрантів, жінок після декретної відпустки, звільнених з ув'язнення тощо); забезпечення умов для особистісного, соціального, професійного та іншого самозбереження; профілактика розвитку особистісних деформацій, комплексне надання допомоги для нейтралізування стагнації, подолання криз і вирішення конфліктів; корекція особистісного психологічного профілю.

Феномен психологічної підтримки як допомога, сприяння, прагнення підтримати базується на механізмах розуміння, визнання, довіри, емпатії,

симпатії, ідентифікації тощо, має позитивну емоційно-енергійне значення і стимулює процеси соціалізації та розвитку особистості (Гордієнко, Ізотова, 2008; Гошовський, 2009; Католик, 2005; Організація соціально-психологічної допомоги дітям, батьки яких перебувають за кордоном, 2005).

Вивчення різнопланових проблем міграції та репатріації дозволяє вивести певну константу : зупинити еміграцію неможливо, але зробити її осмисленою, ввести в нормальне русло є важливим завданням людської спільноти. Еміграція виступає своєрідним дуже важливим життєвим іспитом для людини, адже вона зумовлює спалах активності й енергії в одних людей і повний розпач та депресію в інших. Тому наукологічне осмислення людської психології як на рівні окремої особистості, так і в широких вимірах масових спільнот потрібне насамперед для надання багатоманітної допомоги, комплексного психологічного, правового, соціального, духовного та іншого супроводу.

Трансформаційний, кризовий і суперечливий характер соціально-економічних змін у нашій країні виступив як каталізатор складних суспільних процесів, так і мірилом та чинником істотних видозмін індивідуальних життєвих траєкторій. Економічно-деприваційні труднощі й нагальна потреба їхнього подолання зумовили як інтенсифікацію соціальної мобільності людини, так і спричинили істотні афективні розлади як реакції на невідомі, незрозумілі, а іноді дуже болісні й травмогенні життєві обставини.

Посилення міграційних намірів через несприятливий вплив і тиск економічної депривації зумовлено також глобалізаційними вимірами й тенденціями сучасного світу, внаслідок чого значна кількість людей прагне добровільно або вимушено змінити своє місце проживання. Наштовхуючись на об'єктивні (економічна криза, безробіття, низький рівень заробітної плати) і суб'єктивні (бюрократизм працедавців, власний соціальний песимізм і психофізична втома тощо) перепони на шляху задоволення екзистенційно важливих потреб, зокрема в самореалізації та самоствердженні, значна

кількість людей намагається покинути драгливий і проблемний простір й оволодіти іншим, що, на їхню думку, є кращим, багатшим, комфортнішим і успішнішим. Досить часто міграційна поведінка як спроба людини до видозмін свого економічного депривуючого макросоціуму має серйозні наслідки, які перешкоджають її самореалізації та чинять дискомфортний вплив на поведінку, діяльність і спілкування. Динаміка життєвих перспектив у потенційних мігрантів доволі часто крім надії, райдужних сподівань та необгрунтованого оптимізму забарвлюється тривожністю, амбівалентністю та фрустрованістю (Блинова, 2011; Терлецька, 2011).

Різноманітні напрями надання психологічної допомоги мігрантам висвітлені у працях М. George (травматичний досвід міграції та страждання біженців : наслідки для практики соціальної роботи) (George, 2012), І. Palmary (огляд існуючих досліджень і майбутніх можливостей психології міграції) (Palmary, 2018). Дослідниками презентовано численні підходи щодо надання підтримки вимушеним мігрантам, а сам факт міграції розглядається насамперед як переживання зазвичай негативних життєвих подій. Окремим ракурсом постає надання комплексної соціальної, правової, медико-психологічної допомоги мігрантам для підтримки їхнього психічного здоров'я, адже їм досить часто притаманні розлади невротичного рівня, депресія, тривожні розлади і страхи, розбалансованість мотиваційно-потребової сфери, психосоматичні проблеми, криза ідентичності, суїцидальні наміри тощо. Безперечно, цінними будуть різноманітні форми психологічної допомоги й супроводу, зокрема варіанти ефективного консультування, а також п'ятиступеневої позитивної психотерапії, раціонально-емоційної психотерапії, інтегративної когнітивно-динамічної моделі роботи із соматоформними розладами, тренінг впевненості (асертивності) та інші результативні практики і техніки (George, 2012; Palmary, 2018).

Досить контраверсійним варіантом надання допомоги/супроводу потенційним мігрантам є, наприклад, один з багатьох тематичних мігрантських сайтів (Див. : Пора валить: <http://pora-valit.com/>), на якому крім

організаційних і контактних даних подано добірку рекомендаційних статей, присвячених досвіду еміграції. Типовими тематичними лініями виступають такі: 1) акцентуація на необхідності емігрувати («За межею бідності: як живе кожний шостий мешканець росії», «Все погано і буде ще гірше», «Еміграція як квест. Перші помилки»); 2) наголос на ризиках і небезпеках «7 небезпек еміграції», «Про злодійчуків», «Тероризм»); 3) виокремлення непотрібності мігрантів («Кому ми там потрібні?», «Історія доль», «Як переїхати й не отримати нервовий зрив»); конкретні поради («Як звалити: виріши, в якій країні хочеш жити; вивчи мову; яким чином ти хочеш емігрувати (робота, навчання, бізнес, втеча, шлюб)» тощо.

Нами була розроблена *програма ревіталізаційного супроводу психогенези потенційних мігрантів*, визначальна ревіталізаційна спрямованість якої зводилася до системної активізації та виваженого стимулювання афективно розбалансованого, насамперед фрустрованого, суб'єктного саморозвитку, в якому (за Г. Костюком та С. Максименком) особистість ставить власну мету розвитку та використовує для її досягнення найрізноманітніші можливості і потенціали, причому як власні індивідуально-особистісні ресурси, так і пропонувані зовнішнім соціодовкіллям (Костюк, 1989; Максименко, 2006).

Вважаємо, що *реалізація програми психологічного супроводу й підтримки людей з міграційними намірами, які знаходяться в силовому полі фрустрації, забезпечує розвиток у них умінь конструктивної нейтралізації фрустрованості, активізації вмінь щодо оптимальної саморегуляції психічних станів, оволодіння навичками успішного подолання різномодальних фрустраторів, вироблення оптимістичних і реалістичних траєкторій власної психо- і соціогенези.*

Розроблена й апробована нами програма ревіталізаційного супроводу психогенези потенційних мігрантів, що переживають фрустрованість, передбачала два основні розділи.

**Перший розділ** – *теоретичний* був спрямований на формування в досліджуваних загальнопсихологічних уявлень про фрустрацію,

фрустрованість, фрустраційну поведінку, тривожність, страх, депресивність, економічну депривацію, фрустраційну толерантність, копінг-стратегії та копінг-тактики, раціональні й ірраціональні переконання, про засоби й умови подолання негативного впливу фрустрованості.

Другий розділ – *практичний* був спрямований на розвиток умінь і навичок активно й конструктивно долати фрустрацію як у спеціально змодельованих і організованих тренінгових ситуаціях, але і в повсякденній соціальній активності та професійній діяльності. Увага була зосереджена на виробленні навичок реалізувати набуті впродовж участі у Т-групі комунікативно-функціональні компетентності щодо самодіагностики особистісних психостанів, що забезпечують усвідомлення фрустрованості та варіантів, форм і способів її зниження і подолання; на формування реальних умінь вибирати адекватні конструктивні форми нейтралізації фрустраторів та зниження рівня нервово-психічної напруженості певної фруструючої ситуації; на формування здатності оперативно задіювати адекватні копінг-тактики і копінг-стратегії; на вироблення навичок асертивності як спроможності до відстоювання своїх прав і меж власного психопростору; на вироблення навичок фрустраційної толерантності і гармонійного комунікативно-перцептивного спілкування.

У теоретичному ракурсі *програма як цикл тематичних міні-лекцій передбачала* ознайомлення потенційних мігрантів з основними тенденціями сучасної міжнародної міграції, зокрема в контексті глобалізаційних процесів, а також про значне зростання нелегальної та розширення географії вимушеної міграції та про існування подвійних стандартів міграційної політики на регіональному, національному, міжнародному та світовому рівнях. Детальна поінформованість досліджуваних про соціально-психологічні складові і наслідки процесу міграції виступає дуже важливим фактором, адже більшість з них через нестачу знань про це були схильні до виїзду за кордон неврегульованим/напівврегульованим шляхом, що цілком може загрожувати особистісній безпеці.

Досліджуваним на теоретичному й ілюстративно-фактологічному матеріалі подавались уявлення про те, що сучасні міграційні потоки, особливо нелегальні, вже самі по собі мимовільно породжують умови й високі ризики для появи як проблем з адаптацією до нових життєвих реалій, так і різнобічних деструктивних конфліктів. Усе це засвідчує необхідність будь-якого приймаючого соціуму забезпечити лад і добропорядок у власних соціально-економічних і духовно-культурних нормах і пріоритетах, в яких мігранти-нелегали постають зайвою дискомфортною і зазвичай небезпечною ланкою.

Потенційним мігрантам було презентовано основні науково-психологічні уявлення про маргінальність та соціальну ексклюзію, що виникають через порушення зв'язку між людиною і соціальною системою та призводять до перепадів функціонування багатьох особистісних конструктів на афективному, когнітивному та поведінковому рівнях. Насамперед відбуваються порушення структури соціальної ідентичності, адже людина є власницею всього лише декількох соціальних ролей і статусів, а в ситуації невизначеності, яка забарвлена фрустрацією, вони не інтегруються до єдиної структури. До того ж перебування на маргінесі здебільшого зумовлює появу дифузної ідентичності як результату розбалансованого ототожнення. Водночас активізуються механізми психологічного захисту внаслідок переживань через перепади самооцінки.

Загалом, психоемоційний компонент соціальної ексклюзії був чітко означений у загальновідомому класичному твердженні А. Сміта про те, що бідна людина, має істотно менший доступ до ресурсів, а тому переживає свою бідність як сором. Неможливість задовільнити фундаментальну потребу в приналежності до поціновуваної референтної статусно-рольової групи найчастіше призводить до тривоги, депресії, пригнічення мотивації досягнення, а відчуття ізоляції як похідної економічної депривації маргіналізує впененість, самоствердження, породжує безпорадність як



відсутність контролю над соціальною реальністю та неспроможність інкультуруватися в неї.

Цілком імовірна можливість збігу соціального і фізичного болю, оскільки психоемоційні переживання внаслідок соціальної ексклюзії та відчуття себе маргіналом знаходять своєрідну підтримку в стимуляції мозкової активності на рівні вогнища оптимального збудження, що проявляється в соматизації та взаємодії цих двох форм болю.

Звичайно, що отримані від психолога конкретні науково-статистичні дані про випадки і наслідки потрапляння в пастку й залежність від шахраїв і торгівців людьми можуть як посилити тривожно-фрустраційну складову їхньої афективності, так і виступити своєрідним «гальмівним шоком» і причиною для переосмислення міграційних намірів.

Для дискусійного розгляду і спроби детального аналізу пропонувалося ціле коло різноманітних понять, зокрема мотиви еміграції, проблеми аксіологічних розбіжностей і поведінкових стереотипів, специфіка культурної ідентичності, проблеми адаптації та акультурації тощо.

У межах теоретичного розділу програми досліджуваним у формі міні-лекцій доводилась інформація про негативні соціально-психологічні особливості впливу економічної депривації на життєдіяльність людини будь-якої країни світу, що зумовлено блокуванням її спроможності здобути матеріальні ресурси для забезпечення власної екзистенції та своїх близьких. Розкривалися психологічні закономірності того, що дискомфортне почуття безвиході, незахищеності і безпорадності, зумовлене ототожненням економічно-депривованої людини з позицією жертви, завдає надмірної психотравматизації та породжує депресивно-фрустраційні настрої. Почуття провини перед рідними та іншими референтними людьми, сором через власну матеріальну неспроможність культивують занижену самооцінку і вибудовують на рівні прогностичного бачення деформовану картину світу, в якій майже немає свободи вибору.

Досліджуваним повідомлялося, що внаслідок фрустрації в людини досить часто формується так звана «тріада ворожості» як певний комплекс негативних емоцій, що може призвести до поведінкових змін під тиском почуття ворожості до себе, навколишніх людей і обставин. Водночас розлади самоконтролю афективних і поведінкових станів зумовлюють дезадаптацію та ускладнюють психо- і соціогенезу особистості.

Різномодальна тривога за своє майбутнє, песимістичне очікування «чогось поганого», страх перед невідомістю і можливими радикальними змінами, посилена фрустрованість цілком закономірно зумовлюють надмірну особистісну й соціальну амбівалентність і психотравматизацію. Міграційні очікування у режимі невідомості, які зафіксовані нами у досліджуваних на рівні вербальних реакцій-маркерів на вимушену міграцію, розпадаються на два полюси : від сподівань і віри, які мають здебільшого екстрапунітивне пояснення («мені пощастить», «все буде добре», «ачей мені вдасться», «з Божою допомогою» тощо) до розчарувань і зневіри («це останній шанс», «мені, як завжди, не пощастить», «відчуваю біду», «тяжкий хліб заробітчанства», «депортують як нелегала» тощо). Зумовлена економічною депривацією вимушена міграційна налаштованість досліджуваних через почуття «розтоптанії гідності» досить часто спричиняє акумуляцію різновидової агресії, яка через невисловленість і невираженість може осідати у вигляді посилюючого фрустрованість чинника.

З метою послаблення негативного впливу фрустраційного синдрому досліджуваним висвітлювалися психологічні основи другої стадії травматизації, яка зазвичай настає внаслідок зустрічі з новою культурою приймаючої країни, куди налаштовані потенційні мігранти. Базовою ознакою цього складного процесу є те, що інші культурологічні реалії та цінності доволі часто змушують мігранта «втратити себе», тобто відмовитися від колишнього стилю і способу життєдіяльності, прийняти чужі особистісно-соціальні правила, стандарти і способи поведінки.

Досліджуваним зазначалось, що навіть за більш-менш сприятливих умов адаптаційно-стресогенний характер інкультурації в іншу ментальну й соціальну нішу завдає істотних особистісних проблем і психотравм. Дезорганізуючі переживання через «культурний шок» концентрують у собі апатію і тривожність, посилюють емоційні реакції негативного спектру, адже людина здебільшого постає перед усвідомленням нездатності передбачити і проконтролювати поведінку інших, «чужих» щодо себе. Труднощі контролю актуальної для забезпечення умов виживання ситуації та розмитість і невідомість прогнозування свого подальшого перебування в чужій країні розхитують афективну і когнітивну складову поведінки людини. Наводилась інформація про типові амортизаційні психологічні стани, що переживаються внаслідок «культурного шоку», зокрема постійне і гнітюче почуття втрати і позбавлення (рідних, друзів, статусу, батьківщини, мови, людської гідності, національної ідентичності тощо), почуття знехтуваності і меншовартості, усвідомлення відторгнутості як через не прийняття новою культурою (зверхність, погордливість, матеріальне, національне, класове дистанціювання), так і через складність і/або неспроможність прийняття нової культури (нездатність оволодіти достатнім рівнем мовою приймаючої країни, інші релігійні, національні, духовно-культурні цінності тощо). По суті, людина постійно відчуває збої у рольовій структурі (ролях, статусах, очікуваннях, ставленнях), переживає плутанину з аксіологічними та самоідентифікаційними пріоритетами і почуттями. Цілком частими похідними переживання мігрантами «шоку культурної імплементації» є фрустраційно забарвлене гостре почуття неповноцінності внаслідок неспроможності впоратися з новою ситуацією, що лише культивує завчену безпорадність, песимізм та психоемоційне вигорання.

Отож важливим інформаційним блоком міні-лекцій було висвітлення особливостей пре-аккультурації, що формуються в базових мотивах еміграції, очікуваннях людей з міграційними намірами, зокрема, зазначалося, що потенційні мігранти здебільшого схильні ідеалізувати країну прийому і через

невідомість не очікують виникнення там психологічних проблем, зумовлених, наприклад, негативним ставленням корінного населення країни прийому та внаслідок неспівмірності культурних норм, установок і цінностей. Як економічна депривованість, так і вимушеність, несамостійність та залежність ухвалення рішення про еміграцію, недостатня проінформованість щодо соціально-психологічних проблем, що виникають після переїзду в іншу країну, досить часто виступають предикторами рееміграції.

Одним з основних завдань превентивної складової програми роботи з економічно депривованими потенційними мігрантами, яким притаманні стани фрустрованості, тривожності, невпевненості, було *ревіталізаційне усунення якомога більшої кількості факторів, що культивують психофізичне виснаження та афективну розбалансованість і набуття нових знань, умінь, навичок для компетентного саморегулювання ускладнених ситуацій і психостанів.*

Ми виходили з концептуальних поглядів Я. Гошовського, згідно з якими ревіталізація (відновлення, відтворення, оживлення) як багатогранне поняття має активний науково-практичний обіг в архітектурі, медицині, екології, техніці. У психолого-педагогічній традиції ревіталізація (від лат. *re* ... – відновлення та *vita* – життя, дослівно: повернення життя) як значною мірою інноваційний термін позначає системні підходи до психофізичного і соціального відновлення, оживлення, відтворення особистості. Вчений розглядає ревіталізацію «...як системно організований психолого-педагогічний процес відновлення пригніченого екзистенційного статусно-рольового балансу й потенціалу особистості. Ревіталізація передбачає зменшення сформованих унаслідок депривації негативних індивідуальних і групових рис і навичок та переорієнтацію атитюдів і референтних очікувань в оптимістичне світобачення, насамперед через включення в якісно нові просоціальні взаємини й види діяльності» (Гошовський, 2014: 101). Стверджується, що в генетично-психологічному сенсі ревіталізація

депривованих осіб відбувається як спеціально вибудована система психолого-педагогічної розвивальної діяльності, яка зорієнтована на істотне зниження дискомфортних афективних, когнітивних, поведінкових та інших станів у ситуації актуального розвитку (фруструючий режим економічної депривації) та їх перехід до якісно видозміненої й оптимістичнішої перспективи найближчого розвитку. Завдяки проектуванню як активному моделюванню та відтворенню форм психіки в особливих ( у нашому випадку – тренінгових) умовах економічно депривовані люди здатні подолати негативний вплив різновидових (матеріальних, соціально-статусних, сімейних та ін.) обмежень (Гошовський, 2014).

Ми враховували, що проектування, будучи процесом спільної групової творчості, все ж базується насамперед на оригінальності індивідуальних проектів кожного з учасників тренінгу та засвідчує його здатність до самоаналізу, рефлексії, креативності, цілепокладання, вибору адекватних рішень, умінню вибудовувати авторські плани й ставати ситуативним, функціональним, емоційним, інтелектуальним та іншим лідером мікрогрупи у вирішенні проблем економічної депривації, міграції, фрустрації тощо.

Понятійний ряд ревіталізації передбачає розгалужене і комплексне надання психологічної допомоги особистості, тому враховує особистісне самовизначення, соціально-психологічну адаптацію, абсорбцію, позитивну самоакцептацію та самоактуалізацію. Невід’ємними системними компонентами ревіталізації є: 1) реабілітація (поєднання психологічних, медичних, професійних, соціальних та інших зусиль і заходів, зорієнтованих на відновлення психофізичного й соціального здоров’я людини, яка має певні розлади і дисфункції); 2) реєдукація (перенавчання як відновлення/здобуття здатності бути, могли і вміти успішно виконувати свої колишні функції та ролі); 3) реадаптація (повторне пристосування людини до умов соціодовкілля як відновлення регуляторних психічних реакцій, що відповідають вимогам і нормам звичайних умов життєдіяльності); 4) реінтеграція (впорядкування, відновлення, повернення до цілісності як

об'єднання розбалансованих установок, цінісних орієнтацій, комунікативних практик тощо); 5) ресоціалізація (поновна соціалізація в нормативні параметри не депривуючого, а рецептивно-розвивального соціодовкілля); 6) реконструкція (реорганізація як покращення своїх минулих здобутків, статусів, ролей, діяльності і перебудова їх за новими принципами); 7) рекреація (відтворення, відновлення, вироблення навичок до інтенсифікації оздоровчої, культурної, спортивної, дозвіллевої діяльності тощо).

Побудова програми передбачала *синтез перелічених вище компонентів* і врахування таких позицій, згідно з якими для успішної та різнопланової ревіталізації економічно депривованого потенційного мігранта повинні бути створені умови для його позитивної налаштованості на взаємодію та співпрацю з психологом, на вироблення своєрідної «робочої домінанти» для подолання негативного фрустраційного тиску, на оптимізацію його самооцінки, самоствердження та набуття нових реадаптаційних потенціалів.

Основними етапами ревіталізації є: 1) рефлексія власного актуального стану через усвідомлення реальної життєвої ситуації (депривованість, міграційна спрямованість, певна маргіналізованість тощо) та налаштування на співпрацю з іншими (собі подібними, психологом, реабілітологом, працівником соціального захисту, потенційним працедавцем та ін.); 2) психоемоційне й когнітивне вживання в ревіталізаційні умови і правила як ідентифікація з системою нових норм і можливостей набуття позитивних і успішних просоціальних стилів поведінки, самооцінок, образів Я тощо; 3) вироблення конкретних тактик і стратегій видозмін своєї особистості, набуття завдяки отриманню кваліфікованої ревіталізаційної допомоги компетентностей до «саморуху», зокрема як спроби виходу з фрустраційно-депресивної афективної ситуації, спричиненої як економічною депривацією, так і міграційними очікуваннями.

Ревіталізаційна спрямованість програми пояснювалася насамперед намаганням гармонізувати й оптимізувати психосвіт потенційних мігрантів, адже вони зазвичай переживають усі негативи економічної депривації та

мають дифузні й істотно деформовані уявлення про життєві перспективи, переживають відчуття соціальної незахищеності й меншовартості, внаслідок чого демонструють як розлади контролю за власною психоемоційною сферою, так і поведінкові дисфункції (посилення вербальної і/або інструментальної агресивності, усамітнення тощо).

Утвердження у поведінковій активності потенційних мігрантів тенденцій до впевненості й самоствердження має помітний результативний ефект, що дає змогу набутти їм як оптимістичних змін у побудові актуальної життєвої Я-концепції, так і збалансувати та врегулювати свій психоемоційний світ. Загалом, *ревіталізаційний підхід передбачає осмислення і реальне вирішення деприваційно-фрустраційної ситуації насамперед завдяки оволодінню знаннями й навичками для здійснення успішного переналаштування з негативних, тривожних і невпевнених на позитивні і стабільні афективні психостани.*

У **другому практичному** розділі програми ревіталізаційного супроводу психогенези потенційних мігрантів використовувався широкий діапазон сучасних розвивальних психотехнологій.

Практична складова програми, відбуваючись як задіяння засобів і прийомів генетично-психологічного тренінгу, включала також і групову дискусію, яка завдяки сформованій партнерській і дружній атмосфері спільно зацікавлених людей щодо віднайдення забутих і здобуття нових сенсів життєдіяльності давала змогу обговорити реальні й важливі проблеми для всіх депривованих учасників.

Для потенційних мігрантів, які переживають ускладнені афективні психостани внаслідок негативного впливу економічної депривації, доцільно застосовувати багатоманітні психотехнології особистісно-орієнтованого супроводу: розгалужений моніторинг особистісного, соціального, професійного розвитку; різноматичні психотренінги особистісного розвитку і саморозвитку; тренінги саморегуляції емоційно-вольової сфери і самовідновлення особистості; тренінги набуття психологічної

аутокомпетентності; особистісно орієнтовані тренінги підвищення соціально-професійної компетентності; психобіографічна ретроспекція життєвого шляху; проектування альтернативних сценаріїв особистісно-професійного життя тощо (Блинова, 2010).

З метою здійснення розвивально-психологічного впливу і досягнення позитивного й результативного ефекту у практичного розділі розробленої нами програми було задіяно *генетично-психологічний тренінговий підхід для оптимізації фрустраційної толерантності людей з міграційними намірами* (див. підрозділ 3.2).

Програма ревіталізаційного супроводу психогенези потенційних мігрантів завдяки участі досліджуваних у професійно змодельованому тренінговому спілкуванні передбачала активізацію їхніх особистісно-самостверджувальних інтенцій, стимулювання пригнічених економічно-деприваційним тиском потенціалів та забезпечувала вироблення навичок орієнтуватися в ускладнених життєвих ситуаціях через саморегуляцію та збалансованість когнітивно-афективних механізмів.

По суті, практичний розділ забезпечував набуття досліджуваними навичок та був спрямований на покращення комунікативної активності, розширення різнопланових компетентностей, посилення афективної саморегуляції, кількісне і якісне зростання особистісних рис, навіювання/самонавіювання віри в себе і впевненості у власних діях та поступках, які б дозволили набутти фрустраційної толерантності й набратися оптимізму для вирішення екзистенційно важливих завдань і виборів.

### **3.2. Генетично-психологічний тренінговий підхід для оптимізації фрустраційної толерантності людей з міграційними намірами**

Люди з міграційними намірами, переживаючи різнопотужний вплив фрустрації, тривожності, невротизації, депресивності та інших амортизаційних психостанів, потребують повсякчасно психологічного



супроводу, мають гостру необхідність у кваліфікованій психологічній допомозі. Досить часто доречне втручання психолога може як посприяти зниженню цих неприємних і гнітючих переживань, так і зупинити потенційного мігранта від таких складних і непередбачуваних за результатами кроків та посприє налаштуванню на самореалізацію в рідній країні, а не за кордоном.

В особистісному становленні кожної людини, яка переживає складні життєві моменти і випробування, дуже важливе значення мають «відносини, що допомагають». Такі відносини передбачають налагодження системи розуміючих і підтримуючих перцептивних взаємин, у якій одна зі сторін має бажання і намір допомогти і посприяти іншій стороні в стимулюванні її життєдіяльності, особистісного зростання, соціальної досвідченості і зрілості, в умінні налагоджувати контакти з іншими людьми. Безперечно, характер ставлень з боку людини, яка допомагає, має бути виваженим, доречним, ненастриливим і демократичним, адже для досягнення такої гуманної мети повинні бути задіяні активні довірливі, почуттєво розумні комунікативні впливи.

Крізь призму концептуальних поглядів генетичної психології нами виокремлено базове положення, згідно з яким фахова організація гуманного макро- і мікродовкілля, *побудова партнерських і толерантних взаємовідносин, щирого й довірливого комунікативно-перцептивного мікроклімату, спільна креативна діяльність з прогнозованими сприятливими результатами дає можливою для істотного зниження негативних афективних, зокрема фрустраційних станів і синдромів.* Сприяння самодетермінації особистості завдяки культивуванню механізмів самопізнання, ідентифікації, рефлексії, цілепокладання, мотивування дає хорошу нагоду справитися з афективними розладами і вирішити нагальні життєві проблеми і виклики (Брецко, 2015; Візнюк, 2018; Вірна, 2003; Гошовський, 2008; Максименко, 2006).

Психологічна підтримка як різноплановий процес надання допомоги передбачає розробку і запровадження моделей вільного і взаємопідтримувального спілкування, що дозволяє спільними зусиллями встановити коло інтересів, пріоритетів, можливостей, цілей, тактик і стратегій нейтралізації тих неприємно-фрустраційних проблем, які перешкоджають потенційним мігрантам зробити правильний вибір. Досить часто це зумовлено необхідністю допомогти економічно-депривованій особистості зберегти віру у власну значущість та втримати людську гідність.

У теоретико-методологічних підходах до обґрунтування генетично-психологічного тренінгу для оптимізації фрустраційної толерантності людей з міграційними намірами ми враховували : постулати *психоаналітичного підходу* (З. Фройд), згідно з якими нейтралізація фрустрації відбувається як певне подолання комплексів завдяки доведенню до свідомості невротика і пов'язаною з цим психологічною розрядкою справжніх глибинних причин переживаного симптому, викликаного насамперед фрустрованими сексуальними імпульсами (Фройд, 1991); погляди *біхевіористського підходу* (Р. Берн, Д. Річардсон), згідно з якими розвивальна і корекційна робота з людьми, які схильні до агресивної поведінки в ситуації фрустрації, повинна відбуватися як навчання різним соціальним умінням і навичкам, зокрема завдяки таким конкретним процедурам тренінгу соціальних умінь як моделювання/демонстрація прикладів адекватної поведінки (вікарне навчання), рольові ігри (вироблення вмінь), встановлення зворотного зв'язку через заохочення/винагороду за соціально адекватну і бажану поведінку, перенесення навичок з навчальної ситуації в життєві реалії; концепти *гештальттерапевтичного підходу* (Ф. Перлз), коли значна увага надається насамперед усвідомленню клієнтом своїх фрустрацій та усуненню невротичних механізмів, що їх спричиняють (злиття, проєкція, інтроекція тощо), що загалом сприяє завершенню гештальтів та збудженню і зростанню людської особистості; необхідність створення умов для повторного переживання фруструючих ситуацій, адже це забезпечує клієнтові доступ до

наявних у нього ресурсів; погляди *логотерапевтичного підходу* (В. Франкл), які передбачають, що коли в людини фрустровано прагнення до сенсу, то виникає екзистенційна фрустрація, насамперед у вигляді апатії та нудьги, тому гуманні стосунки з логотерапевтом, його уважне ставлення до симптомів екзистенційного вакууму; поглиблення екзистенційного усвідомлення, фокусування на пошуках сенсу дозволяють послабити або й нейтралізувати фрустрованість. Безперечно, в контексті логотерапії важливо враховувати, що фрустровану людину неможливо навчити цінностей і смислу, оскільки лише вона сама має прожити, засвоїти і трансформувати ці складні утворення (Франкл, 2016).

Однією з ключових теоретико-методологічних засад нами були визначені твердження сучасної української генетичної психології (за С. Максименком), які постулюють, що дефініція «розвиток» містить у собі розуміння того, що специфічні форми психіки не надані людині від народження, а лише задані як певні суспільні зразки – своєрідні матриці соціального буття. Тому власне психічний розвиток може відбуватися насамперед як засвоєння цих зразків, зокрема у процесі спеціально організованого і цілеспрямованого навчання та виховання (Максименко, 2004). Як відомо, основним об'єктом генетичної психології постає людина, яка розвивається, кожний окремих духовно-тілесний індивід, що породжений власною предметно-практичною діяльністю, а його формування і становлення задається програмою віддалених цілей навчання і виховання.

Як зазначає С. Максименко, «генеза особистості – це специфічна трансформація структурних компонентів діяльності опосередкованих механізмом інтеріоризації в структурні властивості і якості особистості. Тобто, інакше кажучи, особистість водночас і реалізатор діяльності (як форми прояву її потенцій), і активізатор процесу функціонування діяльності, яка трансформується в психічні якості самої особистості» (Максименко, 2002: 1.: 306).

Сутнісно-функціональна архітектоніка генетично-психологічного тренінгового підходу для оптимізації фрустраційної толерантності людей з міграційними намірами полягає в усвідомленні того, що це є спільна діяльністю психолога-експериментатора (консультанта, медіатора, психореабілітолога тощо) і клієнта (потенційного мігранта) з активізації його життєстверджувальної та оптимістичної позиції, спрямованої на подолання негативних фрустраторів, які зумовлюють афективну розбалансованість (підвищена тривожність, немотивована агресивність, посилена невпевненість, підвищена невротизація), синдрому емоційного вигорання, а також культивування особистісного саморозвитку, підвищення адаптивності до умов реалізації власної життєвої самореалізації.

Звичайно, важливим є врахування якомога ширшого кола детермінант, зокрема актуальні соціально-економічні й матеріально-побутові чинники, які зумовлюють життєдіяльність та ціннісні орієнтири й настановлення потенційних мігрантів, адже якраз вони знаходять свій прояв на емоційному, фізичному, поведінковому, інтелектуальному, соціальному та інших рівнях особистісної психоструктури та проявляються в провідній діяльності.

З огляду на специфічність учасників Т-групи (економічно депривовані люди, що перебувають у стані особистісної та соціальної фрустрованості) нами враховувався такий принцип тренінгової діяльності як *принцип переходу від потреб нужди до потреб зростання*. Маючи в своїй основі відомі самоактуалізаційні положення А. Маслоу, тренінг покликаний забезпечити умови саморозвитку, тобто мотивація поведінки особистості розглядалася не з її статичності природи, а з позицій її саморозвитку, тобто з урахуванням того, якою вона має бути завдяки оптимізації шляхів творення самості. За С. Максименком, якраз *нужда – вихідна змістовна одиниця особистості, виражаюча співвідношення біологічного та соціального як відкритої системи, що саморозвивається, створюючи саму себе, виступає всезагальною енергетичною силою людської екзистенції* (Максименко, 2002). Отож важливою складовою генетично-психологічного тренінгового підходу

був наголос на активізацію особистісної самосвідомості, суб'єктно-пошукової активності виходу з ускладнених життєвих ситуацій, стимулювання розвитку комунікативно-перцептивних здібностей, рефлексії, тобто ознайомлення учасників тренінгу з результативними способами і засобами виходу з «проблемного поля», подолання фрустраційно-депресивних нащарувань і проектування впевнених і адаптивних траєкторій особистісної діяльності, спрямованої на рольове, статусне, матеріальне та ні. самоствердження.

У процесі розробки генетично-психологічного тренінгового підходу для оптимізації фрустраційної толерантності людей з міграційними намірами ми спиралися на успішний досвід апробації та реалізації концептуальної моделі психолого-педагогічної підтримки депривованих підлітків із синдромом емоційного вигорання, запропоновану І. Брецько. Дослідниця стверджує, що результативність моделі ревіталізаційної підтримки досягалася завдяки тому, що враховувала два визначальні системні рівні організації : «1) вертикальний – забезпечує генезисну поступальність, неперервність, системність і цілісність психолого-педагогічної підтримки: захист, допомогу, сприяння, взаємодію; 2) горизонтальний – системна ієрархізована організація всередині кожного етапу : цільова спрямованість, зміст психолого-педагогічної підтримки, реалізація розвивальних генетично-моделювальних технологій, організаційні і специфічні (деприваційні) умови; критерії, рівні та показники результативності; засоби і способи психологічної діагностики» (Брецько, 2015: 112-113).

Вивчаючи самоприйняття як чинник розвитку соціальної ідентичності особистості в умовах сімейної депривації, Ю. Візнюк стверджує, що: «Культивований генетично-психологічний тренінговий підхід у ракурсі соціально-психологічної корекції особистісно-деприваційних деформацій позитивно впливає на такі характеристики як просоціальні здібності і відкритість у спілкуванні, підвищення адаптивності і толерантності до

фрустрації, зниження тривожності й депресивності, покращання самооцінки й адекватної ототожнювальної активності» (Візнюк, 2018: 169).

Отож можемо відзначити апробованість і результативність генетично-психологічного тренінгового підходу для роботи з депривованими вибірками досліджуваних.

*Визначальними засадничими принципами тренінгової програми були:* опора на генезисні особистісно-розвивальні підходи психологічної підтримки, які здатні активізувати вироблення навичок саморегуляції та стимулювати «особистісний саморух» (Г. Костюк) (Костюк, 1989); забезпечення умов спрямованого розвитку і корекції емоційної, мотиваційної, когнітивної, ціннісної, поведінкової та інших сфер особистості потенційного мігранта, який унаслідок негативного впливу економічної депривації обрав міграцію як основний варіант вирішення базових екзистенційно-матеріальних проблем і переживає через це численні афективні проблеми і стани, зокрема фрустрованість; принцип безоцінного й доброзичливого ставлення до особистості, яка через економічну депривацію, матеріальні труднощі досить часто переживає відчуття втрати статусно-рольових переваг і поваги, тому прояв емоційної теплоти, безоцінне, допомагаюче та незасуджуюче ставлення до її поведінки, цінностей, норм, стилю життя лише сприятиме налагодженню взаємодії та пошуку оптимальних шляхів виходу з ускладненої ситуації.

Безпосередні тренінгові підходи передбачали врахування таких принципів: 1) принцип орієнтації на сензитивні періоди особистісного вікового і соціального розвитку; 2) орієнтація на провідний вид діяльності; 3) врахування зони (і перспективи) найближчого розвитку (за Л. Виготським); 4) ампліфікація – самопідсилення, збагачення, поглиблення психічного розвитку людини як запорука й важлива умова стимуляції її активності в подоланні нужди, культивування свободи, сприяння особистісному самовияву, віднайдення людиною себе у змісті власної діяльності та життєвих цінностей (за С. Максименком) (Максименко, 2006).

З базових принципів проведення наукового психологічного дослідження крізь методологічну призму генетичної психології (принцип системності (структурно-ієрархізованого й цілісного розгляду психічних утворень); принцип історизму (єдності генетичної та експериментальної лінії дослідження); принцип аналізу за «одиницями» (визначення вихідного суперечного відношення, що породжує клас явищ як ціле) та ін.) одним з найважливіших ми обрали такий, що видається найдоречнішим – принцип проектування, який передбачає активне й усвідомлене прогностичне моделювання, відтворення форм психіки в особливих умовах. Безперечно, це зумовлено тим, що потенційним мігрантам вкрай важливо моделювати власне майбутнє, адже вони перебувають зазвичай у стані невизначеності, амбівалентності, фрустрованості тощо.

Услід за Я. Гошовським, ми вважаємо, що розвивальна ревіталізаційна діяльність, реалістичні й оптимістичні психосугестивні тренінгові впливи, зосереджені на психорегуляції афективної сфери економічно депривованої особистості, допоможуть знизити їй дискомфортні й негативні переживання теперішньої ситуації актуалгенезу і забезпечити перехід до якісно стабільнішого психоемоційного реагування на проблеми і перепони та можливість справлятися з ними (Гошовський, 2014).

Нами активно застосовувалося *проектування*, яке, будучи за своєю суттю розгалуженою комплексною діяльністю, завдяки якій (без спеціально виголошеного навчального завдання з боку організаторів) забезпечується те, що учасники Т-групи оволодівають знаннями й навичками проектування нових понять, уявлень про різні сфери життя, індивідуально-особистісні, соціально-перцептивні, культурологічно-побутові відмінності і взаємовідносини між людьми.

Завдяки задіянню проектування учасники тренінгу можуть змоделювати свої впевненіші і спокійніші ролі і статуси, а набуті знання і навички поглиблюють їхню соціально-перцептивну компетентність, стимулюють розвиток здатності до адекватного ідентифікування та рефлексування,

виваженого цілепокладання, креативності у прийнятті рішень, спроможності ставати лідером (емоційним, діловим, інтелектуальним) у діяльності Т-групи

Одним з вагомих теоретико-методологічних постулатів тренінгової програми нами обрано положення про те, що внутрішньопсихологічну міграційну готовність людини визначає *певна амбівалентність*, зумовлена насамперед невідповідністю реальної картини світу, яка містить оцінку теперішнього місця проживання, і картини потенційного майбутнього, в якому планується подальша життєдіяльність (Блинова, 2011). Якщо перша картина дійсності особистістю дещо драматизується, то друга, зазвичай, ідеалізується. Однак латентне відчуття того, що невідомість майбутнього ареалу проживання може містити в собі дуже багато незнаних і складновирішуваних проблем, зумовлює досить часто невпевненість, нерішучість, боротьбу мотивів, афективні перепади адаптаційної готовності (від радості й ейфорії до розчарування і злості). Звичайно, що таке психоемоційне розбалансування може бути першопричиною появи у потенційних мігрантів фрустрованості, депресивності, апатійності та інших амортизаційних психостанів. Безперечно, відзначаючи плідність згаданих вище досліджень, слід визнати, що проблема зниження і/або подолання потенційними мігрантами фрустрації у вигляді істотного зниження та запобігання деструктивності і дискомфорту її впливу потребує подальшого детального вивчення й осмислення.

Г. Громова аналізує складну проблему толерантності до невизначеності та ставлення до часу як основних медіаторів посттравматичного відновлення особистості (Громова, 2021).

Концептуалізація превентивних, консультативних, корекційних підходів до фрустрованості потенційних мігрантів відбувалася з урахуванням поглядів більшості науковців про *необхідність культивування в них фрустраційної толерантності як полімодального психологічного явища*, що тісно пов'язане з такими поняттями як оптимізм, життєстійкість, спокій, задоволеність, самоефективність, успішна мотивація досягнення, самореалізація, надія,



самоактуалізація, щастя тощо (Божок, 2013; Большакова, 2000; Гошовський, 2014).

У випадку наявності в особистості високої фрустраційної толерантності (психоемоційна витривалість, терплячість, висока опірність стресам, відсутність складних і важких переживань та різких афективних реакцій-спалахів на дратівливі подразники тощо) фрустратор може не викликати фрустрацію. Однак зазвичай потенційним мігрантам притаманний низький рівень сформованості фрустраційної толерантності.

За S. Rosenzweig, фрустраційна толерантність – це насамперед спроможність людини пережити фрустрацію без істотних втрат для своєї різнобічної психобіологічної адаптації (Rosenzweig, 1941).

Здебільшого фрустраційна толерантність як цінна особистісно-соціальна риса, базована на відрефлексуванні власної афективності, розглядається не лише як вроджена індивідуальна якість, але і як таке утворення, що завдяки соціалізаційно-розвивальним зусиллям дозволяє істотно нейтралізувати песимізм і досягнути оптимістичних життєвих налаштувань.

*Фрустраційну толерантність ми трактуємо насамперед як здатність до витривалості і спроможність до протистояння людини різним загрозам, викликам і впливам, які вона може розглядати як небезпечні, загрозливі і шкідливі для себе.* Заодно фрустраційна толерантність передбачає не лише усвідомлення негативності впливу, але й серйозну налаштованість на вирішення актуальних життєвих завдань і викликів та вироблення навичок оптимізму і збереження психічної рівноваги.

Рівень соціально-психологічної опірності і стійкості людини до надмірних стресів, тривоги, фрустрації та інших негативних психоемоційних станів істотно залежить від рівня сформованості морально-аксіологічної системи, рефлексії, емпатії, альтруїзму, довіри тощо. У загрожених економічною депривацією умовах потенційні мігранти зазвичай переживають розбалансованість афективної рівноваги, тому культивування у них навичок фрустраційної толерантності видається вкрай важливим

завданням. Усе істотно ускладнюється, оскільки фрустраційна толерантність є такою індивідуально-психологічною рисою особистості, яка для забезпечення нормального почуттєвого і функціонального стану повинна вилаштовувати системи опору й подолання численних фруструючих ситуацій, різнопланових бар'єрів, які є видаються суб'єктивно нездоланими.

Досліджуваним давалися уявлення про *продуктивний копінг*, який сприяє вирішенню проблеми, зниженню дискомфорту та рівня психоемоційної напруги у складній ситуації, забезпечує певний душевний підйом і радість та задоволення від наслідків подолання. Натомість *непродуктивний копінг* пов'язаний зі складним переважанням психоемоційних реакцій на ситуацію, виступає своєрідним «застряганням» на них, тому найтипівшим його проявом є поглиблене занурення у переживання, надмірне самокартання і самозвинувачення, схильність до взаємозвинувачення тощо (Фінів, 2016).

Отож фрустраційна толерантність у потенційних мігрантів зумовлює не лише стійкість до різних фрустраторів, але й дає змогу протидіяти актуальним життєвим труднощам, причому зі збереженням спроможності до психічної адаптації. Вона можлива насамперед як *здатність людини з міграційними намірами об'єктивно й адекватно оцінювати мережу фруструючих чинників і ситуацій, зокрема передбачати і змодельовати ймовірність і варіативність успішного виходу з них*. Важливо розвивати й посилювати фрустраційну толерантність, навчити потенційних мігрантів адекватному рефлексуванню, зіставленню конкретних викликів із загальним широким контекстом своєї життєдіяльності, аналітично, творчо і гнучко вирішувати коло нагальних проблем. Причому корисною навичкою повинно стати секціювання як своєрідне «подрібнення» проблем, тобто шляхом аналізу зменшити, знизити, подрібнити фрустраційний тиск, який чинить «глобальна і невирішувана проблема», що насправді у випадку розкладання на окремі сегменти виявляється досить часто вирішуваною і не такою вже й складною.

Учасникам Т-групи пропонувався *хроноскопичний диспут* щодо розгляду й аналізу мотивів міграції у синхронних, ретроспективних і перспективних вимірах, а також вірогідності рееміграції (повернення в Україну). Оскільки потенційні мігранти (а отже й цілком можливо потенційні репатріанти) здебільшого ідеалізують країну прийому та не очікують ймовірності виникнення численних психологічних проблем (ставлення корінного населення, культурологічний шок адаптації, невідомі соціально-економічні реалії, недостатнє знання мови, ціннісні, етикетні, етнокультурні відмінності тощо), то дискусійна вербалізація їхніх мотивів може послужити майданчиком для групового обговорення та віднайдення правильних особистісних версій того, що може відбутися. Безперечно, обтяжена економічно-деприваційним тиском міграційна налаштованість людини, залежність ухвалення рішення про еміграцію від думок інших, недостатня обізнаність зі справжнім станом справ, відчуття загрозливої невідомості тощо зумовлюють зазвичай певну боротьбу мотивів, що лише посилює фрустрованість. Тому проговорювання можливих ризиків, спроби групового віднайдення виходу з них можуть певною мірою посилити фрустраційну толерантність потенційних мігрантів.

Своєрідна «антифрустраційна» спрямованість тренінгу була зумовлена ще і необхідністю попередити й уникнути в досліджуваних – потенційних мігрантів того неприємного стану, який, згідно з твердженнями З. Кавчинської-Бутрим, виникає у дуже багатьох людей, що покинули свою батьківщину, і називається «синдром мігранта» та якому притаманна насамперед наявність депресивних станів, які можуть спричинити гострі психоемоційні тривожно-фрустраційні розлади-реакції, часті приступи плачу внаслідок актуалізації спогадів про рідних дітей і домівку і навіть призвести до самогубства. Окрім того, як ми вже зазначали, підібрані справи були спрямовані на релаксаційне зниження негативних емоційних переживань, подолання неадекватних самооцінки й образу-Я, зняття загроз особистісній

самоконцепції, втраті самості, а також переорієнтацію примітивних механізмів психозахисту на вироблення продуктивної копінг-поведінки.

Тренінговий підхід передбачав врахування впливу на досліджуваних як «фрустраторів-цінностей» (власна зовнішність, рівень матеріальної забезпеченості, соціальне статусно-рольове становище відповідність морально-духовним нормам певного соціуму тощо), так і «фрустраторів-суб'єктів» (родина, друзі, сусіди, співробітники, керівництво, інші значущі люди тощо) та «фрустраторів-обставин» (економічна депривація, безробіття, безгрошів'я тощо). Звичайно, якраз їхній симбіоз чинить несприятливий, емоційно напружений, тривожний і депресивний тиск на життєдіяльність досліджуваних.

Упродовж тренінгу нами активно застосовувалися *фокус-групові дискусії*, метою яких було доповнення додатковою інформацією результатів кількісного опитування досліджуваних – потенційних мігрантів щодо психологічних особливостей впливу економічної депривації та їхні міграційні наміри і специфіку функціонування їхньої афективності під час цих складних життєвих випробувань. Це дозволило поглиблено охопити як найтипівіші, так і найважливіші детермінанти та специфічні прояви фрустрованості досліджуваних, встановити визначальну причинно-наслідкову базу, що дало змогу детальніше проникнути у розуміння їхніх психостанів (фрустрованості, тривожності, депресивності тощо). Зазначимо, що учасники фокус-груп були рекрутовані нами завдяки задіянню методу «снігової кулі», а також були диверсифіковані за параметрами статі, віку, рівня освіти й зайнятості. Згодом у безпосередній тренінговій діяльності це дало змогу краще усвідомлювати особливості впливу фрустрованості на кожного з учасників Т-групи та віднаходити індивідуальні розвивально-корекційні траєкторії взаємодії та співпраці.

Отож з метою зниження/нейтралізації негативного впливу фрустрації на економічно депривованих людей з міграційними намірами нами було

розроблено й апробовано *«Ревіталізаційний тренінг фрустраційної толерантності потенційних мігрантів»*.

Програма соціально-психологічного тренінгу була побудована за модульним принципом (5 модулів). З урахуванням тяглості і взаємодоповнюваності тренінгових занять і вправ кожен модуль, маючи свої розвивально-формульовані завдання, мету, методи, вправи і прийоми, був підпорядкований досягненню ревіталізаційного ефекту – *збалансування афективної сфери учасників, зниження фрустрованості, а отже й культивування в них опірності стресам, психоемоційному вигоранню і формування фрустраційної толерантності*.

Компетентності й навички, які засвоюються учасниками в попередніх модулях, постають невід'ємними складовими фрустраційної толерантності та підкріплюються у вправах і завданнях наступних модулів.

*Основними завданнями ревіталізаційного тренінгу були* : набуття навичок і досвіду фрустраційної толерантності; активізація психологічних механізмів афективної саморегуляції; підвищення рівня стресостійкості через вміння активізувати й мобілізувати власні ресурси в ускладнених життєвих ситуаціях; розвиток рефлексії та перцепції через уміння аналізувати свої психоемоційні стани, близькі і віддалені мотиви поведінки, діалогічні тактики і стратегії спілкування; позитивна самоакцептація через усвідомлення унікальності й неповторності себе як цінності, власних потужних здібностей і потенціалів та прийняття себе на рівні зовнішності, характеру, ставлення до виконання справ і соціальної поведінки; формування навичок асертивної та копінг-поведінки; культивування саногенного мислення тощо. Завдяки участі у тренінгу досліджувані дізнаються про ресурси особистісної стресостійкості, конструктивні копінг-стратегії, антистресові й антивигоральні саногенні психотехнології, що сумарно допомагає їм у побудові конструктів фрустраційної толерантності.

*Структура тренінгового заняття* розбудовувалася згідно із сучасними загальноприйнятими уявленнями й вимогами щодо змістово-

функціонального призначення тренінгів: 1) ритуал привітання, завдяки якому відбувалось як адаптаційне пристосування та об'єднувати учасників Т-групи, так і створювалася та культивувалася атмосфера взаємоприйняття і групової довіри; 2) розминка як налаштування досліджуваних на спільну продуктивну групову діяльність, налагодження тісніших міжособистісних контактів, психомоторна та психоемоційна активізація учасників Т-групи, підняття настрою, зняття афективних перепон, тривожності, напруження, недовіри тощо; 3) основний етап безпосереднього проведення заняття змістом якого виступає реалізація сукупності укладених прийомів і вправ, спрямованих на розвиток соціальних компетентностей і навичок, активізації та оптимізації власних пізнавальних процесів, встановлення довірливих комунікативно-перцептивних інтеракцій між членами Т-групи; 4) рефлексія як своєрідне «психічне дзеркало», яке відображає асоціації, враження, думки і почуття кожного щодо проведеного заняття; 5) ритуал прощання, який сприяє гармонійному завершенню тренінгового заняття та дає відчуття як зміцнення почуття єдності в групі, так і результати власного поступу у вирішенні наболілих проблем (Яценко, 2004). Тому наш ревіталізаційний тренінг складався з усталених в активному соціально-психологічному навчанні основних фаз: 1) вступ; 2) толерантне, виважене й конфіденційне з'ясування та висвітлення особистісних сподівань, намірів і побажань усіх учасників; 3) способи, засоби, варіанти і шляхи вирішення ключової «антидеприваційної та антифрустраційної» проблеми і перехід до конкретних практичних дій; 4) встановлення результатів і підведення підсумків.

Зазначимо, що комплектування тренінгових груп відбувалося шляхом рекрутування потенційних мігрантів за принципом добровільності, а найоптимальніші кількісні параметри налічували 10-12 осіб.

Розпорядок роботи Т-групи був складений таким чином, щоб врахувати специфіку життєдіяльності досліджуваних – потенційних мігрантів, які переживають ускладнені афективні психостани, зокрема фрустрованість, тому порушень їхнього особистісного психоемоційного і діяльнісного

комфорту не було, оскільки учасники активно зголошувалися для участі у тренінгу, який, на їхню думку, мав їм допомогти, тому віднаходили спільні і компромісні варіанти зустрічей та погоджувалися оперативно і відверто працювати для своєї та спільної користі.

Перший модуль *«Дотренінгова психодіагностика»* передбачав збір детальної психодіагностичної інформації щодо специфіки особистісної афективності, зокрема фрустрованості учасників тренінгу. Були задіяні такі ж емпіричні методи і методики, як і на констатувальному етапі дослідження (детальніше див. підрозділ 2.1) : (спостереження, біографічний метод, фокусоване інтерв'ю, авторська анкета, методики «Ієрархія потреб» (модифікація І.А. Акіндінової), «Методика діагностики рівня соціальної фрустрованості» (Л. Вассерман (модифікація В. Бойка)), тест «Самооцінка психічних станів» (Г. Айзенк), методика «Ваше самопочуття» (О.С. Копіна), «Опитувальник нервово-психічної напруги (НПН)» (Т.А. Немчин), «Методика визначення рівня нервово-психічної стійкості (анкета «Прогноз»)» (за В. Бодровим), «Методика діагностики рівня невротизації» (за Л. Вассерманом), «Методика визначення тривожності» (Дж. Тейлор), «Методика визначення економічної депривації та її підвидів у дорослих» (Терлецька Ю.М.)).

З кожним із учасників Т-групи відбувалась індивідуальна співбесіда, а на етапі установчої зустрічі, яка проводилася у форматі групової бесіди, відбулось ознайомлення учасників з метою і завданнями тренінгу, загальноприйнятими принципами тренінгової міжособистісної комунікації та групової роботи, стисле ознайомлення з ключовими лініями і структурно-функціональними особливостями ревіталізаційного тренінгу, спільне встановлення умов організації, місця проведення і тривалості занять. Також на рівні індивідуальної співбесіди з'ясовувалися мотиви участі у тренінгу, індивідуальні очікування кожного, встановлено рівень готовності учасників до психоемоційних навантажень та були висвітлені умови виходу з тренінгу.

Вправи другого модулю *«Психологія самопізнання та самореалізації»* були дібрані для поглибленого пізнання учасниками тренінгу своїх індивідуально-психологічних властивостей, рис характеру й темпераменту, власних емоцій і почуттів, системи життєвих цінностей і намірів, домінуючих мотивів життєдіяльності, тактик і стратегій самореалізації. Важливим тренінговим ракурсом було культивування на рівні вправ рефлексії – усвідомлення того, як член Т-групи сприймається й оцінюється іншими учасниками, адже це могло виступити своєрідним «психічним дзеркалом» і причиною запуску внутрішньої спонтанності розвитку та прийняття індивідуально осмислених намірів і вчинків. Були включені вправи для вироблення навичок рефреймінгу як уміння бачити позитив у кожній ситуації, на підвищення самооцінки, зокрема через припинення порівнювати себе з іншими людьми, самозасуджувати й самокартати, використовувати афірмації (ствердження) для підвищення позитивного самоприйняття. Також вправи були укладені з урахуванням необхідності засвоєння учасниками тренінгу навичок створення свого особистісно-професійного портфолію. Презентація списку своїх сильних сторін, рис і чеснот, власного фахового досвіду, перелік реальних (і створених упродовж тренінгу) проектів, демонстрація своїх потенційних творчих можливостей як спеціаліста в певній сфері діяльності допоможуть як у випадку реалізації міграційних планів за кордоном, так і під час нових реадaptaційних спроб самореалізації в нашій державі. На підставі глибшого самопізнання власних особистісно-професійних рис, деталізованішого вдосконалення і примноження навичок самопрезентації, вміння концентрованої подачі своєї професійної компетентності у досліджуваних відбувалося своєрідне розширення самоусвідомлення та розкриття спроможностей до самореалізації.

У третій модуль *«Психологія антистресу й антивигорання»* були включені вправи, зорієнтовані на зниження особистісного стресу і тих дискомфортних та деструктивних станів і тенденцій, які постали наслідком економічної



депривації та активно впливають на життєдіяльність потенційних мігрантів. Добір вправ передбачав набуття навичок для підвищення порогу індивідуально-психологічної опірності стресогенним факторам і ситуаціям, зниження надмірної вразливості, сензитивності й ранимості, вміння саморегуляції імпульсивності як схильності до швидкої та необдумані реакції, подолання непродуктивних способів зняття стресу через заперечення, відступ, ізоляцію, культивування соціально-підтримувальних наративів та міжособистісної комунікації. Вправи охоплювали вирішення проблем психоемоційного вигорання та психофізичного виснаження фрустрованої особистості, навчали стимулювати особистісні ресурси самоефективності, застосовувати продуктивні копінг-стратегії та антистресові саногенні й самооздоровлювальні психотехнології. Вони були покликані навчити досліджуваних долати існуючу стагнацію та оволодіти алгоритмом перетворення своїх намірів і сподівань у цілком реалістичну мету, яку можна і потрібно досягнути у траєкторії власного становлення.

Четвертий модуль «*Фрустраційна толерантність*» наповнили вправи, спрямовані на підвищення опірності досліджуваних щодо негативного впливу фрустрації на їхній актуалгенез, насамперед через додання різноманітних фіксацій на перешкодах, самозахисті тощо і вироблення навичок спроможності стійко протистояти фрустраторам, адекватно оцінювати конфліктні ситуації, прогнозуючи способи їхньої нейтралізації. У цьому модулі досліджувані здобували компетентності опанувати й регулювати негативний емоційний стан як найтипівіший індикатор ядра фрустрації, що порушує конструкти міжособистісної взаємодії, вилаштовує численні комунікативно-перцептивні перепони, потребує навичок поведінкової гнучкості як противаги ригідності, самоконтролю та саморегуляції дискомфортих і деструктивних психічних переживань. Вправи були спрямовані на розвиток готовності до конструктивного діалогу, креативності і гнучкості мислення, спроможності адекватно і творчо переосмислювати проблемну ситуацію тощо.

П'ятий модуль «Післятренінгові психодіагностика й супровід» був присвячений моніторингу тих індивідуально-психологічних змін, що відбулися внаслідок задіяння розвивально-ревіталізаційного тренінгу. Проведення цього модулю відбувалося наступного дня після завершення попереднього модулю «Фрустраційна толерантність» і крім констатації змін в учасників Т-групи після участі в тренінгу він передбачав застосування вправ на рефлексію та відновлення психофізичних сил учасників.

Крім прощання і процедур отримання зворотного зв'язку щодо результатів участі у ревіталізаційному тренінгу та можливостей застосування набутих компетентностей і навичок у реальному житті, задіювалися :

а) *деролінг* – для виведення учасників із своєрідного тренінгового хронотопу, адже упродовж відносно тривалого часу вони перебували в інтенсивних спеціально створених діяльнісних і часових межах психологічного простору та відігравали певні тренінгові «ролі», тобто для зняття своєрідних «тренінгових ролей»;

б) *шерінг* – своєрідна афективна інтеграція як обмін широким колом емоційних переживань завдяки участі у тренінгу. Всі учасники висловлювали своє ставлення до ревіталізаційного тренінгу, аналізуючи те, що відчувають, що було найскладнішим і найважчим, що вдалося взяти для «антифрустрованості» й оптимізації подальших життєвих траєкторій особистісного та соціального становлення. Учасникам Т-групи з метою раціональної утилізації досвіду (а отже й каналізації можливих негативних емоційних станів) пропонувалося створити пам'ятку – певний об'єкт, який би символізував отриманий завдяки участі в тренінгу досвід (на вибір пропонувалося створити тематичний малюнок (Я – до і після тренінгу), колаж, пісню, вірш, анекдот, пам'ятку записку, легенду, казку, талісман тощо);

в) *дебрифінг* – метод психологічної допомоги, що передбачав організоване спільне обговорення й осмислення ситуації в групі, яка разом пережила якусь спільну просторово-часову афективно-когнітивну діяльність, насичену

обговоренням, програванням і переживанням певних стресогенних життєвих випадків і подій. Основним його завданням були мінімізація і зниження ймовірних психоемоційно напружених подій, зменшення відчуття неадекватності власних особистісних реакцій, психоенергетичне послаблення своїх переживань та мобілізація внутрішніх і зовнішніх ресурсів для реалізації набутого у груповій взаємодії емоційних і поведінкових підтримки та досвіду. Через проходження фаз реагування на симптоми повинна наступити фаза реадптації як своєрідного «закриття минулого», що дасть змогу уникнути учасникам Т-групи можливих відтермінованих негативних емоційних наслідків участі у тренінгу. По суті, дебрифінг істотно «знімає» психоемоційну напругу в тих, хто був задіяний у всіх тренінгових заняттях, і спрацьовує тоді, коли вже минули гострі реакції та появилася змога для рефлексії та самоаналізу.

Отож, завдяки участі у тренінгу досліджувані виробляли навички приймати й усвідомлювати різноманітні конфліктні та кризові проблеми й ситуації, не як невіршувані, а як такі, що цілком можливі до подолання. Учасники Т-групи навчалися толерантному ставленню до невизначеності, що дозволяє сформувати адекватні способи самоорганізації, а значить і віднайти результативні варіанти вирішення проблемних питань. Детальне групове обговорювання з учасниками тренінгу несприятливих умов і наслідків перебування в умовах економічної депривації, аналіз типових фрустраторів і фрустраційних випадків, програвання напружених, конфліктних і психотравмівних ситуацій із залученням рольових ігор, драматизації, прийомів арт-терапії зумовили певне підвищення просоціального особистісного оптимізму, віри в себе, що проявлялося як у впевненішій та довірливішій вербалізації своїх проблем під час спілкування, так і в конкретних кроках щодо покращання свого майбутнього.

У програму тренінгу були вмонтовані різні сучасні методи і прийоми регуляції/саморегуляції емоційних станів, а регулярне виконання запропонованих завдань і вправ дало змогу фрустрованим досліджуваним

адекватніше оцінити власний психоемоційний стан, піддати його корекції та набути навичок психічного самовпливу для істотного зниження рівня афективної розбалансованості.

Упродовж перебігу тренінгу учасники набували досвіду регуляції власних почуттів, додання тривожності, нерішучості, невпевненості, ригідності та інших депресивних афективно-поведінкових модальностей. Через навіювання/самонавіювання учасникам Т-групи їхньої особистісної значущості, статусно-рольової компетентності, потрібності собі й рідним відбувалося певне «розкріпачення» та налаштування на впевнене й оптимістичне віднаходження тактик і стратегій побудови легенди власного успішного життєвого шляху.

Тренінговий досвід дозволив досліджуваним набувати відчуття своєї значущості у психологічному полі групи, членами якої були такі ж люди з міграційними намірами, які переживали внаслідок матеріальних нагроздів афективні розлади, зокрема фрустрацію.

Добір тренінгових вправ враховував специфіку типових реакцій людини, які викликають фрустраційні стани, зокрема : опір, протест, агресія, аутоагресія, ворожість, спрямована на уявного, ілюзорного і/або реального винуватця (держава, керівництво, конкуренти по роботі, лиха доля, збіг складних обставин тощо); пасивні, уникаючі, захисні реакції (усамітнення, відмежування, апатія, втеча/самовтеча, депресивні та субдепресивні стани тощо). Також у процесі укладання тренінгових занять ми враховували деяку закономірність, зумовлену тим, що у фрустраційній ситуації емоційне напруження може дезорганізувати конструктивні дії людини, тоді як певне операційне напруження може навіть значною мірою енергетизувати її конструктивні дії щодо уникнення негативного впливу фрустраторів.

Безперечно, враховувалося, що в особливо тривалих і напружених життєвих ситуаціях поведінкова активність економічно депривованої людини може розгортатися за такими механізмами фрустраційної поведінки, які індикують афективне виснаження, зниження (іноді втрату) повноцінного

контролю з боку свідомості, агресію/аутоагресію, невротично болісні реакції-спалахи на вербальному рівні тощо.

Зважаючи, що в умовах невизначеності і ледь не перманентної фрустрованості учасники Т-групи (потенційні мігранти) в залежності від індивідуально-психологічного потенціалу спроможні застосувати власні глибоко суб'єктивні механізми опанування стресовими ситуаціями, ми добирали вправи, які дозволяли навчитися знецінювати і не перебільшувати значущість і травмогенність актуалізованого життєвого стану та переорієнтовуватися на інші оптимістичніші стани і сценарії розвитку. Тому впродовж тренінгу нами активно задіювалися *реєдукаційно-компенсуючі підходи* – навчити забувати травмогенні невдачі як наслідок негативного впливу економічної депривації, перенавчити відновлювати і переспрямовувати позитивні емоції, випадки, події, навички, які переважали на етапі доміграційної налаштованості, актуалізувати спогади про позитивні здобутки і вдалі справи та результати діяльності. Компенсуючий ракурс полягає у формуванні в потенційних мігрантів прагнення компенсувати фрустрованість через соціальні негаразди ампліфікаційним самопідсиленням, навіюванням необхідності спробувати ще раз активізувати свою діяльність в основній (або «паралельній») галузі, в якій вони зможуть досягнути матеріально позитивного результату й успіху, що дозволить реалізувати власні здібності й потенціали, потребу в самовираженні та гармонізувати й підсилити фрустраційну толерантність.

Як ми вже зазначали, підбір тренінгових вправ відбувався з урахуванням того, що амбівалентність і внутрішні конфлікти, спричинені невизначеністю через міграційні ризики і загрози, можуть перерости в кризу. Оскільки через надмірне збільшення нервово-психічного напруження може відбутися перевищення індивідуального рівня фрустраційної толерантності, тому активно проявлятиметься фрустраційна інтолерантність, супутніми проявами якої є своєрідна надломленість, розчарування, розпач, втрата емоційної рівноваги тощо. Тому заняття, що культивували вміння протистояти на рівні

копінг-тактик і копінг-стратегій кризовим психостанам як індикаторам фрустраційної інтолерантності і безсилля, були закладені у програму тренінгу й дали результати.

Слід зазначити, що найскладніше ревіталізаційний вплив засвоювався учасниками Т-групи, які мали найтриваліший економічно-деприваційний досвід, і проявлялося це в підвищеній обистісній ригідності у спілкуванні, побудові песимістичної картини світу і себе в ньому, високому рівні психоемоційного вигорання та інших афективних дисбалансах.

Вважаємо, що конструктивне й результативне подолання економічно депривованими потенційними мігрантами фрустрованості проявиться насамперед у позитивних афективно-поведінкових реакціях на фрустратор, зокрема на рівні застосування вмінь і навичок долати перепони, обходити бар'єри, володіння репертуаром компенсуючих дій, здатності до відмови, у випадку обґрунтовання й аргументовання необхідності, від наміченої мети.

Дуже важлива роль належить набутим завдяки участі у Т-групі готовностям задіювати стратегії подолання, зокрема спроможності до адаптивності (через уміння об'єктивно аналізувати проблеми, пошук партнерської дружньої підтримки, взаємодопомоги, підвищення самооцінки тощо), активної асертивності як здатності відстоювати свої погляди без завдання шкоди іншим, просоціальності (вміння цікаво комунікувати, вступати у контакт, шукати і віднаходити соціальне схвалення та підтримку) тощо.

Натомість сподіваємося, що вдалося істотно понизити деструктивне подолання фрустрованості, означене дезадаптивними стратегіями подолання, яким властиві негативні афективно-агресивні реакції на фрустратор, вияв емоційності негативного спектру (страх, депресія, провина, зниковіння, сором, гнів, розгубленість тощо), надмірне самозвинувачення або пошук винних у всіх бідах і проблемах, надто пасивні й загострено обережні поведінкові дії (намагання до уникнення, перебільшена мовчазна інтроспективність тощо).

Узагальнюючи, зазначимо, що *ревіталізаційний тренінг спрямований на опанування всіма учасниками широким спектром соціально-психологічних компетентностей, зорієнтований на якісну оптимізацію навичок саморегуляції афективних станів, розвиток комунікативно-перцептивних і рефлексивних спроможностей для гармонізації внутрішнього світу та міжособистісного спілкування, набуття здатностей логічно й раціонально аналізувати ускладнений актуалгенез, непесимістично і недраматизуюче трактувати і проектувати шляхи виходу з несприятливої та дразливої економічно депривуючої ситуації.*

Сподіваємося, що завдяки тренінговому оволодінню певними компетентностями члени Т-групи зможуть застосовувати впевнені і партнерські форми спілкування та поведінки, навчатися вирішувати внутрішньоособистісні і міжособистісні конфлікти, досягнуть навички фрустраційної толерантності. Здобуття компетентностей і навичок для переосмислення тривожно-фрустраційного тиску економічно-деприваційних умов і обставин, віра у власні знання та уміння зможуть проявлятися у зміні ставлення учасників Т-групи насамперед до себе й реалізуватись у вигляді продуманих, впевнених і правильних вчинків.

Вважаємо, що результатами участі у ревіталізаційному тренінгу стане композиція певних позитивних показників : усвідомлення досліджуваними основних причин і наслідків фрустрованості, деструктивних і конструктивних проявів фрустрації; покращена поведінкова лабільність, гнучкість, конгруентність; підвищена стресостійкість; посилений взаємозв'язок між самоаналізом і саморегуляцією когнітивних і афективних компонентів власної психоструктури; здатність до адекватнішого самоконтролю негативних фрустраційно забарвлених психічних переживань та застосування продуктивних антивигоральних копінг-стратегій; підвищення комунікативної культури і збагачення сенсорно-перцептивного досвіду й потенціалу налагодження взаємодії та спілкування; активізація внутрішніх ресурсів для підвищення самооцінки, самоакцептації,

самоствердження і впевненості у собі та своїх діях; опанування навичками зниження нервово-психічного напруження та фрустраційної толерантності.

Ревіталізаційна спрямованість тренінгу зумовила те, що переживання зовнішньої і внутрішньої конфліктності, амбівалентності, спричинених деприваційно-стресовою ситуацією, не притлумлюється, а, навпаки, породжує особистісний «саморух», зокрема активізацію ресурсів власного полімодального Я для подолання фрустраційних нашарувань і остаточного прийняття рішення щодо розв'язання проблем і перешкод.

Загалом, важливим завданням ревіталізаційного тренінгу було сприяння досліджуванним в усвідомленому й когнітивно-афективному збалансованому виборі ними життєвих векторів як щодо міграції, так і залишення з метою й новим психологічним досвідом і можливостями для самореалізації в Україні.

### **3.3. Аналіз результатів апробації програми та перевірка ефективності формувальних впливів**

Організація формувального експерименту базувалася на сучасних науково-психологічних уявленнях про емпіричний підхід до психіки людини, зокрема крізь призму генетично-психологічної парадигми (Ж. Вірна. Я. Гошовський, С. Максименко та ін.), в якій розвиток постулюється зокрема як саморозвиток та додання нужди (Вірна, 2003; Гошовський, 2008; Максименко, 2006).

Для надання ревіталізаційної допомоги щодо зниження фрустрованості у людей з міграційними намірами, зокрема для стабілізації їхньої особистісної афективності та зняття негативного впливу фрустрованості нами було проведено формувальний експеримент.

До гетерогенної вибірки увійшли досліджувані з чітко заманіфестованими міграційними намірами – здобувачі освіти денної та заочної форми Волинського національного університету імені Лесі Українки у кількості 60 осіб (ЕГ (n=30) та КГ (n=30)).



Змістово-функціональне наповнення системи формувальних впливів базувалися на засадничих концептуальних положеннях розробленої нами програми ревіталізаційного супроводу психогенези потенційних мігрантів, що переживають фрустрованість (Див. підрозділ 3.1), зокрема й «Ревіталізаційного тренінгу фрустраційної толерантності потенційних мігрантів» (Див. підрозділ 3.2).

Процедурний перебіг формувального експерименту передбачав системну єдність підготовчого, основного та завершального етапів. На *підготовчому етапі* нами було рекрутовано експериментальну й контрольну групи досліджуваних та здійснено розгалужене попереднє тестування. Психодіагностична процедура відбувалася з дотриманням усіх сучасних наукових і етичних норм та проводилася з метою пізнання як типових, так і специфічних проявів їхньої афективності в умовах економічної депривації та підвищеної фрустрованості. Нами враховувався найрозлогіший спектр отриманих психодіагностичних показників, що трактувалися як емпіричні індикатори афективної сфери досліджуваних. На *основному етапі* ми активно запроваджували програму ревіталізаційного супроводу психогенези потенційних мігрантів, що переживають фрустрованість, насамперед ревіталізаційний тренінг фрустраційної толерантності, з досліджуваними, які наповнили ЕГ. На *завершальному етапі* було здійснено повторне тестування всіх досліджуваних, здійснено кількісну обробку отриманих даних та якісну інтерпретацію результатів, які вдалося отримати завдяки задіяним формувальним впливам.

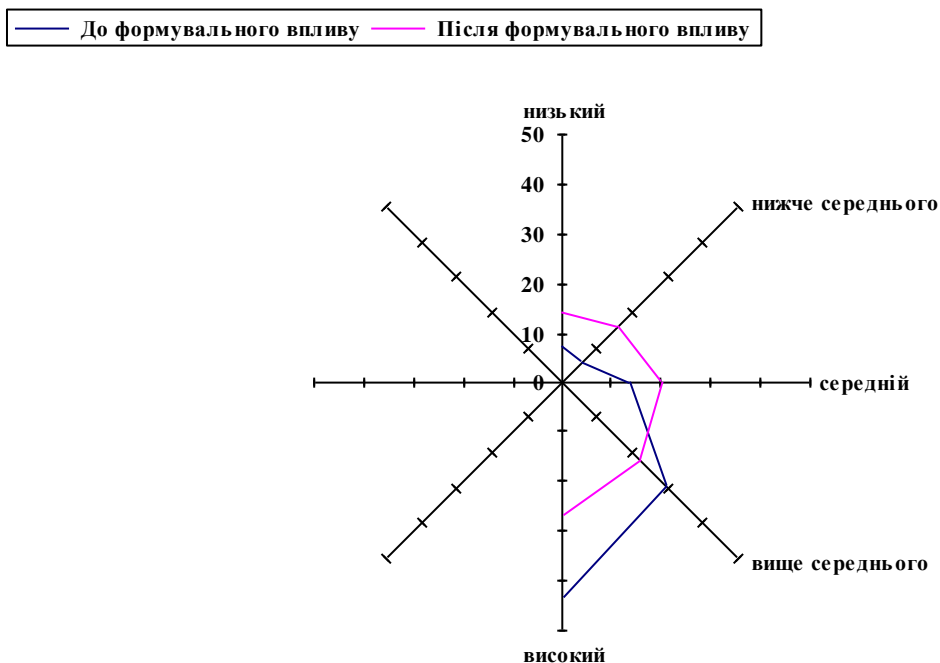
Зазначимо, що одразу після завершення роботи тренінгу всім досліджуваним з ЕГ, а також тим, які не брали участь у тренінгу (досліджувані з КГ), були запропоновані психодіагностичні методики, що були аналогічними до тих методик, які застосовувалися під час констатувального експерименту (Див. 2.1).

У ключовому аналітично-інтерпретаційному ракурсі були показники, отримані за пакетом валідних методик, які безпосередньо фіксували

специфіку афективності потенційних мігрантів, які зазнають істотного впливу економічної депривації та перебувають у силовому полі фрустрації та інших амортизаційних психостанів (висока тривожність, незадовільна нервово-психічна стійкість, екстенсивне нервово-психічне напруження, агресивність, стресогенність тощо).

Завдяки отриманню дуже осяжного масиву психометричної інформації та значної кількості емпіричних показників нами було проведено детальну і різнобічну якісну інтерпретацію, а також здійснено порівняльний аналіз за базовим диференціалом : порівняння отриманих результатів досліджуваних з експериментальної групи (ЕГ) «до і після формувального впливу», а також аналіз результатів контрольної групи (КГ).

Якісна інтерпретація отриманих емпіричних показників за «Методикою визначення тривожності» (Дж. Тейлор) дозволи встановити істотні позитивні зміни щодо зниження цього дискомфортного психостану в досліджуваних, які були піддані формувальним впливам (див. рис. 3.1).



**Рис. 3.1. Результати виконання експериментальних завдань «Методики визначення тривожності» (Дж. Тейлор) досліджуваними з ЕГ до і після здійснення формувального впливу (%) (n=30)**

Зауважуємо, що показники «високий рівень тривожності» (43,5 %) і «вище середнього рівень тривожності» (29,8 %) сумарно проявлялися в 73,3 % досліджуваних, що свідчило про надзвичайно високий загальний фон тривожності в людей, які, переживаючи різноманітні обмеження для повноцінного життєіснування внаслідок несприятливого впливу економічної депривації, обрали міграційні налаштування. Після участі у Т-групах, у роботі яких культивувалися різноманітні завдання і техніки для зниження тривоги і різномодальної (самооцінної, міжособистісної тощо) тривожності, відбулося істотне зниження загального дразливого стану з постійним безпричинним страхом та іншими похідними психоемоційними негараздами.

Констатуємо, що завдяки формувальним впливам відбулося помітне зменшення кількості осіб таких категорій, зокрема показник «високий рівень тривожності» проявився у 27,2 % (на 16,3 % менше), а показник «вище середнього рівень тривожності» у 22,3 % (7, %).

Натомість цілком закономірно зросла понад двократно кількість досліджуваних з «низьким рівнем тривожності» (було 7,2 %, а стало 14,1 %) і «нижче середнього рівнем тривожності» (було 5,8 %, а стало 16,3 %) ; сумарно – до здійснення формувального впливу було 13 %, а після здійснення формувального впливу стало 30,4 %.

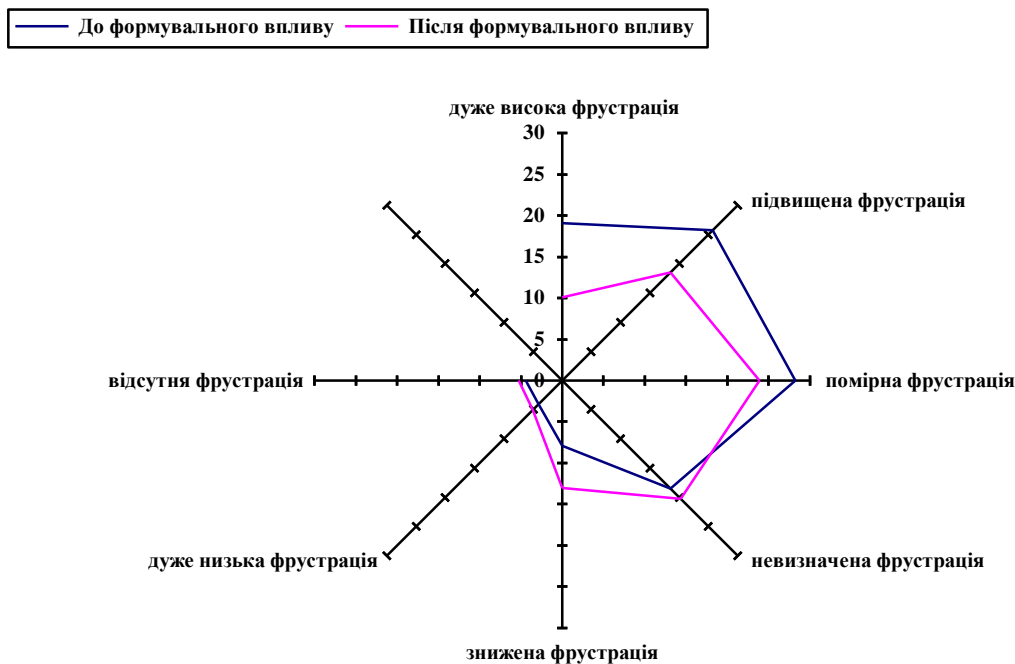
Вочевидь, це засвідчує, що після здійснення розвивально-корекційної роботи в контексті розробленої нами програми ревіталізаційного супроводу психогенези потенційних мігрантів щодо зниження фрустрованості, вдалося з'ясувати сприятливий та результативний вплив задіяних психотренінгових засобів на зниження рівня загальної дискомфортної афективної, зокрема тривожної, розбалансованості. Залучені у тренінгове поле заняття вправи, спрямовані на розвиток комунікативно-перцептивних потенціалів особистості, вироблення інетрактивних навичок щодо налагодження партнерських стилів міжособистісного спілкування дозволили досягнути досить значного позитивного ефекту. Стимулювання дружніх і взаємопідтримувальних моделей спілкування, зниження конфліктності,

агресивності й напруги у тренінгових взаєминах істотно послабили рівень тривожного нейротизму досліджуваних з ЕГ та, сподіваємося, дали вектор можливості застосування їх у реальному життєвому просторі та діяльності. Звичайно, отримані зміни щодо зниження тривожно-фрустраційного мукроклімату стосунків виступили своєрідним індикатором зменшення і невротизації, і агресивності, і тривожності, і психоемоційного вигорання економічно депривованих потенційних мігрантів.

Окремо слід відзначити, що після участі у тренінгу досить часто нами фіксувалися численні випадки, коли надто невротизовані і тривожні учасники активно демонстрували впевненіші й адаптивніші поведікові моделі у спілкуванні як іншими учасниками Т-групи, так і з психологом-модератором, тренером та іншими людьми з близького і віддаленого та незнайомого комунікативного кола. Також у досліджуваних з ЕГ помітно знизилася частотність прояву спровокованої ледь не перманентною тривожністю психоемоційної напруженості, спростився і зменшився репертуар соціальних і особистісних страхів тощо.

Слід відзначити, що в досліджуваних, які входили до КГ, істотних статистично значущих змін не виявлено.

Результати проведення *«Методика діагностики рівня соціальної фрустрованості»* (Л. Вассерман (модифікація В. Бойка)) дали підстави стверджувати, що завдяки задіяним формувальним впливам вдалося дещо покращити стан справ щодо зниження рівнів соціальної фрустрованості досліджуваних (див. рис. 3.2).



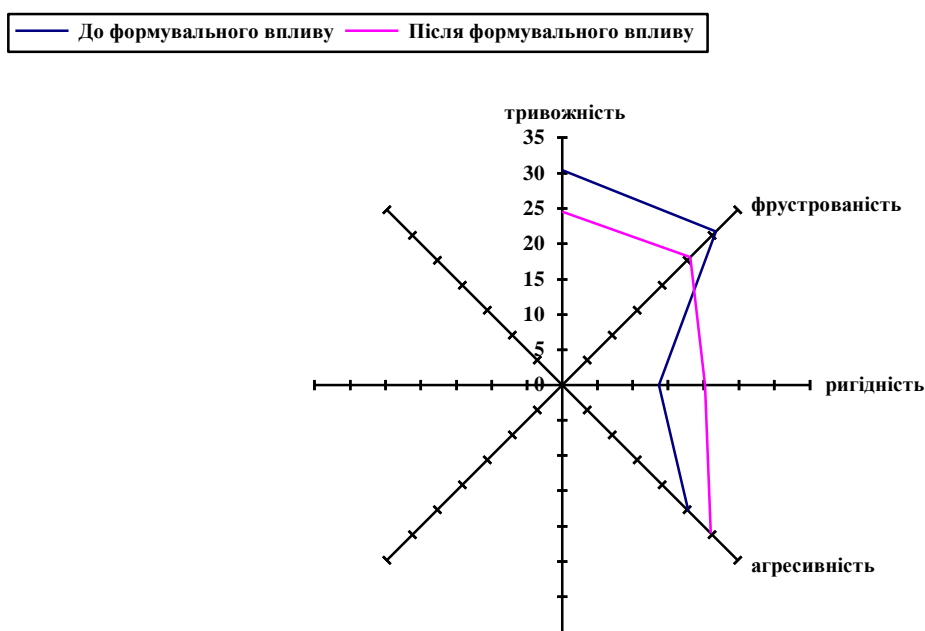
**Рис. 3.2. Результати виконання експериментальних завдань «Методики діагностики рівня соціальної фрустрованості» (Л. Вассерман (модифікація В. Бойка)) досліджуваними з ЕГ до і після здійснення формуального впливу (%) (n=30)**

Після участі у тренінгу на 10 % зменшилося досліджуваних з «дуже високим рівнем соціальної фрустрованості», на 7,3 % з «підвищеним рівнем фрустрованості» та на 4,3 % з «помірним рівнем фрустрованості», тобто, по суті, вдалося знизити дуже високі, підвищені та помірні прояви фрустрованості загалом на 21,6 %, що засвідчує доречність і результативність розроблених тренігових занять та ефективність усієї програми ревіталізаційного супроводу психогенези потенційних мігрантів щодо зниження і/або нейтралізації фрустрованості.

Водночас після формувальних впливів вдалося констатувати збільшення досліджуваних зі «зниженим рівнем фрустрованості» (було 7,9 %, а стало 17%), а також з «дуже низьким рівнем фрустрованості» та «відсутність (майже відсутність) фрустрованості», тобто, загалом, до формувальних впливів таких досліджуваних було 16,4 %, а після участі у програмі ревіталізаційного супроводу психогенези потенційних мігрантів, зокрема в ревіталізаційному тренінгу їх стало 27,3 %.

Зауважуємо загальну тенденцію, що проявляється у зменшенні кількості досліджуваних з високими рівнями соціальної фрустрованості, з підвищеним рівнем невротично-фрустраційного реагування на складні реалії довколишнього світу та збільшення кількості досліджуваних, які демонструють низькі рівні соціальної фрустрованості. Варто відзначити, що і до, і після формувальних впливів залишилася певна частина досліджуваних з невизначеним рівнем фрустрованості (18,5 % та 20,2 % відповідно), що засвідчує необхідність подальшого ще глибшого вивчення цього феномену та пошуку й розробки додаткових розвивальних засобів психокорекційного впливу для зниження загального тла фрустрованості в людей з міграційними намірами. Констатуємо, що досліджувані з КГ статистично значущих змін щодо рівня соціальної фрустрованості не проявили.

Здійснений нами якісно-інтерпретаційний аналіз отриманих за тестом «Самооцінка психічних станів» (Г. Айзенк) емпіричних показників дав змогу констатувати деякі позитивні зміни, що відбулися після задіяння формувальних впливів на досліджуваних з ЕГ (результати відображені на рис. 3.3).



**Рис. 3.3.** Результати виконання експериментальних завдань за тестом «Самооцінка психічних станів» (Г. Айзенк) досліджуваними з ЕГ до і після здійснення формувального впливу (%) (n=30).

Зауважуємо, що відбулося деяке зниження прояву в досліджуваних таких базових і визначальних показників : «тривожність» (було 30,4 %, а стало 24,5 %), «фрустрованість» (було 30,7 %, а стало 25,6 %), що загалом підтвердило ефективність тренінгової програми в розблокуванні та зменшенні тривожно-фрустраційних станів і настроїв серед потенційних мігрантів (по суті, на 11 % зменшилося досліджуваних з такими дискимфортними і неприємними психостанами). Водночас нами встановлено дещо котраверсійний прояв показників «ригідність» (на 6,5 % стало більше досліджуваних) і «агресивність» (теж стало більше на 4,5 % досліджуваних). У програмі психологічного супроводу психогенези людей з міграційними намірами щодо зниження в них фрустрованості, зокрема у «Ревіталізаційному тренінгу фрустраційної толерантності потенційних мігрантів» були заняття і завдання, спрямовані на культивування комунікативності, розкутості, активності, толерантності тощо. Ми дотримувалися базових постулатів генетично-психологічного тренінгового підходу для оптимізації фрустраційної толерантності людей з міграційними намірами (за С. Максименком та Я. Гошовським), які передбачають, що економічно депривовані люди – учасники Т-групи, перебуваючи у стані особистісної та соціальної фрустрованості, зазвичай дотримуються такого закономірного тренінгового принципу як перехід від потреб нужди до потреб зростання. Тому деяку ригідизацію їхньої поведінки ми трактуємо як спробу зберегти й «законсервувати» продуктивні копінг-стратегії та антистресові саногенні й самооздоровлювальні техніки і стани, які призвели до певного зростання та до зниження тривожності і фрустрованості (наприклад, завдяки виконанню занять третього тренінгового модулю «Психологія антистресу й антивигорання»).

Деяке неістотне підвищення агресивності на 4,5 % пояснюємо насамперед тривалістю участі досліджуваних у тренінгу, адже п'ятий модуль «Післятренінгові психодіагностика й супровід» включав і *деролінг* – для виведення учасників із своєрідного тренінгового хронотопу і зняття

своєрідних «тренінгових ролей», і *шерінг* – афективну інтеграцію завдяки обміну широким колом емоційних переживань через участь у тренінгу, і *дебрифінг* – метод психологічної допомоги, що передбачав спільне обговорення й осмислення ситуації в групі для мінімізації та зниження можливих психоемоційно напружених подій та зменшення відчуття неадекватності власних особистісних реакцій упродовж тренінгу.

Звичайно, потрібно детальніше і поглибленіше вивчати кочтантовані специфічні прояви ригідності й агресивності в учасників тренінгу, адж добре відомо, що фрустрація й агресивність зазвичай тісно корелюють, тому зниження тривожно-фрустраційного тла не повинно призводити до зростання агресії. Певним «заспокійливим» фактором виступає те, що відсоткове зростання цього показника відбулося майже у межах статистичної похибки.

Загалом, встановлені нами специфічні прояви і зміни в досліджуваних з ЕГ тривожності, фрустрованості, ригідності й агресивності до і після проведення формувальних впливів засвідчують загальний успіх тренінгових занять, що дасть їм змогу уникнути боязкості, замкнутості, пасивності, депресивності та інших психоемоційних розладів і задіювати антифрустраційні позитивні техніки спілкування, діяльності й самоствердження.

Відзначимо, що в досліджуваних з КГ помітних і значущих змін не виявлено.

Результати проведення «*Методики діагностики рівня невротизації*» (за Л. Вассерманом) дали змогу відстежити позитивні зміни щодо зниження високого рівня невротизації, що притаманний дуже значній кількості потенційним мігрантам. Як відомо, базовими симптомами високого рівня невротизації є загострена афективність, що засвідчує помітну й надмірну емоційну збудливість, унаслідок чого досить часто появляються негативні й дискомфортні переживання (неспокій, напруженість, тривожність, роздратованість, розгубленість тощо). По суті, маніфестується висока особистісна безініціативність, яка породжує гострі переживання економічно



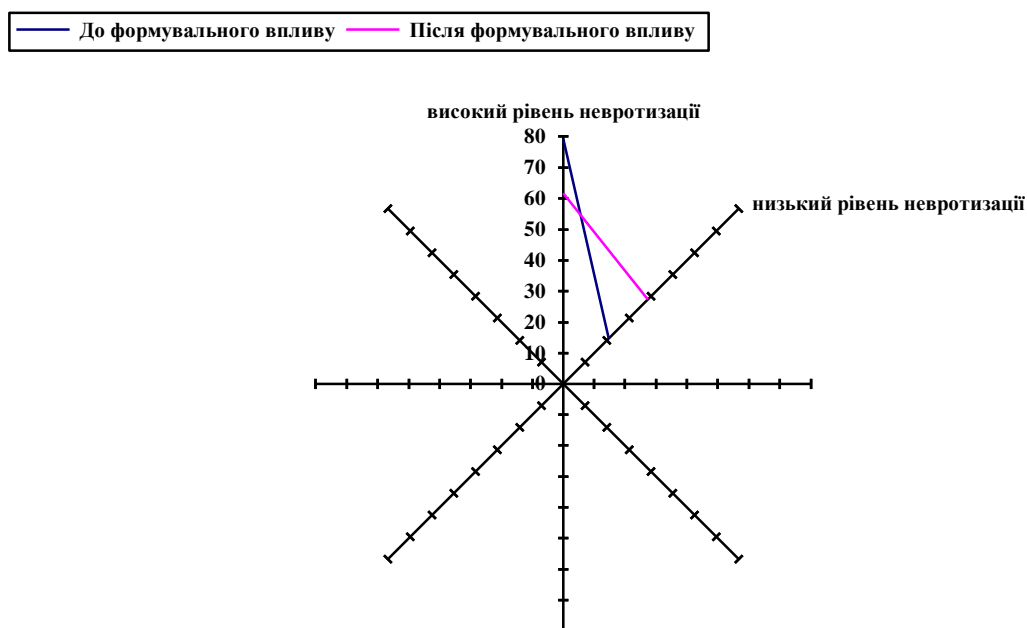
депривованих осіб з міграційними намірами, що зумовлені незадоволенням очікувань і бажань, та спричиняють труднощі й перепади у спілкуванні, деяку соціальну пасивність, залежність і боязкість.

Варто зазначити, що такі характерологічні ознаки зазвичай притаманні всім депривованим людям, зокрема про це йдеться в дослідженнях : Я. Гошовського (депривованій особистості характерний дихотомійний модус самоусвідомлення і високий рівень нейротизму та невротизації) (Гошовський, 2009), І. Брецько (високий рівень невротизації властивий депривованим підліткам з високим рівнем психоемоційного вигорання, які зростають в умовах сімейної депривації) (Брецько, 2015), Ю. Візнюк (висока невротизація істотно ускладнює та спотворює особистісне самоприйняття й соціальну ідентичність в умовах сімейної депривації) (Візнюк, 2018), Л. Пілецька (високий рівень невротизації ускладнює соціалізацію підлітків в умовах соціальної депривації) (Пілецька, 2014), О. Фінів (високий рівень невротизації стимулює надмірний психозахист і послаблює стресостійкість депривованої особистості) (Фінів, 2014) та ін. Зазначимо, що підвищена чутливість і надмірна вразливість економічно депривованих людей з чітко вираженими міграційними намірами до різного роду травмогенних ситуацій, які ускладнюють нормальний перебіг життєдіяльності, призводять до частіших порівняно зі звичайними громадянами афективних розладів та сигналізує про загострену сензитивність і досить слабку опірність ендогенним соціовпливам. Безперечно, надмірна схильність до неврозу й невротичного реагування на проблеми й виклики соціодовкілля виступає одним з найтипівіших індикаторів їхнього психоемоційного вигорання і психофізичного виснаження.

Отож ситуація з підвищеною невротизацією досліджуваних після задіяння формувальних впливів змінилася в напрямку покращання (див. рис. 3.4)

Констатуємо, що 79,1 % досліджуваних переживали високий рівень невротизації, тоді як після участі у програмі ревіталізаційного супроводу

психогенези потенційних мігрантів, зокрема, пройшовши всі тренінгові заняття, їх стало на 17,6 % менше (відповідним чином змінилися і пропорції досліджуваних з низьким рівнем невротизації – їх стало більше).



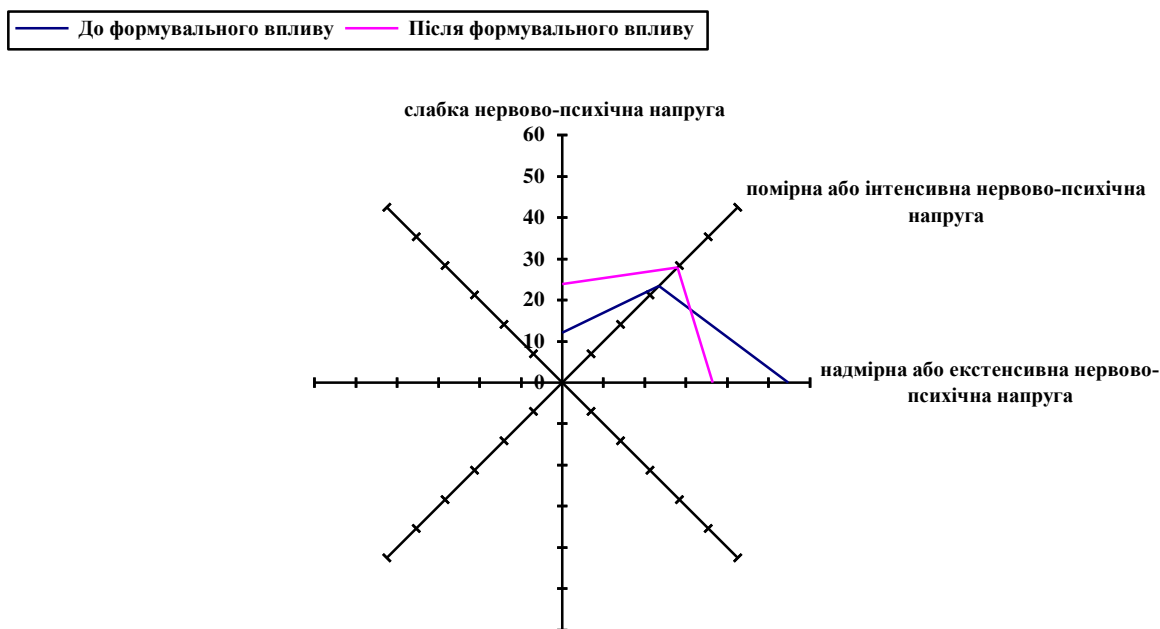
**Рис. 3.4. Результати виконання експериментальних завдань «Методики діагностики рівня невротизації» (за Л. Вассерманом) досліджуваними з ЕГ до і після здійснення формувального впливу (%) (n=30)**

Можна стверджувати, що в досліджуваних потенційних мігрантів появилися тенденції до стабілізації та зниження загальної високої невротичності, тому є підстави констатувати деяке зростання кількості осіб, які мають дещо кращу емоційну стійкість, позитивніший емоційний фон переживань у варіанті більшого спокою та оптимізму, а також збільшення ініціативності і почуття власної гідності, тобто тих ознак, що притаманні людям з низьким рівнем невротизації. По суті, після задіяння формувальних впливів невротична складова фрустраційної толерантності досліджуваних покращилася.

Зазначимо, що в досліджуваних з КГ істотних змін з невротизацією, зокрема з її рівнями, не відбулося.

Завдяки якісній інтепретації отриманих емпіричних показників за «Опитувальником нервово-психічної напруги (НПН) (Т.А. Немчин) вдалося встановити післяформувальні зміни в діапазонах прояву «слабкого»,

помірного або «інтенсивного» та надмірного або «екстенсивного» нервово-психічного напруження у досліджуваних. Зауважуємо позитивні зміни після участі потенційних мігрантів у розвивальній тренінгово-корекційній роботі (див. рис. 3.5).



**Рис. 3.5.** Результати виконання експериментальних завдань за «Опитувальником нервово-психічної напруги (НПН) (Т.А. Немчин) досліджуваними з ЕГ до і після здійснення формувального впливу (%) (n=30).

Зазначимо, що після констатувальних діагностичних зрізів нами було встановлено дуже складну ситуацію з екстенсивним або надмірним нервово-психічним напруженням – воно було притаманне більшій половині досліджуваних (54,8 %), що засвідчувало високий рівень їхньої особистісної та соціальної невдоволеності внаслідок негативного впливу депресивних умов бідності й невизначеності, спричинених економічною депривацією. Перебування в такому надмірно напруженому нервово-психічному стані, беззаперечно, зумовлювало тривожно-фрустраційні гнітючі переживання, а отже потрібно було задіювати систему професійного психологічного супроводу й допомоги. Понад третина досліджуваних (33,1 %) демонструвала помірний або «інтенсивний» рівень нервово-психічної

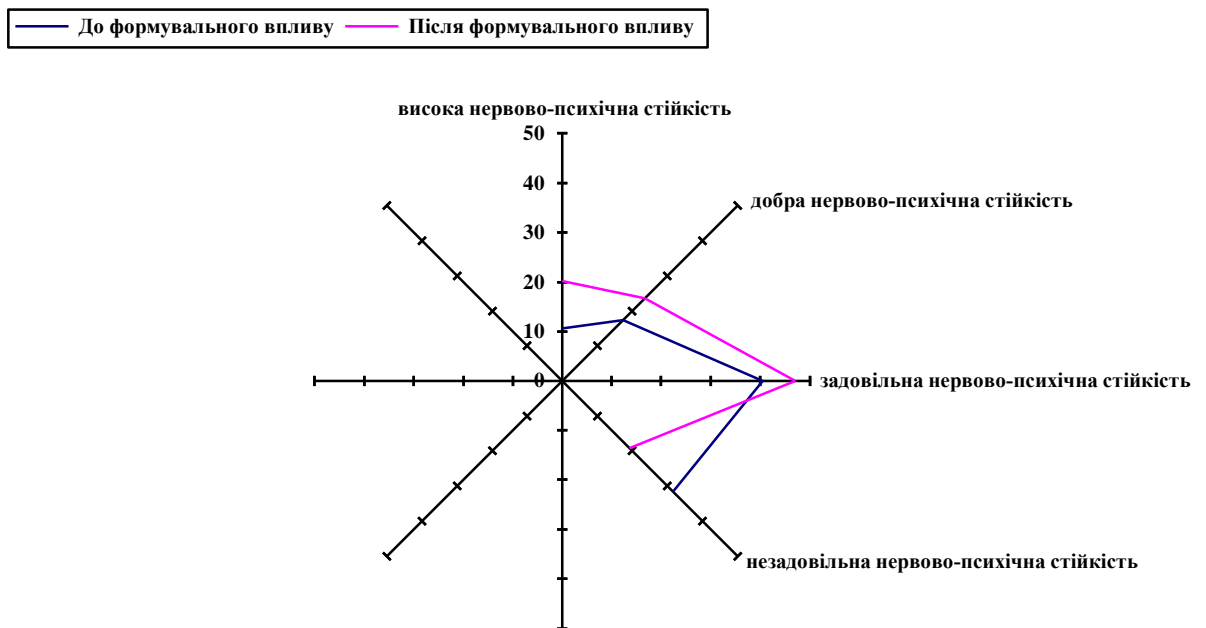
напруги і лише 12,1 % учасників експерименту проявили слабку нервово-психічну напругу.

Після участі у програмі ревіталізаційного супроводу потенційних мігрантів щодо зниження фрустрованості, завдяки інтенсивним тренінговим заняттям у нервово-психічній організації досліджуваних відбулися позитивні зміни. Майже двократно збільшилася кількість досліджуваних зі слабкою нервово-психічною напругою (було 12,1 %, а стало 23,9 %), а також дуже суттєво (на 18,3 %) зменшилася кількість учасників, підданих формувальним впливам, з «екстенсивною» нервово-психічною напругою (було 54,8 %, а стало 36,5 %). Зазначимо, що кількість досліджуваних з помірною або «інтенсивною» нервово-психічною напругою зросла на 6,5 %.

По суті, завдяки проведеним формувальним впливам констатуємо своєрідне «переливання» кількості досліджуваних з високих рівнів нервово-психічного напруження у низькі та частково – у помірні. До речі, подібне зауважуємо і завдяки якісній інтерпретації емпіричних показників за «Методикою діагностики рівня невротизації» (за Л. Вассерманом) (див. вище), коли після здійснення формувального впливу були зафіксовані позитивні зміни, зокрема на 17,6 % менше стало досліджуваних з високим рівнем невротизації завдяки участі у програмі ревіталізаційного супроводу психогенези потенційних мігрантів щодо зниження в них невротично-тривожно-фрустраційних психостанів і переживань.

Щодо досліджуваних з КГ, то нами не зауважено істотних статистичних змін.

Своєрідним продовженням щодо підтвердження результативності тренінгової програми для послаблення невротично-фрустраційного тла у досліджуваних виступили результати, отримані за «Методикою визначення рівня нервово-психічної стійкості» (анкета «Прогноз» (за В. Бодровим)) (див. рис. 3.6).



**Рис. 3.6. Результати виконання експериментальних завдань за тестом «Методикою визначення рівня нервово-психічної стійкості» (анкета «Прогноз» (за В. Бодровим)) досліджуваними з ЕГ до і після здійснення формувального впливу (%) (n=30).**

До участі у тренінгу досліджуваних з високою нервово-психічною стійкістю 10,6 %, а після здійснення формувальних впливів стало 20,1 % (на 9,5 % більше). Також до тренінгу досліджуваних з доброю нервово-психічною стійкістю було 17,3 %, а стало 23,6 % (на 6,3 % більше).

Натомість зауважуємо і зниження кількості досліджуваних із незадовільною нервово-психічною стійкістю – до тренінгу було 31,6 %, а після участі в ньому залишилося 19,3 %.

Досліджуваних із задовільною нервово-психічною стійкістю стало на 6,5 % більше (було 40,5 %, а стало 47 %).

Загалом, імпонує те, що кількісні параметри післятренінгової вибірки з високою та доброю нервово-психічною стійкістю сумарно зросли на 15,8 %. Слід зазначити, що у досліджуваних з КГ істотних змін нами не зафіксовано. Програма ревіталізаційної допомоги досліджуваним з ЕГ сприяла їхній психологічній підтримці та дозволила якісніше оволодіти типовими навичками самоаналізу фрустраційної поведінки, а також уміннями протистояти тривожності, депресивності, підвищеній невротизації, стресові,

зокрема завдяки виробленим навичкам саморегуляції психічних станів і активізації внутрішньопсихологічних ресурсних потенціалів. Зауважуємо помітне покращання навичок комунікативної та поведінкової гнучкості, швидкого оперативного когнітивного переосмислення і/або переоцінки фруструючої ситуації, краще і результативніше ігнорування фрустраторів, готовності до прийняття змін на противагу ригідним і непродуктивним моделям реакції на фрустрацію.

Узагальнюючи, зазначимо, що отримання завдяки формувальним впливам упродовж тренінгових занять детальної психологічної інформації про феномени фрустрації, фрустрованості, фрустраторів дозволило досліджуваним глибше розібратися в їхній природі, сутності, причинах виникнення і впливу та вибудувати на підставі цього певні індивідуальні стратегії їхнього зниження і подолання. Завдяки активному культивуванню навичок комунікативно-перцептивного спілкування і взаємодії у Т-групі, активізації спроможностей до рефлексії, цілепокладання і прогнозування своєї поведінки у фрустраційній ситуації та побудови оптимістичнішої перспективи розвитку, досліджувані з ЕГ вдосконалили механізми психоемоційної саморегуляції, насамперед щодо набуття нервово-психічної стійкості та зниження і/або нейтралізації деструктивних і дискомфортних емоційних психостанів (страх, тривога, депресія, агресія тощо).

Зниження високої нервово-психічної напруги, тривожності, невротизації, соціальної фрустрованості зумовлено тим, що в учасників ЕГ зауважуємо значно кращий прояв компетенцій щодо задіяння в антифрустраційній налаштованості конструктивних копінг-тактик і копінг-стратегій, що загалом засвідчує результативність формувальних впливів.

### **Висновки до третього розділу :**

1. Програма ревіталізаційного супроводу психогенези потенційних мігрантів була спрямована насамперед на гармонізацію їхньої

розбалансованої афективності, зокрема підвищеної фрустрованості, тривожності, нервово-психічної напруженості, які зазвичай переживаються внаслідок негативного впливу різновидової (соціальної, матеріальної, економічної та ін.) депривації, а також для набуття ними компетентностей щодо підвищення адаптації та оптимізації динаміки власних життєвих траєкторій і перспектив. Ключова ревіталізаційна спрямованість програми полягала у системній активізації та стимулюванні переходу від фрустрованого суб'єктного розвитку до оптимістичного особистісного саморозвитку, внаслідок чого використовуються як індивідуально-психологічні ресурси й потенціали, так і пропонована фахова психологічна допомога. Теоретичний і практичний розділи програми були спрямовані на формування в досліджуваних загальнопсихологічних уявлень про фрустрованість та інші негативні психостани як наслідок несприятливого впливу соціально-економічної депривації, а також на вироблення в них системи знань, умінь і навичок активно й конструктивно долати фрустрацію як у спеціально організованих і змодельованих тренінгових ситуаціях, так і згодом у повсякденній життєдіяльності. Отож програма психологічного супроводу й підтримки людей з міграційними намірами, які знаходяться в силовому полі фрустрації, була зорієнтована на розвиток у них спроможностей для конструктивного зниження відчуттів фрустрованості, на активізацію вмінь щодо оптимальної саморегуляції власних психічних станів, на оволодіння навичками успішної фрустраційної толерантності як здатності долати різномодальні фрустратори.

2. У контексті розробленого й апробованого нами генетично-психологічного тренінгового підходу для оптимізації фрустраційної толерантності людей з міграційними намірами було здійснено наголос на культивуванні у досліджуваних спроможності до витривалості і здатності до протистояння різноманітним негативним загрозам і впливам. Відбувалося налаштування учасників тенінгу на вироблення у себе позитивних навичок оптимізму і збереження психічної рівноваги через продуктивний копінг, що

сприяло зниженню відчуття дискомфорту та рівня психоемоційної напруги. Всім учасникам Т-групи пропонувався хроноскопичний диспут для аналізу мотивів своєї міграційної налаштованості у теперішньому, минулому і майбутньому часових вимірах, а також щодо ймовірності рееміграції на батьківщину. Активно задіявалися процедури деролінгу для зняття певних «тренінгових ролей», шерінгу для каналізування можливих негативних емоційних психостанів, дебрифінгу для зменшення і зниження можливих афективно напружених подій, тобто своєрідного «закриття минулого».

Важливими завданнями тренінгу були: ознайомлення учасників Т-групи з особливостями поглибленого й різнобічного психологічного самоаналізу й оволодіння основними навичками аутосугестії та самокорекції, зокрема індивідуально найдоступніших прийомів саморегулювання сенсорно-емоційної сфери; підвищення рівня самооцінки (адекватна з тенденцією до підвищення) для подолання особистісної невпевненості, соціальної боязкості, зняття амбівалентності й сумнівів та гармонізації позитивного самоприйняття; набуття комунікативних навичок і технік для впевненого партнерського спілкування, що загалом дало змогу освоїти компетентностями антистресовості, антивигорання, продуктивного копінгу, фрустраційної толерантності. Досліджувані здобували інформацію та опановували вміння формувати зважену систему цілепокладання, гнучко й оперативно вносити за потреби чіткі корективи у виконання своїх планів і програм. Упродовж тренінгових занять усім учасникам (економічно депривованим фрустрованим людям з міграційними намірами) пропонувались наративи оптимістичних ціннісних пріоритетів, впевненості в собі та побудові на підставі цього перспективних траєкторій особистісного розвитку. Вважаємо, що запорукою отримання позитивного антидеприваційно-ревіталізаційного результату внаслідок проведення тренінгу стане перенесення отриманих під час участі в ньому важливих і потрібних соціально-психологічних знань, умінь і навичок у реальну життєдіяльність, що забезпечить і підтвердить його генетично-психологічну



природу – особистісний розвиток учасника тренінгу продовжує відбуватися навіть після його завершення. На нашу думку, за допомогою активних і системних тренінгових впливів в учасників Т-групи вдасться досягнути основного ревіталізаційного ефекту, суть якого полягає в істотному зниженні негативного економічно-деприваційного та фрустраційного тиску на їхню актуальну психо- і соціогенезу.

3. Результати апробації програми ревіталізаційного супроводу психогенези потенційних мігрантів, зокрема задіяння генетично-психологічного тренінгового підходу для оптимізації фрустраційної толерантності людей з міграційними намірами, дали змогу перевірити ефективність формувальних впливів. Отож після участі у Т-групі в досліджуваних загалом відбулися позитивні зміни, що проявилися в помітній збалансованості функціонування їхньої афективної сфери. Завдяки опануванню навичками самоаналізу й саморегуляції власної фрустраційної поведінки та вмінням чинити опір депресивності, тривожності, підвищеній невротизації, стресові учасники тренінгу продемонстрували : помітне зниження високого рівня тривожності (на 16,3 % менше); зниження дуже високого рівня соціальної фрустрованості (на 10 %); істотне зниження високого рівня невротизації (на 17,6 % менше); майже двократно збільшилася кількість досліджуваних зі слабкою нервово-психічною напругою (було 12,1 %, а стало 23,9 %), а також суттєво (на 18,3 %) зменшилася кількість учасників Т-групи з екстенсивною нервово-психічною напругою; на 9,5 % стало більше досліджуваних з високою нервово-психічною стійкістю.

Загалом відбулося істотне покращання навичок комунікативної та поведінкової гнучкості, швидкого оперативного переосмислення і/або переоцінки фруструючої ситуації, результативніше ігнорування фрустраторів, тобто після формувальних впливів констатуємо якісну оптимізацію особистісної антифрустраційної толерантності.

## Матеріали третього розділу дисертації висвітлено в публікаціях авторки

1. Шмарова Н. (2019). Психологічні особливості міграційних намірів у людей літнього віку : проблеми превенції. *Соціальна адаптація людей літнього віку в сучасному суспільстві, ортобіоз та паліативна допомога із циклу : Психологічні складові сталого розвитку суспільства: пошук психологічного обґрунтування на виклики сучасності. Матеріали VI науково-практичної конференції та форуму університетів третього віку (21-22 листопада 2019 року, м. Луцьк). За заг. наук. ред. Ж. П. Вірної. Луцьк : СНУ імені Лесі Українки, 283 – 288.*
2. Шмарова Н. (2021). Програма ревіталізаційного супроводу психогенези потенційних мігрантів, які переживають фрустрованість. *Modern trends in science and practice. Volume 1 : collective monograph.* Compiled by V. Shpak; Chairman of the Editorial Board S. Tabachnikov. Sherman Oaks, California : GS Publishing Services, 137 – 146.
3. Шмарова Н. (2021). Генетично-психологічний тренінговий підхід для оптимізації фрустраційної толерантності потенційних мігрантів. *Соціальна адаптація особистості в сучасному суспільстві, ортобіоз та паліативна допомога : матеріали VIII науково-практичної конференції з міжнародною участю (10-12 січня 2021 року, м. Луцьк)* <https://www.inforum.in.ua/conferences/26/85/694>
4. Шмарова Н. (2022). Ревіталізація психогенези економічно депривованих людей з міграційними намірами : досвід апробації тренінгової програми. *Психогенеза особистості: норма і девіація : зб. наук. статей і тез ; гол. ред. Я. Гошовський. Луцьк : ФОП Манжула Ю.М., 136 – 143.*

## ВИСНОВКИ

Узагальнення отриманих у дисертаційній роботі теоретико-емпіричних результатів дало підстави для таких **висновків** :

1. Теоретичний аналіз досліджуваної проблематики дав підстави стверджувати, що економічна депривація як потужний чинник ускладнення повноцінного способу життя через незадоволеність матеріальних потреб істотно впливає на розбалансованість усіх сфер психоструктури особистості. Відчуття численних обмежень спроможності задовільнити базові екзистенційні потреби в житлі, харчуванні, комфорті, реалізації медичних, освітніх, культурних, ціннісних та інших запитів і бажань через власний низький матеріальний рівень пригнічує статусно-рольовий потенціал економічно депривованої людини та зумовлює її міграційну налаштованість і активність як найтиповіший варіант спроби подолати бідність та інкультуруватися в багатші ареали соціально-економічного добробуту. Через складні умови життєдіяльності, притаманні нашому нестабільному і трансформаційному суспільству, значна кількість людей демонструє міграційні наміри і дуже часто переживає негативні афективні психостани, зокрема тривожність, розгубленість, невпевненість, амбівалентність, депресивність, апатійність, фрустрованість тощо.

Потенційна міграція як специфічний психологічний стан готовності людини покинути свою батьківщину досить часто супроводжується підвищеним рівнем фрустрації, психоемоційного вигорання, психофізичного та соціально-духовного виснаження і спричинений переживаннями й страхом перед невідомістю свого майбутнього в матеріальних, сімейних, статусних, громадянських, мовних та інших вимірах. Потенційним мігрантам зазвичай характерний тривожно-фрустраційний фон очікування й невизначеності через реальні або уявні перепони, який гнітить їхній біосоціальний ритм діяльності та спілкування, породжує загострені

психоемоційні переживання й реакції. Переживання ймовірних різномадольних труднощів з причин адаптації, сегрегації, ксенофобії, мігрантофобії тощо активно культивують у людей з міграційними намірами фрустрованість як свідчення їхньої підвищеної чутливості до травмогенних чинників та недостатньо сформований рівень фрустраційної толерантності.

2. Завдяки науково виваженим процедурно-організаційним підходам та залученню пакету валідного й достовірного психодіагностичного інструментарію на репрезентативній вибірці досліджуваних було здійснено розгалужене емпіричне вивчення психологічних особливостей впливу економічної депривації на афективність, зокрема фрустрованість потенційних мігрантів. Кількісна обробка і якісна інтерпретація отриманих результатів емпіричного дослідження дозволили констатувати основні змістово-функціональні показники, що репрезентують ускладнену афективність людей з вираженими міграційними намірами.

Результати кореляційного аналізу дали змогу встановити, що економічна депривація (базова, нормативна, відносна) тісно корелює з тривожністю, агресивністю, фрустрованістю, незадовільною нервово-психічною стійкістю, психосоціальним стресом.

У результаті факторного аналізу виконання експериментальних завдань методик досліджуваними з групи *«потенційні мігранти»* виокремилися такі чотири основні фактори, на які припало найбільше змістове навантаження : F 1 «тривожно-деприваційна фрустрованість», F 2 «невротично-деприваційна фрустрованість», F 3 «відносно економічно-деприваційна агресивність», F 4 «психосоціально-стресова фрустрованість». Результати факторного аналізу виконання експериментальних завдань методик досліджуваними з групи *«стабільні (стаціонарні) жителі»* такі : F 1 «агресивно-тривожна безпековість», F 2 «матеріально-стресова ригідність», F 3 «середньо-тривожна самореалізація», F 4 «помірно-екзистенційна задоволеність».

Загалом, у досліджуваних *потенційних мігрантів* на високому статистично значущому рівні проявилися показники, які маніфестують

загальний високий рівень тривожності, фрустрованості, агресивності, невротизації, стресовості, що пояснюється насамперед негативним депривуючим впливом нестабільного соціально-економічного клімату, який потужно детермінує та стимулює їхні міграційні наміри. У досліджуваних стабільних жителів, які не мають міграційних намірів, пріоритетними виступають агресивність і тривожність за власну безпеку, стресовість і ригідність через матеріальне становище, прагнення до самореалізації, забарвлене помірною тривожністю і в загальних рисах задоволення існуючим станом справ.

3. Здійснений аналіз ресурсів і акультураційних стратегій, які репрезентують наміри й очікування потенційних мігрантів, засвідчив, що найважливішими соціально-психологічними проблемами потенційних мігрантів є : виражене незадоволення, песимістичне й депресивне оцінювання свого економічно депривованого актуалгенезу; переживання вираженого психоемоційного дискомфорту; страх наслідків соціально-сімейної депривації; передчуття труднощів спілкування та адаптації з корінним місцевим населенням; невпевненість у власній безпеці; підвищений рівень тривожності, фрустрованості й агресивності.

У своїх намірах потенційні мігранти розраховують насамперед на такі ресурси : соціально-родинні (46 %), діяльнісно-кваліфікаційні (29 %), афективні (14 %), соціально-економічні (11 %).

Досліджувані потенційні мігранти схильні дотримуватися таких акультураційних стратегій : стратегія інтеграції (27 %); стратегія маргіналізації (26 %); стратегія сепарації (18 %); стратегія асиміляції (15 %); стратегія самоактуалізації (14 %). Водночас попри орієнтації на різні акультураційні стратегії всі досліджувані відзначають наявність різномодальної тривожності та невизначеного гнітючого стану, який можна позначити як прихована або виражена фрустрованість. Отож у потенційних мігрантів помітно проявляється ускладнена афективність, зокрема

фрустрованість як гнітючо-тривожне очікування невідомості, що зумовлене насамперед соціально-економічною депривацією.

4. Розроблена програма психологічного ревіталізаційного супроводу й підтримки людей з міграційними намірами, які знаходяться в силовому полі фрустрації, забезпечує розвиток у них компетентностей для конструктивного зниження фрустрованості, вироблення навичок оптимальної саморегуляції психічних станів та успішного подолання впливу різномодальних фрустраторів.

Важливими завданнями «Ревіталізаційного тренінгу фрустраційної толерантності потенційних мігрантів», базованого на засадах генетичної психології, були : ознайомлення учасників Т-групи з особливостями поглибленого й різнобічного психологічного самоаналізу й оволодіння основними навичками аутосугестії та самокорекції, зокрема індивідуально найдоступнішими прийомами саморегулювання сенсорно-емоційної сфери; підвищення рівня самооцінки (адекватна з тенденцією до підвищення) для подолання особистісної невпевненості, соціальної боязкості, зняття амбівалентності й сумнівів та гармонізації позитивного самоприйняття; набуття комунікативних навичок і технік для впевненого партнерського спілкування, що загалом дало змогу осоволодіти компетентностями антистресовості, антивигорання, продуктивного копіngu, фрустраційної толерантності. Досліджувані здобували інформацію та опановували вміння формувати зважену систему цілепокладання, гнучко й оперативно вносити за потреби чіткі корективи у виконання своїх планів і програм. Упродовж тренінгових занять усім учасникам (економічно депривованим фрустрованим людям з міграційними намірами) пропонувались наративи оптимістичних ціннісних пріоритетів, впевненості в собі та побудові на підставі цього перспективних траєкторій особистісного розвитку.

Запорукою отримання позитивного антидеприваційно-ревіталізаційного результату внаслідок проведення тренінгу стало перенесення отриманих під час участі в ньому важливих і потрібних соціально-психологічних знань,

умінь і навичок у реальну життєдіяльність, що забезпечувало й підтверджувало його генетично-психологічну природу – особистісний розвиток учасника тренінгу продовжує відбуватися навіть після його завершення. Вважаємо, що за допомогою активних і системних тренінгових впливів в учасників Т-групи вдалося досягнути основного ревіталізаційного ефекту, суть якого полягала в істотному зниженні негативного економічно-деприваційного та фрустраційного тиску на їхню актуальну психо- і соціогенезу. Після участі у тренінгу в досліджуваних відбулося істотне зниження високого рівня тривожності, дуже високого рівня соціальної фрустрованості, високого рівня невротизації, а також стало більше досліджуваних з високою нервово-психічною стійкістю та майже двократно збільшилася кількість зі слабкою нервово-психічною напругою. Завдяки задіяним формувальним впливам у досліджуваних збалансувалось функціонування афективності та помітно усталилася фрустраційна толерантність.

Перспективи подальших досліджень вбачаємо у проведенні розгалужених дослідницьких студій для вивчення статевих, вікових, регіональних і крос-культурних (порівняльна вісь «Україна–Італія») відмінностей проявів фрустрованості у потенційних мігрантів та вдосконаленні ревіталізаційних засобів для надання психологічної допомоги економічно депривованим людям.

## СПИСОК ВИКОРИСТАНИХ ДЖЕРЕЛ :

1. Балакірева О. М., Яременко О. О., Левцун О. Г. (2004). Особливості зовнішньої трудової міграції молоді в сучасних умовах. Київ : Державний ін-т проблем сім'ї та молоді.
2. Блинова О. Є. (2011). Дослідження впливу особистісних характеристик на успішність адаптації трудових мігрантів. *Проблеми загальної та педагогічної психології : збірник наукових праць Інституту психології ім. Г. С. Костюка НАПН України*, 8, 41–47.
3. Блинова О. Є. (2009). Проблема психологічного здоров'я мігрантів: *Збірник наукових праць: філософія, соціологія, психологія*, 14, 55–64.
4. Блинова О. Є. (2010). Психологічні основи вивчення міграційної готовності. *Збірник наукових праць: філософія, соціологія, психологія*, 15, 145–156.
5. Блинова О. Є. (2008). Психологічні проблеми трудової міграції населення України. *Актуальні проблеми психології : збірник наукових праць Інституту психології ім. Г. С. Костюка АПН України*, 10, 76–82.
6. Блинова О. Є. (2011). *Трудова міграція населення України у соціально-психологічному вимірі: монографія*. Херсон: РІПО.
7. Божок Н. О. (2013). Вплив самооцінки на розвиток високої фрустраційної толерантності у студентів. *Теоретико-методологічні основи професійної підготовки педагога : збірник наукових праць*, 100–106.
8. Бойченко А. В. (2021). Психологічні особливості становлення автономності особистості в умовах війни. *Науковий журнал «Гуманітарні студії: історія та педагогіка»*, 1(01), 125–128. <http://nauksgf.wunu.edu.ua/index.php/npsgf/issue/view/3> (дата звернення: 18.08.2022).
9. Большакова А. М. (2008). Екзистенційна фрустрація та суб'єктивна картина життєвого шляху особистості. *Вісник Харківського нац. пед. ун-*



- ту ім. Г. С. Сковороди. Серія: Психологія : збірник наукових праць, 28, 11–23.
10. Большакова А. М. (2000). Фрустраційна толерантність як складова психологічної готовності пожежних до професійної діяльності в екстремальних умовах. *Автореферат дисертації на здобуття наукового ступеня кандидата психологічних наук*. Харків.
  11. Боровинська І. Є. (2022). Готовність внутрішньо переміщених осіб до оволодіння соціально-психологічними стратегіями життєвої успішності. <https://ispp.org.ua/wpcontent/uploads/2022/06/br20190826.pdf>. (дата звернення: 18.08.2022).
  12. Боровинська І. Є. (2022). Соціально-психологічні стратегії життєвої успішності внутрішньопереміщених осіб. *Дисертація доктора філософії*. Київ, Інститут соціальної та політичної психології НАПН України.
  13. Бортник Н., Єсімов С., Мороз Н. (2017). Міграційні процеси : поняття, сутність, сучасний стан. *Вісник Національного університету «Львівська політехніка»*, 884, 64–71.
  14. Брецько І. І. (2015). *Психоемоційне вигорання підлітків в умовах сімейної депривації : монографія*. Мукачево : МДУ.
  15. Бринза І. В., Шевченко В. А. (2008). Фрустрації реакції студентів-спортсменів, схильних до агресивності і тривожності. *Наука і освіта*, 4/5, 4–6.
  16. Булах І. С., Бушанська Л. П. (1998). Базові та ситуативні детермінанти фрустрації підлітків. *Психологія : збірник наукових праць ім. М. П. Драгоманова*, 1, 84–91.
  17. Варава Л. А. (2010). Особенности переживания личностью чувства одиночества в состоянии социальной депривации. *Дисертація на здобуття наукового ступеня кандидата психологічних наук*. Київ: НАПН України, Інститут психології імені Г. С. Костюка.
  18. Варениця О., Макаренко О. (2006). Соціально-психологічні проблеми дітей у родинах нелегальних трудових мігрантів. *Український науковий і*

*громадсько-політичний часопис «Соціальна політика і соціальна робота», 72–83.*

19. Варецька О. (2005). Соціально-економічне підґрунтя трудової міграції населення України. *Україна аспекти праці*, 5, 34–40.
20. Варій Ю. М. (2009). Вплив економічної депривації на поведінку молоді. *Науковий вісник Львівського державного університету внутрішніх справ. Серія психологічна*, 2, 18–31.
21. Варій Ю. М. (2008). Психічна депривація студентської молоді України першого десятиліття ХХІ століття. *Науковий вісник Львівського державного університету внутрішніх справ. Серія психологічна*, 2, 27–40.
22. Венгер Г. (2013). Феномен дистантної сім'ї. *Український науковий журнал «Освіта регіону»*, 2, 196–200.
23. Візнюк Ю. М. (2018). Самоприйняття як чинник розвитку соціальної ідентичності особистості в умовах сімейної депривації. *Дисертація на здобуття наукового ступеня кандидата психологічних наук*. Сєверодонецьк.
24. Вірна Ж. П. (2003). *Мотиваційно-сміслова регуляція у професіоналізації психолога : монографія*. Луцьк : РВВ «Вежа» Волин. держ. ун-ту ім. Лесі Українки.
25. Возняк А. (2005). Фрустраційні стани старшокласників як психолого-педагогічна проблема. *Науковий вісник Чернівецького університету. Педагогіка та психологія*, 244, 16–19.
26. Волков Д. С., Абатурова О. А. (2022). Особливості просоціальної поведінки в умовах воєнного стану. *Science of XXI century: development, main theories and achievements*, 12–15.
27. Гевчук Н. С. (2012). Виховання дітей трудових мігрантів в умовах соціально–освітнього середовища. *Автореферат дисертації на здобуття наукового ступеня кандидата педагогічних наук*. Київ.
28. Гевчук Н. С. (2009). Соціально-психологічні проблеми виховання дітей трудових мігрантів. *Збірник наукових праць Кам'янець-Подільського*

*Національного університету імені Івана Огієнка. Серія соціально-педагогічна.*

[http://www.nbuu.gov.ua/portal/soc\\_gum/znpkp/Sp/2009\\_11/3.pdf](http://www.nbuu.gov.ua/portal/soc_gum/znpkp/Sp/2009_11/3.pdf).

29. Герасименко Г. В., Позняк О. В. (2006). Гендерні аспекти трудових міграцій населення України . *Демографія та соціальна економіка*, 1, 51.
30. Гнатюк Т. О. (2011). Добровільна зворотна міграція : досвід країн ЄС та перспективи України. *Наукові праці Чорноморського державного університету імені Петра Могили. Сер: Політологія*, 175(163), 22–25.
31. Гнибіденко І. (2001). Проблеми трудової міграції в Україні та їх вирішення. *Економіка України*, 4, 19–22.
32. Головіна Н. М., Головіна О. В. (2008). Соціально-психологічні аспекти трудової міграції в Україні . *Міжнародна міграція та розвиток України в контексті європейської інтеграції: зб. матеріалів міжнар. наук. конф. (16 жовтня 2007 р.)* (С. 129–136). Київ : ПЦ «Фоліант».
33. Гордієнко Н. В., Ізотова А. Ю. (2008). Соціально-педагогічні засади профілактики деформацій у соціалізації дітей з сімей трудових мігрантів. *Вісник Черкаського університету. Серія Педагогічні науки*, 123, 168.
34. Гошовський Я. О. (2009). Психолого-педагогічні основи ресоціалізації депривованих підлітків. *Дисертація доктора психологічних наук*. Київ: Інститут психології імені Г. С. Костюка.
35. Гошовський Я. (2014). Ревіталізація психогенези депривованої особистості. *Теоретичні і прикладні проблеми психології: збірник наукових праць Східноукраїнського національного університету імені Володимира Даля*, 2 (34). 101–108.
36. Гошовський Я. (2008). *Ресоціалізація депривованої особистості: монографія*. Дрогобич : Коло.
37. Гошовський Я., Гошовська Д. (2016). Матеріальна депривація як феноменологія бідності : ревіталізаційний ракурс. *Психологічні перспективи*, 2, 10–20.

38. Гошовський Я., Гошовська Д. (2016). Основні типологічні параметри феномену психічної депривації. *Науковий вісник Львівського державного університету внутрішніх справ. Серія психологічна*, 1, 218–228.
39. Гринюк О., Куб'як Н. (2007). Соціально-педагогічна робота з дітьми трудових мігрантів. *Підготовка соціальних педагогів та соціальних працівників в Україні в контексті Болонського процесу: матеріали науково-практичної конференції (Чернівці, 13-14 грудня 2007 року)* (С.82–84). Чернівці: Рута.
40. Громова Г. М. (2021). Толерантність до невизначеності та ставлення до часу як медіатори посттравматичного відновлення особистості. *Виміри особистісних трансформацій: матеріали IV Всеукраїнського науково-практичного семінару (м. Ніжин, 6 жовтня 2021 року)* (С. 30–34). Київ: ІСПП НАПН України.
41. Гумницька Н., Калинець І. (Ред.) (2008). Діти емігрантів про себе. Сповіді. Думки. Судження. Біль. Міжнародний ін-т освіти, культури та зв'язків з діаспорою . Львів : Артос.
42. Дворник М. С. (2021). Дистанційні модулі підтримання психологічного благополуччя особистості в період очікування миру. *Виміри особистісних трансформацій: матеріали IV Всеукраїнського науково-практичного семінару (м. Ніжин, 6 жовтня 2021 року)* (С. 11–15). Київ: ІСПП НАПН України.
43. Дембицька Н. М. (2008). Соціально-психологічні проблеми економічної соціалізації молоді. *Соціальна психологія*. 3 (29), 53–67.
44. Дідковська Л. (2020). Причини і наслідки інтелектуальної міграції в Україні. *Економіка України*, 3(700), 65–76.  
<https://doi.org/10.15407/economyukr.2020.03.065>
45. Дідковська Л., Дідковський А. Психологія потенційного емігранта: монографія. Львів: Растр-7, 2023. 596 с.

46. Дмитрук Б. П., Светлова Н. М. (2016). Світові міграційні процеси: мотивація, види й наслідки для країн виїзду та приймаючих країн. *Вісник Східноєвропейського університету економіки і менеджменту*, 1, 18–27.
47. Дмитрук Б., Чудаєва І. (2018). Еміграційні процеси в Україні : мотивації, тенденції та наслідки для країни. *Економіка та держава*, 1, 4–10.
48. Дуб В. (2021). Соціокультурні характеристики ціннісних орієнтацій вимушених переселенців. *Проблеми гуманітарних наук. Психологія*, 49, 61–71.
49. Завацька Н.Є., Журба А.М., Каширіна Є.В., Родіна К.М. (2015). Соціально-психологічні особливості професійних деструкцій та антиципаційної спроможності особистості. *Теоретичні і прикладні проблеми психології: збірник наукових праць Східноукраїнського національного університету ім. В. Даля*, 2(37), 70–77.
50. Загарницька І. І. (2011). Сучасне дитинство в контексті міграційних процесів: українські реалії. *Вісник інституту розвитку дитини. Серія: Філософія, педагогіка, психологія: збірник наукових праць*, 17, 10–16.
51. Закон України «Про імміграцію» №2491-III (2001). <https://zakon.rada.gov.ua/laws/show/2491-14>
52. Звітні матеріали соціального дослідження «Діти трудових мігрантів: особливості соціальної поведінки». *Карітас України* [http://caritas-ua.org/index.php?option=com\\_content&task=view&id=220&Itemid=23](http://caritas-ua.org/index.php?option=com_content&task=view&id=220&Itemid=23)
53. Зовнішня трудова міграція населення України. (2009). *Державний комітет статистики України, Український центр соціальних реформ*. Київ : ДП «Інформаційно-аналітичне агентство».
54. Зубіашвілі І. К. (2009). Ставлення до грошей як фактор економічної соціалізації старшокласників. *Дисертація на здобуття наукового ступеня кандидата психологічних наук*. Київ: НАПН України, Інститут психології ім. Г. С. Костюка.

55. Кавчинська-Бутрим Зофія (2008). Користі та втрати учасників міграції – результати власних досліджень. *Міграція – виклик XXI століття*. Люблін: Видавництво Люблінського католицького університету.
56. Кавчинська-Бутрим Зофія. (2008). Міграція – мікросуспільна перспектива : індивідуальні та сімейні користі, витрати і втрати. *Міграція – виклик XXI століття*. Люблін : Видавництво Люблінського католицького університету.
57. Капітан В. О. (2013). Особливості внутрішньої і зовнішньої міграції в Україні та у Львівській області. *Соціально-економічні проблеми сучасного періоду України*, 3, 348–354.
58. Карпачова Н. І. (2003). Стан дотримання та захисту прав громадян України за кордоном: спеціальна доповідь Уповноваженого Верховної Ради України з прав людини. Київ.
59. Карпенко З. (2010). Психодинамічні механізми переживання емоційної депривації дітей емігрантів. *Новітня еміграція: проблеми соціального і національного сирітства: збірник наукових статей і виступів за матеріалами круглих столів*. Львів: Видавництво Національного університету «Львівська політехніка».
60. Католик Г. А., Підсаднюк А. Л. (2006). Діти трудових емігрантів. Особливості особистісної ідентичності у підлітково-юнацькому віці. *Практична психологія та соціальна робота*, 12, 31–33.
61. Католик Г. (2008). Діти трудових емігрантів: особливості особистісних конфліктів (опис психотерапевтичного досвіду). *Вісник Львівського університету. Філософські науки*, 1, 220–228.
62. Католик Г. (2005). З досвіду психотерапевтичної роботи з дітьми трудових емігрантів. *Теоретичні та практичні аспекти дитячої та юнацької психотерапії. Матеріали регіональної науково-практичної конференції* (С. 19–21). Львів : Компанія «Манускрипт».

63. Кікінеджи О. М., Кізь О. Б. (2004). Особливості гендерної соціалізації депривованого юнацтва : *навчальний посібник*. Тернопіль : Навчальна книга-Богдан.
64. Кисельова О. І., Кедік А. А. (2013). Трудова міграція : суть і причини виникнення. *Науковий вісник Ужгородського національного університету. Серія: Право*, 21 (1), 60–63.
65. Кияшко Л. А., Полетаєва Н. А. (2003). Психологічні аспекти соціальної інерції в умовах економічної депривації. *Проблеми загальної та педагогічної психології : збірник наукових праць Інституту психології ім. Г.С. Костюка АПН України*, 4(5), 124–130.
66. Ключковська І., Марусик Ю., П'ятковська О. (2014). Звіт про результати дослідження міграційних настроїв студентів Львова. <http://miok.lviv.ua/wp-content/uploads/2015/03/zvitpj.pdf>
67. Клячковська І. М., Гумницька Н. О. (2010). Новітня еміграція : проблеми соціального і національного сирітства: збірник наукових статей і виступів за матеріалами круглих столів. Львів : «Львівська політехніка».
68. Ковальчук З. (2021). Особистісна рефлексія в умовах постійних соціальних змін. *Соціально-правові студії: науково-аналітичний журнал* Гол. ред. О. Балинська. Львів : ЛьвДУВС. 4. 177–183.
69. Ковальчук А. (2009). Уявлення про сім'ю в дітей трудових емігрантів. *Дитяча та юнацька психотерапія : теорія і практика*. Львів : Астролябіє.
70. Ковальчук Л. Г. (2008). Діти трудових мігрантів. *Соціальний педагог*, 3(15). 56–59.
71. Колесник О. Б., Хижняк М. В. (2004). Структура самовідношення та фрустраційна толерантність. *Вісник ХНПУ ім. Сковороди. Психологія*, 13, 59–66.
72. Коллі-Шамне А., Старцева В. (2022). Google-форма як інструмент дослідження соціально-психологічних проблем українців – вимушених мігрантів у перші місяці війни 2022 року. Трансформаційні процеси в умовах війни та післявоєнного періоду. *Збірник матеріалів Всеукраїнської*

- міждисциплінарної науково-практичної конференції (м. Чернігів, 10 червня 2022 року) (С. 234–237). Чернігів : ГО «Науково-освітній інноваційний центр суспільних трансформацій».
73. Кон М., Заборовський В. (2002). Структурна локалізація та особистість у період трансформації в Польщі й Україні. *Соціологія : теорія, методи, маркетинг*, 4, 10–37.
74. Король Г. М. (2005). Проблеми сучасної міграційної політики в Україні. *Вчені записки*, 12, 89–94.
75. Костюк Г. С. (1989). Навчально-виховний процес і психічний розвиток особистості. Київ : Радянська школа.
76. Курилович А. (2022). Які емоції переживають біженці за кордоном та як ухвалити рішення про повернення додому. *Думки психологів* <https://life.pravda.com.ua/society/2022/08/4/249868/>
77. Кравчук С. Л. (2007). Статеві відмінності в особливостях фрустрації як психічного стану особистості. *Науковий часопис НПУ ім. М. П. Драгоманова. Серія 12. Психологічні науки : збірник наукових праць*, 20 (44), 59–63.
78. Крупник І. Р. (2012). Вплив батьківської депривації на уявлення образу майбутньої сім'ї в дітей трудових мігрантів. *Психологічні перспективи. Волин. нац. ун-т ім. Лесі Українки, Ін-т соц. та політ. психології АПН України*, 20, 115–125.
79. Куб'як Н. І. (2010). Запобігання педагогічної занедбаності дітей молодшого шкільного віку з дистантних сімей. *Дисертація на здобуття наукового ступеня кандидата педагогічних наук*. Київ: Інститут проблем виховання АПН України.
80. Лангмейер И., Матейчек З. (1984). *Психическая депривация в детском возрасте*. Пер. Г. А. Овсянникова. Прага : ЧССР : Авиценум. Медицинское издательство.
81. Левченко К. Б. (Ред.) (2006). Проблеми дітей трудових мігрантів : аналіз ситуації. Міжнародний жіночий правозахисний центр «Ла Страда–



- Україна»; Український ін-т соціальних досліджень ім. Олександра Яременка; Кіровоградський юридичний ін.-т Харківського національного ун-ту внутрішніх справ. Київ : Логос.
82. Левченко К. Б., Трубавіна І. М., Цушко І. І. (2007). Соціально-педагогічна та психологічна робота з дітьми трудових мігрантів : *навчально-методичний посібник*. Київ : ФОП «Купріянова».
83. Левченко К., Трубавіна І., Євсюкова М. (2008). Правові засади захисту прав дітей трудових мігрантів. *Директор школи*, 17/18, 18–27.
84. Лизун І. Ф. (2011). Соціальні потреби дітей трудових мігрантів. *Педагогічний альманах*, 11, 244 – 248.
85. Лібанова Е.М. (2009). Бідність та нерівні можливості дітей в Україні Київ : Інститут демографії та соціальних досліджень НАН України, Дитячий фонд ООН (ЮНІСЕФ), Український центр соціальних реформ.
86. Лібанова Е. (2018). Зовнішні трудові міграції українців : масштаби, причини, наслідки. *Демографія та соціальна економіка*, 2, 11–26. [http://nbuv.gov.ua/UJRN/dse\\_2018\\_2\\_3](http://nbuv.gov.ua/UJRN/dse_2018_2_3)
87. Лібанової Е. М., Позняка О. В. (Ред.) (2002). Зовнішні трудові міграції населення України НАН України; Рада по вивченню продуктивних сил України. Київ: РВПС НАН України.
88. Ложкін Г. В., Спасенніков В. В. (2007). Економічна психологія: навчальний посібник. Київ : ВД «Професіонал».
89. Лютак О. З. (2006). Класифікація міграції як предмет наукового аналізу. *Збірник наукових праць : філософія, соціологія психологія*, 11(1), 223–234.
90. Лютак О. З. (2008). Мотивація сучасної української міграції. *Актуальні проблеми психології: збірник Інституту психології імені Г.С. Костюка АПН України (Екологічна психологія)*, 7(15), 190–194.
91. Ляльчук Г. Д. (2013). Аналіз соціально-психологічних чинників деструкції родинних зв'язків у сім'ях трудових мігрантів. *Теоретичні і прикладні проблеми психології : збірник наукових праць Східноукр. нац. ун-т ім. Володимира Даля*, 1 (30), 203–209.

92. Ляльчук Г. Д. (2013). Соціально-психологічні особливості спілкування підлітків з батьками в сім'ях трудових мігрантів. *Інсайд: збірник наукових праць студентів, аспірантів та молодих вчених*, 8, 158–163.
93. Ляльчук Г. (2012). Особливості сімейного виховання дітей трудових мігрантів. *Збірник наукових повідомлень регіональної науково-практичної конференції «Бог. Родина Україна»*. Івано-Франківськ: ФОП Богдан Кузів, 41–45.
94. Майданік І. П. (2007). Трудові міграції у період трансформації соціально-економічних відносин в Україні. *Автореферат дисертації на здобуття наукового ступеня кандидата соціологічних наук*. Харків: Харк. нац. ун-т ім. В.Н. Каразіна.
95. Максименко Л. В. (2004). Современная семья: проблемы диагностики и коррекции взаимоотношений. *Наука і освіта*, 3, 106–109.
96. Максименко С. Д. (2006). *Гене́за здійснення особистості: монографія*. Київ: Видавництво ТОВ «КММ».
97. Максименко С. Д. (2002). Розвиток психіки в онтогенезі: в 2 т. Київ: Форум,
98. Малиновська О. А. (2004). *Мігранти, міграція та українська держава: аналіз управління зовнішніми міграціями: монографія*. Київ: Вид-во НАДУ.
99. Малиновська О. А. (2013). Політика сусідніх країн щодо співвітчизників як інструмент поповнення людських ресурсів: виклики та уроки для України. *Стратегічні пріоритети*, 3 (28), 138–146.
100. Малиновська О. (2008). Сучасні міграційні процеси в Україні та формування міграційної політики держави. *Університет*, 2, 11–28.
101. Малиновська О. А., Майданік І. П. (2012). Трудові мігранти з України в країнах ЄС та їхні перекази на батьківщину у післякризовий період. *Міжнародний науковий форум: соціологія, психологія, педагогіка, менеджмент*, 11, 125–143.

102. Мальцева К. (2002). Образ іншої культури в крос-культурній комунікації. *Філософська думка*, 3, 68–79.
103. Міграція в Україні: цифри і факти. (2021). [https://ukraine.iom.int/sites/g/files/tmzbd11861/files/documents/migration\\_in\\_ukraine\\_facts\\_and\\_figures\\_2021-ukr\\_web.pdf](https://ukraine.iom.int/sites/g/files/tmzbd11861/files/documents/migration_in_ukraine_facts_and_figures_2021-ukr_web.pdf)
104. Міграція як чинник розвитку в Україні. Дослідження фінансових надходжень, пов'язаних з міграцією, та їхнього впливу на розвиток в Україні. *Міжнародна організація з міграції (МОМ), Представництво в Україні*  
[http://www.iom.org.ua/sites/default/files/mom\\_migraciya\\_yak\\_chynnyk\\_rozvytku\\_v\\_ukrayini.pdf](http://www.iom.org.ua/sites/default/files/mom_migraciya_yak_chynnyk_rozvytku_v_ukrayini.pdf)
105. Мушкевич М.І. (2020). Психологічний портрет осіб внутрішньої міграції. *Актуальні проблеми психології: Збірник наукових праць Інституту психології імені Г.С. Костюка НАПН України. Том. V: Психофізіологія. Психологія праці. Експериментальна психологія. Випуск 20.* 203–216.
106. М'яленко В. В. (2008). Соціально-психологічні механізми фінансової поведінки молоді. *Дисертація на здобуття вченого ступеня кандидата психологічних наук*. Київ: АПН України, Інститут соціальної та політичної психології.
107. Нестеренко М. О. (2021). Роль особистісних ресурсів у адаптації вимушених переселенців до нових умов життя. *Науковий журнал «Гуманітарні студії: історія та педагогіка»*.  
<http://naukskf.wunu.edu.ua/index.php/npsgf/issue/view/3> (дата звернення: 18.08.2022).
108. Овчиннікова О. (2003) . Моделі і методи для організації досліджень потенційної міграції. *Автореферат дисертації на здобуття вченого ступеня кандидата економічних наук*. Хмельницький.

109. Орбан-Лембрик Л. Е. (2008). Вплив міграційних процесів на поведінкові прояви особистості. *Збірник наукових праць: філософія, соціологія, психологія*. Івано-Франківськ : ВДВ ЦІТ.
110. Організація соціально-психологічної допомоги дітям, батьки яких перебувають за кордоном : методичний посібник для психологів, соціальних педагогів, педагогічних працівників загальноосвітніх навчальних закладів. (2005) . Хотин.
111. Остополець І. Ю. (2003). Діагностика та психокорекція професійних фрустрацій вчителя. Автореферат дисертації на здобуття вченого ступеня кандидата психологічних наук. Київ .
112. Офіційний сайт Державної міграційної служби України.  
<https://dmsu.gov.ua/diyalnist/statistichni-dani.html>
113. Офіційний сайт Державного комітету статистики України.  
[www.ukrstat.gov.ua](http://www.ukrstat.gov.ua)
114. Павлів-Самоїл Н. (2019). Вимушена міграція як наслідок порушених прав. *Вісник Національного університету Львівська політехніка". Серія : Юридичні науки*, 21, 70–76. [http://nbuv.gov.ua/UJRN/vnulpurn\\_2019\\_21\\_12](http://nbuv.gov.ua/UJRN/vnulpurn_2019_21_12).
115. Паніна Н. (2001). Молодь України: структура цінностей, соціальне самопочуття та морально-психологічний стан за умов тотальної аномії. *Соціологія: теорія, практика, маркетинг*, 1, 5–26.
116. Панченко Т. (2010). Ієрархія територіальних ідентичностей як основа політичної культури субсидіарної демократії. *Політичний менеджмент*, 6, 90–99.
117. Перелигіна Л. А., Самойлов М. Г., Малиш Н. В. (2003). Особливості фрустраційної толерантності неповнолітніх правопорушників і вплив соціальної ізоляції на розвиток особистості. *Проблеми загальної та педагогічної психології : збірник наукових праць Інституту психології ім. Г.С. Костюка АПН України*, 5(5), 231–236.

118. Петрюк П. Т., Петрюк А. П. (2009). Профессор Анатолий Иосифович Плотичер – известный отечественный учёный, психиатр и бывший сабурянин. *Психічне здоров'я*, 2, 160–168.
119. Пирожков С., Малиновська О., Марченко Н. (1997). Зовнішня міграція в Україні : причини, наслідки, стратегії . Київ : Академпрес.
120. Пігіда В. (2013). Технології соціально-педагогічної діяльності з дітьми трудових мігрантів. *Вісник ЛНУ імені Тараса Шевченка*, 11(270), 186–193.
121. Пілецька Л. (2014). Психологічні особливості соціалізації підлітків в умовах соціальної депривації. *Збірник наукових праць: філософія, соціологія, психологія*, 19(1), 77–84. [http://nbuv.gov.ua/j-pdf/znpfsp\\_2014\\_19\(1\)\\_13.pdf](http://nbuv.gov.ua/j-pdf/znpfsp_2014_19(1)_13.pdf) . 28.07.15. Назва з екрану.
122. Пітюлич М.І., Гоблик, В.В., Щербан Т.Д. (2015). Регулювання трудовіміграційних процесів в транскордонному регіоні : монографія. За заг. ред. М.І. Пітюлича. Мукачево : Вид-во МДУ, 2015. 148.
123. Позняк О.В. (Ред.) (2007). Міграційні процеси в Україні : сучасний стан і перспективи. Умань.
124. Раєвська Я. М. (2010). Вплив дистантної сім'ї на емоційну сферу підлітків. *Науковий часопис НПУ ім. М.П. Драгоманова*, 12 ( 30), 152–158.
125. Разиграєва Л. (2011). Психологічні особливості прояву фрустрації в депривованих підлітків. *Молода наука Волині: пріоритети та перспективи досліджень (10–11 травня 2011 р.)* (С. 221–222). Луцьк: М-во освіти і науки України, Волин. нац. ун-т ім. Лесі Українки, Наук. т-во студентів і аспірантів.
126. Римаренка Ю. (1998). Міграційні процеси в сучасному світі : світовий, регіональний та національний виміри : (понятійний апарат, концептуальні підходи, теорія та практика) : енциклопедія. (912 с.). Київ : Довіра.
127. Ровенчак О. (2006). Визначення та класифікації міграцій : наближення до операційних понять. *Політичний менеджмент*, 2 (17), 127–139.
128. Рождественський А. А. (2009). Вікові особливості подолання когнітивного дисонансу в потенційних мігрантів. *Автореферат дисертації на здобуття наукового ступеня кандидата педагогічних наук*. Київ.

129. Рожновські Б., Брик Д. (2008). Стрес, обумовлений еміграцією, і його наслідки для системи цінностей емігрантів. *Міграція – виклик XXI століття*. Люблін : Видавництво Люблінського католицького університету.
130. Садова. У., Рісна Р. (2015). Реєміграція як механізм соціальної політики у справах внутрішньопереміщених осіб в Україні. *Регіональна економіка*, 2, 55–64.
131. Самаєва Ю. (2022). Як повернути людей в Україну. Інтерв'ю з експертом у сфері міграційної політики Андрієм Гайдуцьким. ZN.UA. <https://zn.ua/ukr/macrolevel/jak-povernuti-ljudej-v-ukrajinu.html>
132. Самарська М. В. Профілактика та корекція депресивних станів дітей трудових мігрантів. [http://osvita.ua/school/lessons\\_summary/psychology/14045/](http://osvita.ua/school/lessons_summary/psychology/14045/).
133. Слюсаревський М. М. (2022). Соціально-психологічний стан українського суспільства в умовах повномасштабного російського вторгнення : нагальні виклики і відповіді. *Вісник НАПН України*, 4(1), 1–11.
134. Смутчак З. (2017). Нелегальна міграція в Україні : передумови, особливості та можливі наслідки. *Глобальні та національні проблеми економіки*, 16, 609–613.
135. Соловійов. Є. (2018). Внутрішня вимушена міграція : український вимір. *Evropsky politicky a pravni diskurz*, 5, 37–43.
136. Субашкевич І. Р., Шпагіна А. Д. (2022). Дослідження соціально-психологічних настроїв українців у період війни. *Вчені записки ТНУ імені В.І. Вернадського. Серія: Психологія*, 33 (72), 116–122.
137. Суліван А. (2009). Відчуваючи серцебиття мігранта. Львів : Видавництво «АРТОС».
138. Сушик І., Карпінчук Л. (2022). Міграція : проблеми адаптації і світової безпеки. *Together united : науковці проти війни : збірник тез доповідей I Міжнародної благодійної науково-практичної конференції (Луцьк, 20 травня 2022 р.)* (С. 274–278). Луцьк : Вежа-Друк.
139. Терлецька Ю. М. (2012). Вплив економічної депривації на професійно-педагогічну діяльність науково-педагогічних працівників. *Актуальні*

*проблеми психології: зб. наук. пр. Інституту психології імені Г.С. Костюка НАПН України. Том. X. Психологія навчання. Генетична психологія. Медична психологія, 22, 826–835.*

140. Терлецька Ю. М. (2011). Психічна депривація науково-педагогічних працівників. *Науковий вісник Львівського державного університету внутрішніх справ. Серія психологічна, 1, 134–144.*

141. Титаренко Т. М. (1998). Психологія життєвої кризи. Київ: Агропромвидав України.

142. Титаренко. Т. М. (Ред.) (2007). Життєві домагання особистості : монографія. Київ : Педагогічна думка.

143. Трибрат Т. А., Шуть С. В, Сакевич В. Д. (2022). *Біженці, мігранти та переміщені особи під час війни: виклики для систем охорони здоров'я та громадського здоров'я. Організаційні та нормативно-правові аспекти діяльності системи громадського здоров'я в Україні в мирний час та під час війни : колективна монографія.* Ждан В. М., Голованова І. А. (Ред.) Полтава : ТОВ «Фірма «Техсервіс».

144. Трубавіна І. (2022). Спектр проблем біженців в Україні в війні 2022 року : акценти і спостереження. *Збірник тез II Міжнародної наукової конференції «Воєнні конфлікти та техногенні катастрофи : історичні та психологічні наслідки», (Тернопіль, 21-22 квітня) (С.29–31).*  
<http://elartu.tntu.edu.ua/handle/lib/37866> (дата звернення: 18.08.2022).

145. Турбан В. (2015). Фактор фрустрації як засіб актуалізації моральних дилем. *Навчання і виховання обдарованої дитини, 1, 162–167.*

146. Українська правда <https://www.pravda.com.ua/news/2019/06/11/7217754/>

147. Філіпчук Л., Ломоносова Н., Сирбу О., Кабанець Ю. (2022) Вимушена міграція і війна в Україні (24 лютого-24 березня 2022)  
<https://cedos.org.ua/researches/vymushena-migracziya-i-vijna-v-ukrayini-24-lyutogo-24-bereznya-2022/>



148. Фінів О. (2016). Психозахист і стресостійкість особистості : теоретико-емпіричний ракурс. *Науковий вісник Львівського державного університету внутрішніх справ. Серія психологічна*, 1, 258–268.
149. Франкл В. (2016). Людина в пошуках справжнього сенсу. Психолог у концтаборі. Київ : Книжковий клуб «Клуб сімейного дозвілля».
150. Фрейд З. (1991). Основні категорії психоаналізу (з німецької переклала А. Березінська). *Всесвіт*, 5 (749), 164–170.
151. Фрейре П. (2003). Педагогіка пригноблених. Київ : Юніверс.
152. Харченко Н. (2000). Порівняння методологічних підходів до вимірювання рівня бідності. *Соціологія: теорія, практика, маркетинг*, 3, 86–99.
153. Холодова О. О. (2003). Загальні й особливі прояви фрустрації. *Психологія : збірник наукових праць*, 20, 88–94.
154. Хомра О. (1998). Структура і напрямки міграційних потоків населення України (заключний науковий звіт по проекту). Київ : МОМ.
155. Цимбалюк І. М. (2009). Психологічне консультування та корекція: навчальний посібник. Київ : Професіонал.
156. Чиханцова О. А. (2021). Психологія становлення життєстійкості особистості. Автореферат дисертації на здобуття наукового ступеня доктора психологічних наук. Київ.
157. Шваб І. А. (2007). Діти трудових мігрантів: результати та рекомендації дослідження. *Безпека життєдіяльності*, 9, 14–15.
158. Шмарова Н. (2021). Генетично-психологічний тренінговий підхід для оптимізації фрустраційної толерантності потенційних мігрантів. *Соціальна адаптація особистості в сучасному суспільстві, ортобіоз та паліативна допомога : матеріали VIII науково-практичної конференції з міжнародною участю* (10-12 січня 2021 року, м. Луцьк)  
<https://www.inforum.in.ua/conferences/26/85/694>



159. Шмарова Н. (2020). Економічна депривація як негативний чинник психогенези особистості : теоретичний ракурс проблеми. *Психологія : реальність і перспективи. Збірник наукових праць РДГУ*, 14, 244–250.
160. Шмарова Н. (2020). Економічна депривація як негативний чинник самореалізації особистості поліцейського : теоретико-емпіричний ракурс. *Матеріали Міжнародної науково-практичної конференції «25 років становлення Сумської філії Харківського національного університету внутрішніх справ: славетна історія та горизонти майбутнього» (21-22 лютого 2020 року, м. Суми)*. (С. 315-317). Суми : Видавничий дім «Ельдорадо».
161. Шмарова Н. (2019). Економічна депривація як чинник міграційних намірів особистості : теоретико-емпіричний ракурс. *Соціальна адаптація людей літнього віку в сучасному суспільстві, ортобіоз та паліативна допомога» із циклу «Психологічні складові сталого розвитку суспільства: пошук психологічного обґрунтування на виклики сучасності»*. *Матеріали V науково-практичної конференції та форуму університетів третього віку (19-21 грудня 2018 р., Луцьк)* ( С. 229–236). Луцьк : СНУ імені Лесі Українки.
162. Шмарова Н. (2018). Міграційні наміри особистості як чинник її фрустрованості та психоемоційного вигорання. *Arena nauki. Kwartalne międzynarodowe czasopismo naukowe, Polska*. Lublin.
163. Шмарова Н. (2018). Роль економічної депривації та фрустрації в соціогенезі потенційних мігрантів. *Психогенеза особистості : норма і девіація : зб. наук. статей*. Луцьк : Вежа-Друк.
164. Шмарова Н.В. (2020). Потенційна міграція крізь призму ускладнених психостанів депривованої особистості. *Психологічні виміри особистісної взаємодії суб'єктів освітнього простору в контексті гуманістичної парадигми : збірник тез наукових доповідей III Всеукраїнської конференції з міжнародною участю (Київ, 31 березня 2020 року)* (С.227–230). Київ : Інститут психології імені Г.С. Костюка НАПН України.

165. Шмарова Н. (2021). Програма ревіталізаційного супроводу психогенези потенційних мігрантів, які переживають фрустрованість. *Modern trends in science and practice. Volume 1 : collective monograph*. Compiled by V. Shpak; Chairman of the Editorial Board S. Tabachnikov. Sherman Oaks, California : GS Publishing Services.
166. Шмарова Н. (2020). Процедурно-організаційні основи емпіричного дослідження і методи вивчення фрустрованості потенційних мігрантів. *Психогенеза особистості: норма і девіація : зб. наук. статей*. Луцьк : Вежа-Друк.
167. Шмарова Н. (2020). Психологічні особливості впливу економічної депривації на фрустрованість потенційних мігрантів : факторний профіль. *Актуальні проблеми психології. Психологія обдарованості*, 17, 290–302.
168. Шмарова Н. (2019). Психологічні особливості міграційних намірів у людей літнього віку : проблеми превенції. *Соціальна адаптація людей літнього віку в сучасному суспільстві, ортобіоз та паліативна допомога із циклу : Психологічні складові сталого розвитку суспільства: пошук психологічного обґрунтування на виклики сучасності. Матеріали VI науково-практичної конференції та форуму університетів третього віку (21-22 листопада 2019 року, м. Луцьк)* ( С. 283–288). Луцьк : СНУ імені Лесі Українки.
169. Шмарова Н. В. (2019). Психологічні особливості переживання економічної депривації студентською молоддю. *Психогенеза особистості: норма і девіація : зб. наук. статей і тез .* Луцьк : Вежа.
170. Шмарова Н. (2019). Психологічні особливості фрустрації в людей з міграційними намірами. *Психологічні перспективи*, 34, 278–288.
171. Шмарова Н. (2022). Ревіталізація психогенези економічно депривованих людей з міграційними намірами : досвід апробації тренінгової програми. *Психогенеза особистості: норма і девіація : зб. наук. статей і тез .* Луцьк : ФОП Манжула Ю.М.

172. Шмарова Н. (2020). Теоретико-емпіричні виміри домінуючих психологічних станів у потенційних мігрантів. *The 1<sup>th</sup> International scientific and practical conference «TOPICAL ASPECTS OF MODERN SCIENCE AND PRACTICE » (September 21-24, 2020)* (Р. 332–337). Frankfurt am Main, Germany .
173. Шпак В. П., Левченко Б., Трубавіна І. М. (2007). Соціально-педагогічна і психологічна робота з дітьми трудових мігрантів : навчально-методичний посібник. Київ: Видавництво.
174. Шульга М. (2018). *Збій соціальної матриці : монографія*. Київ: Інститут соціології НАН України.
175. Щербан Т. (2019). Психологічні особливості психологів у роботі з кризовими ситуаціями. *Збірник наукових праць Національної академії Державної прикордонної служби України. Серія: Психологічні науки*. Хмельницький, 2(13). 360–375.
176. Щербан Т. Д., Ляшин Я.Є. (2018). Дослідження асертивної поведінки студентів у складних життєвих ситуаціях. *Міжнародний науковий журнал «Освіта і наука»*. Гол. ред. Т.Д. Щербан, заст. гол. ред. J. Piwowarski, В.В. Гоблик. Мукачево-Ченстохова : РВВ МДУ; Академія ім. Я. Длугоша. Вип.1 (24). С.230–234.
177. Юрків Я. І., Луканов Д. В. (2021). Труднощі соціально-психологічної адаптації вразливих верств внутрішньо переміщених осіб до нових умов життя. *Науковий вісник Ужгородського університету*. Серія : «Педагогіка. Соціальна робота», 1 (48), 469–472.
178. Ясь О. (2009). Еміграція. Енциклопедія Сучасної України. [https://esu.com.ua/search\\_articles.php?id=17837](https://esu.com.ua/search_articles.php?id=17837)
179. Яценко Т. С. (2004). Теорія і практика групової психокорекції : активне соціально-психологічне навчання : навчальний посібник. Київ : Вища школа.

180. Leong F.L., Comaz-Diaz L., Nagayama Hall G. C., McLoyd V.C., Trimble J.E. (Eds.) (2014). American Psychology Association Handbook of Multicultural Psychology, 2, 723. US : American Psychological Association.
181. Berry, J. W., & Annis, R. C. (1974). Acculturative stress : The role of ecology, culture and differentiation. *Journal of Cross-Cultural Psychology*, 5(4), 382– 406.
182. Blahuta, Roman I., Kovalchuk, Zoriana Ya., Bondarchuk, Nataliia, Kononova, Oleksandra, Ilchenko, Hanna (2019). Financial Resources and Organizational Cultur as Determinants for Competitive Strategy of Enterprises. *International Journal of Economics and Business Administratijn*, VII, 4, 471– 482.
183. Bowlby J. (1961). Child Care and Growth of Love. N .Y. : Penguin Book.
184. Castles S., Miller M. J. (2003). The Age of Migration: International Population Movements in the Modern World. Palgrave MacMillan.
185. Collyer M. (2006). Migrants, migration and the security paradigm: constraints and opportunities. *Mediterranen Politics*, 11(2).
186. George, M. (2012). Migration Traumatic Experiences and Refugee Distress: Implications for Social Work Practice. *Clinical Social Work Journal*, 40, 429– 437. <https://doi.org/10.1007/s10615-012-0397-y>
187. Hoshovskyi, J., Mudrak , I., Hoshovska D., Shmarova, N., Kordunova, N., & Kulchytska, A. (2023). Economic Deprivation as a Neuropsychological Aspect of the Formation of Frustration in Potential Migrants. *BRAIN. Broad Research in Artificial Intelligence and Neuroscience*, 14(2), 285–302. <https://doi.org/10.18662/brain/14.2/455>
188. Humphrey M. (2013). Migration, security and insecurity. *Journal of Intercultural Studies*, 34(2).
189. International Organization for Migration. <https://www.iom.int/key-migration-terms>
190. Kovalchuk, Z., Raievska, Y., Beheza, L., Ievtushenko, I., & Odyntsova, H. (2021). Socio-psychological features and legal norms of the life of adolescents

- from distant families of labor migrants (Соціально-психологічні особливості та правові норми життєдіяльності підлітків із дистантних сімей трудових мігрантів) Socio-psychological features and legal norms of the life of adolescents from distant families of labor migrants. *Amazonia Investiga*, 10(46), 79–91. DOI: <https://doi.org/10.34069/AI/2021.46.10.7>
191. Kuo B. (2014). Coping, acculturation, and psychological adaptation among migrants: a theoretical and empirical review and synthesis of the literature. *Health Psychology and Behavioural Medicine*, 2(1), 16–33. doi: [10.1080/21642850.2013.843459](https://doi.org/10.1080/21642850.2013.843459)
192. Massey D. S., Arango J., Hugo G., Kouaouci A., A. Pellegrino, E. J. Taylor (2005). *Worlds in Motion: Understanding International Migration at the End of the Millenium*. New York : Oxford University Press.
193. Melita C., Magnuson K., Molander J., Skotte H. (2005). Returning Home. An Evaluation of Sida`s Integrated Area Programmes in Bosnia and Herzegovina. *Sida Evaluation*, 2001–2390. <https://www.oecd.org/derec/sweden/37315417.pdf>
194. Omelchuk, O., Ivanashko, O., Sipko, L., Virna, Z., Saienko, V., & Tolchieva, H. (2022). Economic behavior of consumers during instability. *AD ALTA: Journal of Interdisciplinary Research*, Special Issue 12/02-XXVIII, 89–95.
195. Palmary I. (2018). Psychology, migration studies, and their disconnections: a review of existing research and future possibilities. *South African Journal of Psychology*, 48(1), 3–14.
196. Pasichnyk I. D., Handzilevska H. B., Nikitchuk U. I. (2017). Psychological immunity of Ukrainian migrants depending on childhood scenario sets. *PsychologicalProspects*, 30, 145–156.
197. Pitiulych M., Hoblyk V., Sherban T. (2020). A sociological monitoring of youth migration movement et al. *Journal of Critical Reviews : scientific journal*. Taipei City, Taiwan, 7, 11. 700–704.

198. Potential Net Migration Index.  
[http://www.gallup.com/poll/166796/potentialnet-migration-index-declines-countries.aspx?utm\\_source=PNMI&utm\\_medium=search&utm\\_campaign=title](http://www.gallup.com/poll/166796/potentialnet-migration-index-declines-countries.aspx?utm_source=PNMI&utm_medium=search&utm_campaign=title)
199. Refugees Operational Portal.  
[https://data.unhcr.org/en/situations/ukraine#\\_ga=2.247971463.1612703358.1653514650-424299937.1651862003](https://data.unhcr.org/en/situations/ukraine#_ga=2.247971463.1612703358.1653514650-424299937.1651862003) Дата звернення: 18.05.2022
200. Rosenzweig S. (1941). Need-persistent and ego-defensive reactions to frustration as demonstrated by an experiment on repression. *Psychological Review*, 48(4), 347–349.
201. Stark O. (1984). Rural-to-urban Migration in LDC: Relative Deprivation Approach. *Economic Development and Cultural Change*, 32, 475–486.
202. Stark O., Bloom D. E. (1985). The New Economics of Labour Migration. *The American Economic Review*, 75, 173–178.
203. Tabor A.S., Milfont T.L. (2011). Migration change model: Exploring the process of migration on a psychological level. *International Journal of Intercultural Relations*, 35(6), 818–832.
204. Zaiceva A. (2006). Reconciling the Estimates of Potential Migration into the Enlarged European Union. *IZA Discussion Papers*, 2519, 33.
205. Zoldberg A. R. (1989). The Next Waves: Migration Theory for a Changing World. *International Migration Review*, 23(3), 403–430.
206. Zuberi D., Ptashnick M. (2012). In Search of a better life : The experiences of working poor immigrants in Vancouver, Canada. *International Migration*, 50(1), 60–93.
207. Virna, Z., Ivanashko, O., Knysh, T. (2022). Studying In The Restrictive Conditions Of Quarantine: Mental-Adaptation Indicators Of The Students' Copy-Behavior. *Youth Voice Journal*. Volume 1, Issue Special Issue, February, Pages 70–82.
208. World Migration Report (2000).  
[https://publications.iom.int/system/files/pdf/wmr\\_2000\\_edited\\_0.pdf](https://publications.iom.int/system/files/pdf/wmr_2000_edited_0.pdf)

209. World Migration Report (2010). The Future of Migration: Building Capacities for Change. <https://publications.iom.int/books/world-migration-report-2010-future-migration-building-capacities-change>

## **ДОДАТКИ**

### **ДОДАТОК А**

#### **ЗРАЗКИ ОКРЕМИХ МЕТОДИК З УКЛАДЕНОГО ПСИХОДІАГНОСТИЧНОГО ПАКЕТУ Й АВТОРСЬКА АНКЕТА**

##### **«Ієрархія потреб» (модифікація І.А. Акіндінової)**

Методика призначена для виявлення актуальності базових потреб : матеріальних, потреби в безпеці, в самовираженні (самоактуалізації). За допомогою цієї методики можна виявити найважливіші потреби–мотиватори співробітників. Знання таких потреб дозволяє керівникові ефективно будувати систему мотивації в робочій групі. Методика допускає індивідуальне і групове використання. У разі групового обстеження число учасників не повинне перевищувати 15 осіб. Кожному обстежуваному має бути надане окреме місце для виконання завдання. Тривалість заповнення не

більше 20-25 хвилин. Якщо в процесі роботи у обстежуваного виникнуть питання, психолог повинен дати пояснення.

**Інструкція:** Вам пропонується 15 тверджень. Порівняйте ці твердження попарно між собою. Починайте порівнювати перше твердження з другим, потім перше твердження з третім і так далі. Результати вписуйте в колонку 1 стовпця. Так, якщо при порівнянні першого твердження з другим переважним для себе Ви визнаєте друге, то в початкову клітинку вписуйте цифру 2. Якщо ж переважним виявиться перше твердження, то вписуйте цифру 1. І так робіть при кожному порівнянні. Далі проробляйте аналогічні операції з другим твердженням: порівняйте його спочатку з третім, потім з четвертим і так далі. Подібним же чином працюйте з іншими твердженнями, поступово заповнюючи увесь бланк. Кожне порівняння пар робіть після промовляння "Я хочу".

**""Я хочу.".**

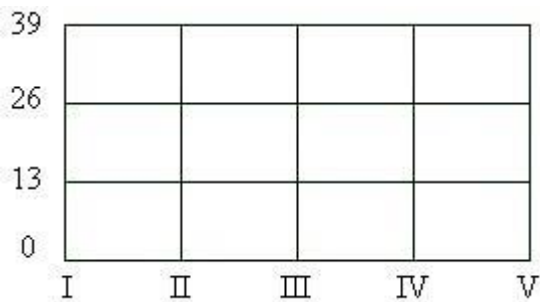
1. Добитися визнання і пошани
2. Мати теплі стосунки з людьми
3. Забезпечити собі майбутнє
4. Заробляти на життя
5. Мати хороших співрозмовників
6. Зміцнити своє становище
7. Розвивати свої сили і здібності
8. Забезпечити собі матеріальний комфорт
9. Підвищувати рівень майстерності і компетентності
10. Уникати прикрощів
11. Прагнути до нового і незвіданого
12. Забезпечити собі впливове становище
13. Купувати хороші речі
14. Займатися справою, що вимагає повної віддачі
15. Бути зрозумілим іншими.





III шкала	Потреба в міжособистісних стосунках	Підраховується сума за позиціями 2, 5, 15
IV шкала	Потреби в пошані з боку	Підраховується сума за позиціями 1, 9, 12
V шкала	Потреба в самореалізації	Підраховується сума за позиціями 7, 11, 14

Завершальною процедурою буде побудова власного профілю задоволеності потреб за п'ятьма шкалами. Потрібно отримані вище суми відкласти на кожній шкалі. На графіці вказано три зони: Повна задоволеність – 0-13 балів. Часткова задоволеність – 13-26 балів. Повне незадоволення – 26-39 балів.



Домінуюча потреба позначатиметься вищим балом. Тест можна використовувати для оцінки мотиваційного клімату організації. Для цього за методикою випадкової вибірки оцінюються відібрані сукупності (0,1-0,5 % опитуваних, якщо оцінюється клімат великої компанії, 3-5 %, якщо оцінюється організація)

### **Діагностика рівня соціальної фрустрації Л. Вассермана (модифікація В. Бойка)**

Методика фіксує ступінь невдоволення соціальними досягненнями в основних аспектах життєдіяльності. Досліджуваному пропонувалось відповісти на запитання „Чи задоволені Ви”:

1. Своєю освітою?
2. Взаємовідносинами з колегами по роботі (навчанню)?
3. Взаємовідносинами з адміністрацією?

- 4.Взаємовідносинами з суб'єктами своєї професійної діяльності (навчання)?
- 5.Змістом своєї роботи (навчання)?
- 6.Умовами навчання?
- 7.Своїм положенням в суспільстві?
- 8.Матеріальним становищем?
- 9.Житлово-побутовими умовами?
- 10.Відносинами із своїм хлопцем (дівчиною)?
- 11.Відносинами з дітьми?
- 12.Відносинами з батьками?
- 13.Станом речей в суспільстві (державі)?
- 14.Відносинами з друзями, знайомими?
- 15.Сферою послуг та побутового обслуговування?
- 16.Сферою медичного обслуговування?
- 17.Використанням свого вільного часу?
- 18.Можливістю проводити канікули?
- 19.Можливістю вибору місця роботи?
- 20.Своїм образом життя в цілому?

За кожним пунктом обчислювався показник рівня фрустрованості, який може мати варіативність від 0 до 4 балів. Кожному варіанту відповіді присвоюються бали: повністю задоволений – 0, скоріше задоволений – 1, важко відповісти – 2, скоріше незадоволений – 3, повністю не задоволений – 4.

4. Висновки про рівні соціальної фрустрованості виводяться з урахуванням середнього балу за кожним з пунктів. Чим вищим є бал, тим вищим є й рівень соціальної фрустрованості особи:

- 3,5-4 бали – дуже високий рівень соціальної фрустрованості;
- 3,0-3,4 – підвищений рівень фрустрованості;
- 2,5-2,9 – помірний рівень фрустрованості;
- 2,0-2,4 – невизначений рівень фрустрованості;
- 1,5-1,9 – знижений рівень фрустрованості;
- 0,5-1,4 – дуже низький рівень;

0-0,5 – відсутність (майже відсутність) фрустрованості.

### **Методика діагностики самооцінки психічних станів (Г. Айзенк)**

Методика призначена для діагностики таких психічних станів як: **тривожність, фрустрація, агресивність, ригідність.**

Дана методика дозволяє виміряти показники таких емоційних станів: тривожність, фрустрацію, агресивність, ригідність.

**Тривожність** – переживання емоційного неблагополуччя, пов'язане з передчуттям небезпеки або невдачі. Будь-яка нестабільність, порушення звичного ходу подій може привести до розвитку тривожності.

**Фрустрація** (лат. frustratio – обман, невдача, марне очікування, розлад, руйнування (планів, задумів)) – психічний стан, що виникає в ситуації розчарування, нездійснення якої-небудь значущої для людини мети, потреби. Виявляється в гнітючій напрузі, тривожності, відчутті безвихідності і відчаю. Виникає в ситуації, яка сприймається особистістю як невідворотна загроза досягненню значущої для неї мети, реалізації тій або іншої її потреби. Сила фрустрації залежить як від ступеня значущості дії, що блокується, так і від близькості його до наміченої мети. Реакцією на стан фрустрації можуть бути наступні основні типи дій: «відхід» від реальної ситуації в область фантазій, марень, мріянь; виникнення внутрішньої тенденції до агресивності, яка або затримується, проступаючи у вигляді дратівливості, або відкрито проривається у вигляді гніву; загальний «регрес» поведінки, тобто перехід до легших і примітивніших способів дії, часта зміна занять і ін. Як наслідок фрустрації нерідко спостерігається залишкова невпевненість в собі, а також фіксація способів дії, що застосовувалися в ситуації фрустрації.

**Ригідність** (від латин. rigidus - жорсткий, твердий) – утрудненість, аж до повної нездатності, в зміні наміченої суб'єктом програми діяльності в умовах, що об'єктивно вимагають її перебудови. Виділяють когнітивну, афектну і мотиваційну ригідність. Когнітивна ригідність виявляється в труднощах перебудови сприйняття і уявлень в ситуації, що змінилася.

Афектна ригідність виражається у відсталості афектних (емоційних) відгуків на об'єкти емоцій, що змінюються. Мотиваційна ригідність виявляється в тугоподвижній перебудові системи мотивів в обставинах, що вимагають від суб'єкта гнучкості і зміни характеру поведінки. Рівень ригідності, що проявляється суб'єктом, обумовлюється взаємодією його особистісних особливостей з характером середовища, включаючи ступінь складності завдання, що стоїть перед ним, його привабливості для нього, наявність небезпеки, монотонність стимуляції і так далі.

**Агресивність** (лат. *aggressio* – нападати) – стійка характеристика суб'єкта, схильність, що відображає його відношення до поведінки, метою якої є спричинення шкоди що оточує, або подібний афективний стан (гнів, злість). Хоча агресивність грала вирішальну роль в процесі еволюції людини, затверджується, що вона не властива людській істоті спочатку, що діти засвоюють моделі агресивної поведінки практично з моменту народження. Причинами агресивності можуть виступати різного роду конфлікти, зокрема внутрішні, при цьому такі психологічні процеси як емпатія, ідентифікація, децентрація – стримують агресію, оскільки є ключем до розуміння інших і усвідомлення їх самостійної цінності.

### **Інструкція до тесту**

Пропонуємо вам опис різних психічних станів. Якщо вам цей стан часто притаманний, поставте 2 бали, якщо цей стан буває, але зрідка, поставте 1 бал, якщо зовсім не буває - 0 балів.

### **Тестовий матеріал**

1. Не відчуваю в собі впевненості.
2. Часто через дрібниці червонію.
3. Мій сон неспокійний.
4. Легко засмучуюся.
5. Непокоюся про лише уявні неприємності.
6. Мене лякають труднощі.
7. Люблю копатися в своїх недоліках.

8. Мене легко переконати.
9. Я недовірливий.
10. Я насилу перенешу час очікування.
11. Нерідко мені здаються безвихідними положення, з яких все-таки можна знайти вихід.
12. Неприємності мене сильно засмучують, я падаю духом.
13. При великих неприємностях я схильний без достатніх підстав звинувачувати себе.
14. Нещастя і невдачі нічому мене не вчать.
15. Я часто відмовляюся від боротьби, вважаючи її безплідною.
16. Я нерідко відчуваю себе беззахисним.
17. Іноді в мене буває стан відчаю.
18. Я відчуваю розгубленість перед труднощами.
19. У важкі хвилини життя іноді поведжуся по-дитячому, хочу, щоб пошкодували.
20. Вважаю недоліки свого характеру не виправними.
21. Залишаю за собою останнє слово.
22. Нерідко в розмові перебиваю співрозмовника.
23. Мене легко розсердити.
24. Люблю робити зауваження іншим.
25. Хочу бути авторитетом для інших.
26. Не задовольняюсь малим, хочу найбільшого.
27. Коли розгніваюся, погано себе стримую.
28. Волію краще керувати, ніж підкорятися.
29. У мене різка, грубувата жестикуляція.
30. Я мстивий.
31. Мені важко змінювати звички.
32. Нелегко переключати увагу.
33. Дуже насторожено ставлюся до всього нового.
34. Мене важко переконати.

35. Нерідко у мене не виходить з голови думку, від якої слід було б звільнитися.
36. Нелегко зближуються з людьми.
37. Мене засмучують навіть незначні порушення плану.
38. Нерідко я проявляю впертість.
39. Неохоче йду на ризик.
40. Різко переживаю відхилення від прийнятого мною режиму дня.

### **Обробка результатів тесту**

Підрахуйте суму балів за кожен групу питань:

- I. Питання №1-10 – тривожність
- II. Питання №11-20 – фрустрація;
- III. Питання №21-30 – агресивність;
- IV. Питання №31-40 – ригідність.

### **Інтерпретація результатів тесту**

#### **I. Тривожність:**

- 0-7 балів – тривожність відсутня;
- 8-14 балів – тривожність середня, допустимого рівня;
- 15-20 балів – висока тривожність.

#### **II. Фрустрація:**

- 0-7 балів – маєте високу самооцінку, стійкі до невдач, чи не боїтеся труднощів;
- 8-14 балів – середній рівень, фрустрація має місце;
- 15-20 балів – низька самооцінка, уникає труднощів, боїться невдач, фрустрований.

#### **III. Агресивність:**

- 0-7 балів – спокійний, витриманий;
- 8-14 балів – середній рівень агресивності;

- 15-20 балів – агресивний, не витриманий, є труднощі при спілкуванні і роботі з людьми.

#### **IV. Ригідність:**

- 0-7 балів – ригідності немає, легка переключуваність;
- 8-14 балів – середній рівень;
- 15-20 балів – сильно виражена ригідність, незмінність поведінки, переконань, поглядів, навіть якщо вони розходяться, не відповідають реальній обстановці, життя.

### **Методика діагностики рівня невротизації**

**(за Л. Вассерманом)**

**Мета:** визначити рівень невротизації.

**Інструкція:** ознайомтеся з наведеними судженнями і ситуаціями, вибираючи відповіді “так” чи “ні”. Наведені запитання для визначення рівня невротизації мають орієнтувальний характер.

1. У різних частинах свого тіла я часто відчуваю поколювання, відчуття мурашок, оніміння
2. Я рідко задихаюся, й у мене не буває сильного серцебиття
3. Раз у тиждень або частіше я буваю дуже збудженим чи схвильованим
4. Голова у мене болить часто
5. Два-три рази в тиждень ночами мене мучать жахи
6. Останнім часом я відчуваю себе гірше, ніж будь-коли
7. Майже кожного дня відбувається щось таке, що лякає мене
8. У мене бували періоди, коли через хвилювання я втрачав сон
9. Здебільшого робота коштує мені великої напруги
10. Іноді я буваю таким схвильованим, що це заважає мені заснути
11. Більшу частину часу я відчуваю невдоволеність життям
12. Мене постійно щось тривожить



13. Я стараюся все рідше зустрічатися зі своїми знайомими і друзями
14. Життя для мене майже завжди пов'язане з напруженням
15. Мені важко зосередитися на якомусь завданні чи роботі
16. Я дуже стомлююся за день
17. Я вірю в майбутнє
18. Я часто впадаю в сумні роздуми
19. Іноді мені здається, що моя голова працює повільніше, ніж завжди
20. Найважча для мене боротьба – це боротьба із самим собою
21. Я майже завжди про щось чи про когось тривожуся
22. У мене мало впевненості в собі
23. Я часто відчуваю невпевненість у собі
24. Декілька разів у тиждень мене непокоять неприємні відчуття у верхній частині живота
25. Іноді в мене виникає таке відчуття, що перед мною постало стільки труднощів, що здолати їх просто неможливо
26. Раз на тиждень або частіше я без суттєвої причини відчуваю жар у всьому тілі
27. Часом я виснажую себе тим, що надто багато на себе беру
28. Я дуже уважно ставлюся до того, як я одягаюся
29. Останнім часом мій зір погіршився
30. У взаєминах між людьми найчастіше торжествує несправедливість
31. У мене бувають періоди такого сильного неспокою, що я навіть не можу всидіти на місці
32. Я залюбки танцюю, якщо трапляється нагода
33. За змогою я стараюся уникати великого скупчення людей
34. Мій шлунок мене дуже турбує
35. Мушу зізнатися, що іноду я хвилююся через дрібниці
36. Часто сам засмучуюся через власну дратівливість і буркотливість
37. Декілька разів на тиждень у мене буває таке відчуття, що повинно трапитися щось страшне

38. Мені здається, що близькі мене погано розуміють
39. У мене часто бувають болі біля серця чи в грудях
40. У гостях я переважно сиджу збоку чи розмовляю з кимось одним

**Обробка результатів:** Слід підрахувати кількість позитивних відповідей. Чим більшим є отриманий результат, тим вищий рівень невротизації.

Інтерпретація рівнів.

Високий рівень невротизації свідчить: про виражену емоційну збудливість, у результаті чого появляються негативні переживання (тривожність, напруженість, неспокій, розгубленість, роздратованість), про безініціативність, яка формує переживання, пов'язані з незадоволенням бажань, про егоцентричну особистісну спрямованість, що призводить до іпохондрійної фіксації на соматичних відчуттях і особистісних недоліках, про труднощі в спілкуванні, про соціальну боязкість і залежність.

Низький рівень невротизації свідчить : про емоційну стійкість, про позитивний фон переживань (спокій, оптимізм), про ініціативність, про почуття власної гідності, про незалежність, соціальну сміливість, про легкість у спілкуванні.

### **Опитувальник нервово-психічної напруги (НПН)**

**(Т.А. Немчин)**

**Інструкція:** Заповніть, будь-ласка, бланк, відзначаючи знаком «плюс» ті рядки, зміст яких відповідає особливостям вашого стану в даний час.

Тестовий матеріал:

1. Наявність фізичного дискомфорту :
  - а) повна відсутність яких-небудь неприємних фізичних відчуттів
  - б) мають місце незначні неприємні відчуття, що не заважають роботі
  - в) наявність великої кількості неприємних фізичних відчуттів, що серйозно заважають роботі

2. Наявність больових відчуттів :

- а) повна відсутність яких-небудь болів
- б) больові відчуття періодично з'являються, але швидко зникають і не заважають роботі
- в) мають місце постійні больові відчуття, що істотно заважають роботі

3. Температурні відчуття:

- а) відсутність яких-небудь змін у відчутті температури
- б) відчуття тепла, підвищення температури тіла
- в) відчуття похолоднішання тіла, кінцівок, почуття ознобу

4. Стан м'язового тону :

- а) звичайний м'язовий тонус
- б) помірне підвищення м'язового тону, почуття некоторого м'язової напруги
- в) значна м'язова напруга, сипання окремих м'язів особи, шиї, рук (тремор)

5. Координація рухів :

- а) звичайна координація рухів
- б) підвищення точності, легкості, координованості рухів під час письма, іншої роботи
- в) зниження точності рухів, порушення координації, погіршення почерку, утруднення при виконанні дрібних рухів, що вимагають високої точності

6. Стан рухової активності в цілому:

- а) звичайна рухова активність
- б) підвищення рухової активності, збільшення швидкості й енергійності рухів
- в) різке посилення рухової активності, неможливість усидіти на одному місці, метушливість, прагнення ходити, змінювати положення тіла

7. Відчуття з боку серцево-судинної системи:

- а) відсутність яких-небудь неприємних відчуттів з боку серця
- б) відчуття посилення серцевої діяльності, що не перешкоджають роботі

в) наявність неприємних відчуттів з боку серця - почастішання серцебиття, відчуття стискування в ділянці серця, кольки, болі в серці

8. Прояви з боку шлунково-кишкового тракту:

а) відсутність яких-небудь неприємних відчуттів в животі

б) одиничні, такі, що швидко проходять і не заважають роботі відчуття в животі, відчуття легкого голоду, періодичне бурчання

в) виражені неприємні відчуття в животі – болі, зниження апетиту, нудота, почуття спраги

9. Прояву з боку органів дихання :

а) відсутність яких-небудь відчуттів

б) збільшення глибини і почастішання дихання, що не заважають роботі

в) значні зміни дихання - задишка, почуття недостатності вдиху, «грудка в горлі»

10. Прояви з боку видільної системи:

а) відсутність яких-небудь змін

б) помірна активізація видільної функції - частіше бажання скористатися туалетом при повному збереженні здатності утриматися (терпіти)

в) різке почастішання бажання скористатися туалетом, трудність або навіть неможливість терпіти

11. Стан потовиділення :

а) звичайне потовиділення без яких-небудь змін

б) помірне посилення потовиділення

в) поява щедрого «холодного» поту

12. Стан слизової оболонки порожнини рота :

а) звичайний стан без яких-небудь змін

б) помірне збільшення слиновиділення

в) відчуття сухості у роті

13. Забарвлення шкірних покривів :

а) звичайне забарвлення шкіри обличчя, шиї, рук

б) почервоніння шкіри обличчя, шиї, рук

в) збліднення шкіри обличчя, шиї, поява на шкірі кистей рук «мармурового» (плямистого) відтінку

14. Сприйнятливість, чутливість до зовнішніх подразників:

а) відсутність яких-небудь змін, звичайна чутливість

б) помірне підвищення сприйнятливості до зовнішніх подразників, що не заважає роботі

в) різке загострення чутливості, розсіяність, фіксація на сторонніх подразниках

15. Почуття впевненості в собі, у своїх силах:

а) звичайне почуття впевненості у своїх силах, у своїх здібностях

б) підвищення почуття впевненості в собі, віра в успіх

в) почуття невпевненості в собі, очікування невдачі, провалу

16. Настрій:

а) звичайний настрій

б) піднесений, підвищений настрій, відчуття підйому, приємного задоволення роботою або інший діяльністю

в) зниження настрою, пригніченість

17. Особливості сну :

а) нормальний, звичайний сон

б) хороший, міцний, освіжаючий сон

в) неспокійний, з частими пробудженнями і сновидіннями сон протягом декількох попередніх ночей, у тому числі напередодні

18. Особливості емоційного стану в цілому:

а) відсутність яких-небудь змін у сфері емоцій і почуттів

б) почуття заклопотаності, відповідальності за виконувану роботу, «азарт», активне бажання діяти

в) почуття страху, паніки, відчаю

19. Стійкість до перешкод:

а) звичайний стан без яких-небудь змін

б) підвищення стійкості до перешкод у роботі, здатність працювати в умовах шуму і інших перешкод

в) значне зниження стійкості до перешкод, нездатність працювати при відволікаючих подразниках

20. Особливості мови :

а) звичайна мова

б) підвищення мовної активності, збільшення гучності голосу, прискорення мови без погіршення її якості (логічності, письменності та ін.)

в) порушення мови – поява тривалих пауз, запинок, збільшення кількості зайвих слів, заїкання, занадто тихий голос

21. Загальна оцінка психічного стану :

а) звичайний стан

б) стан зібраності, підвищена готовність до роботи, мобілізованості, високий психічний тонус

в) почуття втоми, незібраності, неувважності, апатії, зниження психічного тону

в) порушення мови - поява тривалих пауз, запинок, збільшення кількості зайвих слів, заїкання, занадто тихий голос

22. Особливості пам'яті :

а) звичайна пам'ять

б) поліпшення пам'яті – легко згадується те, що треба

в) погіршення пам'яті

23. Особливості уваги :

а) звичайна увага без яких-небудь змін

б) поліпшення здатності до зосередження, відвернення від сторонніх справ

в) погіршення уваги, нездатність зосередитися на ділі, отвлекаемость

24. Кмітливість:

а) звичайна кмітливість

б) підвищення кмітливості, хороша винахідливість

в) зниження кмітливості, розгубленість

25. Розумова працездатність:

- а) звичайна розумова працездатність
- б) підвищення розумової працездатності
- в) значне зниження розумової працездатності, швидка розумова стомлюваність

26. Явища психічного дискомфорту :

- а) відсутність яких-небудь неприємних відчуттів і переживань з боку психіки в цілому
- б) почуття психічного комфорту, підйому психічної діяльності або одиничні, слабо виражені, такі, що швидко проходять і не заважають роботі явища
- в) різко виражені, різноманітні і численні що серйозно заважають роботі порушення з боку психіки

27. Міра поширеності (генералізованість) ознак напруги :

- а) одиничні, слабо виражені ознаки, на які не звертається увага
- б) виразно виражені ознаки напруга, що не лише не заважає діяльності, але, навпаки, сприяючі її продуктивності
- в) велика кількість різноманітних неприємних ознак напруги, що заважають роботі і що спостерігаються з боку різних органів і систем організму

28. Частота виникнення стану напруги :

- а) відчуття напруги не розвивається практично ніколи
- б) деякі ознаки напруги розвиваються лише за наявності реально важких ситуацій
- в) ознаки напруги розвиваються дуже часто і нерідко без достатніх на те причин

29. Тривалість стану напруги :

- а) дуже короткочасне, не більше декількох хвилин, швидко зникає ще до того, як минула складна ситуація
- б) триває практично протягом усього часу перебування в умовах складної ситуації і виконання необхідної роботи, припиняється незабаром після її закінчення

в) дуже значна тривалість стану напруги, що не припиняється протягом тривалого часу після складної ситуації

30. Загальна міра вираженості напруги :

а) повна відсутність або дуже слабка міра вираженості

б) помірно виражені, виразні ознаки напруги

в) різко виражена, надмірна напруга

Обробка даних.

Після заповнення бланку проводиться підрахунок набраних досліджуваним балів шляхом їхнього підсумовування. При цьому за оцінку “+”, поставлену досліджуваним проти пункту “а”, нараховується 1 бал, проти пункту “б” – 2 бали і проти пункту “в” – 3 бали. Мінімальна кількість балів, що може набрати досліджуваний, дорівнює 30, а максимальна – 90.

Діапазон «слабкого» нервово-психічного напруження розміщується в проміжку від 30 до 50 балів, помірного або «інтенсивного» – від 51 до 70 балів, надмірного або «екстенсивного» – від 71 до 90 балів.

### **Методика визначення рівня нервово-психічної стійкості (анкета «Прогноз» (за В. Бодровим))**

Методика містить 84 запитання, на кожне з яких пропонується дати відповідь “так” або “ні”. Результат анкетування визначається за 10-бальною шкалою, згідно з якою робиться висновок про групу нервово-психічної стійкості. Обстеження може проводитися як індивідуально, так і в складі групи. Загальний час обстеження – 20 хвилин.

Анкета читається експериментатором або пропонується в записі на магнітофоні в темпі, який дозволяє осмислити запитання і зробити відмітку в реєстраційному бланку.

Методика має дві шкали: шкалу надійності і шкалу нервово-психічної стійкості. Обробка результатів починається з першої шкали. Якщо сума балів



за нею складає 10 і більше, то оцінка за другою шкалою не проводиться, результати обстеження вважаються недостовірними. Показник шкали 2 отримують простим додаванням позитивних і негативних відповідей, що співпадають з ключем.

Інструкція: “Підпишіть реєстраційні бланки. Зараз Вам буде запропоновано 84 запитання, на які Ви повинні відповісти “так” або “ні”. У випадку позитивної відповіді ставте знак “+” у відповідній клітині реєстраційного бланку, при негативному – “-“. “Правильних” або “неправильних” відповідей тут немає, тому не намагайтесь довго їх обмірковувати. Відповідайте виходячи з того, що більше відповідає вашому стану або уявленню про себе”.

#### **Анкета «Прогноз»**

1. Іноді мені в голову приходять такі погані думки, що краще про них нікому не розповідати.
2. Запори у мене бувають рідко.
3. Часом у мене бувають такі напади сміху і плачу, з якими я нічого не можу вдіяти.
4. Часом мені так і хочеться вилятися.
5. У мене часто болить голова.
6. Іноді я говорю неправду.
7. Раз на тиждень або частіше я без будь-якої видимої причини раптом відчуваю жар у всьому тілі.
8. Буває, що я пропускаю передовиці в газетах.
9. Буває, що я серджуся.
10. Тепер мені важко сподіватися на те, що я чогось доб’юся в житті.
11. Буває, що я відкладаю на завтра те, що можна зробити сьогодні.
12. Я охоче беру участь у всіх зборах та інших громадських заходах.

13. Найбільш важка боротьба для мене - боротьба із самим собою.
14. М'язові судоми і тіпання у мене бувають дуже рідко.
15. Іноді, коли я погано себе почуваю, я буваю дратівливим.
16. Я досить байдужий до того, що зі мною буде.
17. В гостях я тримаюся за столом краще, ніж удома.
18. Якщо мені не загрожує штраф і машин поблизу немає, я можу перейти вулицю там, де мені хочеться, а не там, де повинний.
19. Я вважаю, що моє сімейне життя таке ж гарне, як і у більшості моїх знайомих.
20. Іноді у мене буває таке відчуття, що я просто повинний нанести пошкодження самому собі або будь-кому іншому.
21. В дитинстві у мене була така компанія, де всі намагалися завжди і у всьому стояти один за одного.
22. Під час гри я волію вигравати.
23. Після декількох років депресії більшу частину часу я почуваю себе добре.
24. Зараз моя вага постійна (я не повнішаю і не худну).
25. Мені приємно мати серед моїх знайомих значущих людей, це немов надає мені ваги у власних очах.
26. Я був би досить спокійним, якби у кого-небудь з моєї сім'ї були неприємності внаслідок порушення закону.
27. З моїм розумом коїться щось недобре.
28. Мене турбують сексуальні питання.
29. Коли я намагаюсь щось сказати, то нерідко помічаю, що у мене тремтять руки.
30. Руки у мене такі ж спритні і прудкі, як і раніше.
31. Серед моїх знайомих є люди, які мені не подобаються.

32. Вважаю, що я людина приречена.
33. Бували випадки, коли мені було важко втриматися від того, щоб будь-що не поцупити у кого-небудь або де-небудь, наприклад, у магазині.
34. Буває, що я з ким-небудь трошки попліткую.
35. Я бачу часто сни, про які краще нікому не розповідати.
36. Бувало, що при обговоренні деяких питань я, особливо не обмірковуюючи, погоджувався з думкою інших.
37. У школі я засвоював навчальний матеріал повільніше, ніж інші.
38. Моя зовнішність мене загалом вдовольняє.
39. Я цілком впевнений у собі.
40. Раз на тиждень або й частіше я буваю дуже збудженим і схвильованим.
41. Хтось керує моїми думками.
42. Я кожного дня випиваю незвично багато води.
43. Буває, що неприємний або навіть непристойний випадок викликає у мене сміх.
44. Найщасливішим я завжди буваю, коли я один.
45. Хтось намагається впливати на мої думки.
46. Я любив казки Андерсена.
47. Навіть серед людей я завжди відчуваю себе самотнім.
48. Іноді мені в голову приходять такі негарні думки, що про них краще нікому не розповідати.
49. Мене легко збентежити.
50. Я легко втрачаю терпіння з людьми.
51. Часто мені хочеться померти.

52. Бувало, що я кидав почату справу, тому що боявся, що не справлюся з нею.
53. Майже кожного дня трапляється що-небудь, що лякає мене.
54. До питань релігії я відношуся байдуже, вони мене не турбують.
55. Напади поганого настрою бувають у мене рідко.
56. Я заслуговую суворого покарання за свої вчинки.
57. У мене були дуже незвичні містичні переживання.
58. Мої переконання і погляди непохитні.
59. У мене бували періоди, коли внаслідок хвилювання я втрачав сон.
60. Я людина нервова і легко збуджувана.
61. Мені здається, що нюх у мене такий же, як у інших (не гірший).
62. Усе в мене виходить погано, не так, як потрібно.
63. Я майже завжди відчуваю сухість у роті.
64. Більшу частину часу я відчуваю себе стомленим.
65. Іноді я відчуваю, що близький до нервового зриву.
66. Мене дуже дратує, що я забуваю, куди кладу речі.
67. Я дуже уважно ставлюсь до того, як я вдягаюся.
68. Пригодницькі романи мені подобаються більше, ніж романи про любов.
69. Мені дуже важко пристосуватися до нових умов життя, роботи. Перехід до будь-яких нових умов життя, роботи, навчання здається дуже важким.
70. Мені здається, що зі мною особливо часто поводяться несправедливо.
71. Я часто відчуваю себе несправедливо ображеним.
72. Моя думка нерідко не співпадає з думкою оточуючих.
73. Я часто відчуваю почуття стомленості від життя і мені не хочеться жити.
74. На мене звертають увагу частіше, ніж на інших.

75. У мене буває головний біль і запаморочення внаслідок переживань.
76. Часто у мене бувають періоди, коли мені нікого не хочеться бачити.
77. Мені важко прокинутися в призначений час.
78. Якщо в моїх невдачах будь-хто винний, я не залишу його безкарним.
79. У дитинстві я був вередливим і дратівливим.
80. Мені відомі випадки, коли мої родичі лікувалися у невропатолога і психіатра.
81. Іноді я приймаю заспокійливі ліки.
82. Чи є у Вас судимі родичі ?
83. Чи мали Ви приводи до міліції ?
84. Чи залишались Ви в школі на другий рік ?

### Ключ

Шкала надійності	Шкала нервово-психічної нестійкості	
Ні ( - )	Так ( + )	Ні ( - )
1 4 6 8 9 11 15 17 18 22 25 31 34 36 43	3 5 7 10 16 20 26 27 29 32 33 35 37 40 41 42 44 45 47 48 49 50 51 52 53 56 57 59 60 62 63 64 65 66 67 69 70 71 72 73 74 75 76 77 78 79 80 81 82 83 84	2 12 13 14 19 21 23 24 28 30 38 39 46 54 55 58 61 68

На основі обстеження виставляється оцінка за 10-бальною шкалою.

### Методика визначення групи нервово-психічної стійкості

Сума інформативних	Оцінка результату	Група нервово-психічної стійкості (НПС)	Прогноз
--------------------	-------------------	---	---------

відповідей за шкалою нервово-психічної стійкості	тів за 10-бальною шкалою		
5 і менше	6	1. Висока нервово-психічна стійкість	Сприятливий
	10		
7-8	8	2. Добра нервово-психічна стійкість	Сприятливий
9-10	7		
11-13	6		
14-17	5	3. Задовільна нервово-психічна стійкість	Сприятливий
18-22	4		
23-28	3		
29-32	2	4. Незадовільна нервово-психічна стійкість	Несприятливий
33 і більше	1		

### Методика визначення тривожності

(за Дж. Тейлор)

**Мета:** виявити рівень тривожності.

**Інструкція:** Потрібно дати відповіді на всі твердження, які містить опитувальник. Якщо вони відповідають Вашому уявленню про себе, напишіть “так”, у протилежному випадку – “ні”. Якщо ж Вам важко дати певну відповідь, напишіть “не знаю”.

Працювати бажано швидко, не пропускати запитань, ніяких додаткових записів не робити.

1. Часто я працюю з великим напруженням.

2. Вночі мені важко заснути.
3. Для мене приємні несподівані зміни у звичній обстановці.
4. Мені часто сняться страшні сни.
5. Мені важко зосередитися на якомусь завданні чи роботі.
6. У мене дуже неспокійний і переривчастий сон.
7. Я хотів би бути таким щасливим, як, на мій погляд, щасливі інші.
8. Безперечно мені не вистачає спевненості в собі.
9. Моє здоров'я дуже турбує мене
10. Часом я відчуваю себе нікому не потрібним.
11. Я часто плачу, в мене "очі на мокрому місці".
12. Я помічаю, що мої руки починають труситися, коли я намагаюся зробити щось важке чи небезпечне.
13. Часом, коли я збентежений, у мене з'являється сильна пітливість і це дуже бентежить мене.
14. Я часто ловлю себе на думці, що мене щось тривожить.
15. Нерідко я думаю про такі речі, про які не хотілося б говорити.
16. Навіть у холодні дні я легко рітнію.
17. У мене бувають періоди такого занепокоєння, що я не можу всидіти на місці.
18. Життя для мене майже завжди пов'язане з незвичайною напруженістю.
19. Я чутливіший, ніж більшість людей.
20. Я легко бентежусь.
21. Моє місце серед оточуючих дуже мене турбує.
22. Мені дуже важко зосередитися на чомусь.
23. Майже весь час я відчуваю тривогу через когось або через щось.
24. Часом я стаю надто збудженим і мені важко заснути.
25. Мені доводилося відчувати страх навіть тоді, коли я точно знав, що мені нічого не загрожує.
26. Я схильний сприймати все дуже серйозно.

27. Мені часом здається, що переді мною нагромаджені такі труднощі, які я не здолаю.
28. Я майже завжди відчуваю невпевненість у своїх силах.
29. Мене дуже тривожать можливі невдачі.
30. Очікування завжди нервує мене.
31. Часом мені здається, що я ні на що не здатний.
32. Бували періоди, коли через тривогу я не міг заснути.
33. Інколи я засмучуюся через дрібниці.
34. Я легко збудлива людина.
35. Я часто боюся, що ось-ось почервонію.
36. У мене не вистачає духу пережити всі майбутні труднощі.
37. Часом мені здається, що моя нервова система розхитана, і я ось-ось втрачу розум.
38. Найчастіше за все мої руки і ноги досить теплі.
39. У мене рівний і добрий настрій.
40. Я майже завжди відчуваю себе зовсім щасливим.
41. Коли потрібно на щось чекати, я можу бути спокійним.
42. у мене рідко бувають головні болі через пережиті хвилювання або неприємності.
43. У мене не буває серцебиття під час очікування на щось нове або важке.
44. Мої нерви розхитані не більше, ніж в інших людей.
45. Я впевнений у собі.
46. Порівняно з іншими людьми я вважаю себе сміливим.
47. Я сором'язливий не більше, ніж інші.
48. Часто я спокійний і вивести мене з рівноваги нелегко.
49. Практично я ніколи не червонію.
50. Я можу спокійно спати після будь-яких неприємностей.

**Обробка результатів:** У запитаннях 1 – 37 підраховується кількість відповідей “так”, у запитаннях 38 – 50 – кількість відповідей “ні”.



Відповіді “не знаю” підраховуються в усіх твердженнях і кількість їх ділиться на 2.

Рівень тривожності визначається сумою цих трьох показників.

До 15 балів – низький рівень.

16-20 – нижче середнього.

21-23 – середній.

24-27 – вище середнього.

28-50 – високий.

## АНКЕТА

### «Встановлення основних чинників потенційної міграції»

#### Анкетні дані паспортна частина

Вік : \_\_\_\_\_

Стать: \_\_\_\_\_

Сімейний стан : одружений/заміжня, неодружена, розлучена

Освіта : середня, середньо-спеціальна, незакінчена вища, вища (Ваш варіант)

Соціальна група : студент, робітник, службовець, підприємець, безробітний (Ваш варіант)

Умови проживання : власне житло, зйомне житло, гуртожиток, проживання з близькими родичами (Ваш варіант)

Регіон проживання : Північ, Південь, Захід, Схід

#### Інструкція

Шановний добродію/шановна добродійко, за допомогою відповідей на запитання, які перед Вами, просимо допомогти встановити чинники, що

спонукають людей до міграції. Анкета є цілком анонімною. Результати дослідження використовуються з науковою метою і будуть висвітлені в узагальненому вигляді. Заздалегідь дякуємо.

1. Чи задоволені Ви своїми роботою, статусом і зарплатою ?

---

2. В яку країну (країни) Ви бажали б емігрувати ?

---

3. Чи є усвідомленим і остаточним Ваш намір щодо міграції ?

---

4. Чи розглядали Ви інші варіанти, крім міграції ?

---

5. Чи погоджуються на Вашу міграцію члени сім'ї ?

---

6. Чого найбільше очікуєте за кордоном ?

---

7. Чи зберігаються, на Вашу думку, сімейні зв'язки в сім'ях трудових мігрантів?

---

8. На який термін плануєте виїжджати з країни ?

---

9. Чи були Ви вже за кордоном, якщо так, то скільки разів ?

---

10. Що найбільше тривожить і хвилює Вас у підготовці до міграції ?

---

11. Які чинники найбільше перешкоджають реалізації Вами життєвих цінностей ?

---

12. Назвіть найважливіші, на Вашу думку, причини міграції ?

---

---

13. Якою мовою плануєте спілкуватися з корінними мешканцями приймаючої країни ?

---

14. Чи не лякає Вас імовірний статус «нелегальний мігрант» ?

---

15. Чи не боїтеся загрози своїй безпеці з боку корінного населення приймаючої країни ?

---

16. Чи будете Ви вважати себе «своїм» серед корінного населення в найближчому майбутньому ?

---

17. Чи не боїтеся потрапити у так зване «трудове рабство» або стати жертвою торгівлі людьми ?

---

18. Які чинники мотивують Вас мігрувати ? *(потрібне підкреслити)*

економічні, безробіття, політична ситуація, війна, корупція, релігійні причини, екологічні проблеми (Ваш варіант)

---

---

---

19. Які емоційні стани переживаєте напередодні міграції ?

---

20. Що не вистачає Вам, щоб почуватись успішною і щасливою людиною ?

---

21. На які ресурси Ви розраховуєте насамперед ? *(потрібне обкреслити)*

а) соціально-родинні ресурси (наявність родичів, друзів і знайомих, які вже перебувають за кордоном у трудовій міграції та зможуть посприяти адаптації на новому місці з житлом, пошуками роботи, налагодженням співпраці з працедавцями, місцевим населенням тощо)

б) соціально-економічні ресурси (привезені з собою кошти і майно, необхідні для «забезпечення виживання» упродовж адаптаційного періоду)

в) діяльнісно-кваліфікаційні ресурси як віра у власну фахову спроможність і готовність, не зважаючи ні на які труднощі, взятися за будь-яку (іноді навіть низькостатусну і не дуже високооплачувану) роботу

г) афективні ресурси (психоемоційна концентрація на спроможності до жертвності, навіть не зважаючи на ймовірну дискримінацію та приниження, з метою заробляння коштів для забезпечення себе та сім'ї на батьківщині)

д) Ваш варіант ресурсу \_\_\_\_\_

22. Вкажіть основну причину, у зв'язку з якою Ви не змогли б поїхати за кордон на роботу або постійне місце проживання ? (оберіть один варіант відповіді).

- 1) нестача коштів;
- 2) не відпустить родина;
- 3) маю справи в Україні, які не можу залишити;
- 4) немає бажання;
- 5) маю роботу в Україні або буду забезпечений роботою в Україні
- 6) одружуюся / виходжу заміж;
- 7) власна сім'я та діти в Україні;
- 8) не маю закордонного паспорта;
- 9) немає такої причини;
- 10) важко відповісти;
- 11) Ваш варіант \_\_\_\_\_

*ЩИРО ДЯКУЄМО ЗА СПІВПРАЦЮ!*

**ДОВІДКИ ТА АКТИ ПРО ВПРОВАДЖЕННЯ РЕЗУЛЬТАТІВ  
ДИСЕРТАЦІЙНОЇ РОБОТИ**