



ОБЩАЯ ПСИХОЛОГИЯ, ПСИХОЛОГИЯ ЛИЧНОСТИ, ИСТОРИЯ ПСИХОЛОГИИ

УДК 159.9.072.432

doi: 10.21702/rpj.2016.3.1

ФЕНОМЕНОЛОГИЯ ПЕРЕЖИВАНИЙ И УСПЕШНОСТЬ АДАПТАЦИИ ВЫНУЖДЕННЫХ МИГРАНТОВ

Галина Викторовна Гатальская

кандидат педагогических наук, доцент

Белорусский государственный педагогический университет имени М. Танка

г. Минск, Республика Беларусь

E-mail: gatalskaa@mail.ru

Ксения Николаевна Джиганская

магистрант

Белорусский государственный педагогический университет имени М. Танка

г. Минск, Республика Беларусь

E-mail: ksdn@bk.ru

В статье рассматривается проблема миграции, масштабность которой в последние годы привела к кризису в Европе. Число мигрантов из стран Северной Африки, Ближнего Востока и Южной Азии в Европе в этом году составило более полумиллиона человек.

Авторы в статье анализируют проблему миграции в Республику Беларусь с юго-востока Украины в связи с военными действиями, развернувшимися с 2014 года в этом регионе. Феномен такой массовой миграции для Беларуси является новым и требует комплексного изучения, т. к. успешность адаптации прибывших граждан определяет не только их социально-психологическое благополучие, но и, в целом, благополучие населения Беларуси.

В связи с этим авторами было предпринято исследование, целью которого являлось выявление особенностей и характера переживаний вынужденных мигрантов, факторов, обуславливающих их интенсивность, глубину, продолжительность, а также успешность адаптации в Республике Беларусь.

По результатам исследования авторы делают выводы, что, несмотря на сходство украинской и белорусской культур, отсутствие языкового барьера, процесс миграции для украинцев выступил сильнейшим фактором стресса, т. к. явился незапланированным, вынужденным, отягощенным



бегством из ситуации войны. На основе проведенного анализа авторы утверждают, что для части вынужденных мигрантов, прибывших с юго-востока Украины в Республику Беларусь, характерны интенсивные негативные переживания долговременного характера, провоцирующие посттравматическое стрессовое расстройство, кризис идентичности, потерю смысла жизни. Полученные нами результаты исследования могут послужить основой для построения эффективной программы помощи вынужденным мигрантам, находящимся в кризисной ситуации.

Ключевые слова: вынужденные мигранты, факторы, феноменология переживаний, переживания, экзистенциальный кризис, постстрессовое расстройство, копинг-стратегии, типы адаптации, психологическая помощь, психологическое сопровождение.

Для цитирования: Гатальская Г. В., Джиганская К. Н. Феноменология переживаний и успешность адаптации вынужденных мигрантов // Российский психологический журнал. – 2016. – Т. 13. – № 3. – С. 10–25.

THE PHENOMENOLOGY OF EXPERIENCES AND THE SUCCESS OF ADAPTATION OF FORCED MIGRANTS

Galina Viktorovna Gatal'skaia

*Candidate of Pedagogy, Associate Professor
Belarussian State Pedagogical University named after M. Tank
Minsk, Belarus
E-mail: gatalskaa@mail.ru*

Kseniia Nikolaevna Dzhiganskaia

*Master Student
Belarussian State Pedagogical University named after M. Tank
Minsk, Belarus
E-mail: ksdn@bk.ru*

The article focuses on the problem of migration. In the last few years the scale of this problem has caused a crisis in Europe. The number of migrants from North Africa, Middle East, and South Asia to Europe has grown to over half a million people this year.

The authors analyze the problem of migration from the South-East of Ukraine to the Republic of Belarus, because of military operations in this region since 2014. The phenomenon of mass migration is new for the Republic of Belarus. Since the successful adaptation of migrants determines their socio-psychological well-being,



as well as the welfare of the population of Belarus in whole, this problem requires a comprehensive study.

The aim of the present study was to reveal (a) the features and nature of the experiences of forced migrants, factors determining the intensity, depth, and duration of these experiences, and (b) the success of their adaptation in the Republic of Belarus.

The results of the study demonstrated that despite the similarity of Ukrainian and Belarusian cultures and absence of language barrier, the process of migration was the strongest stress factor for Ukrainians, since it was the unplanned and forced escape from a situation of war. The carried out analysis enabled the authors to argue that prolonged intense negative emotions were characteristic to a number of forced migrants from the South-East of Ukraine who arrived to the Republic of Belarus. These negative emotions led to post-traumatic stress disorder, identity crisis, and the loss of meaning of life. The findings of the study can be successfully used for the development of an effective program of assistance to forced migrants in crisis situations.

Keywords: forced migrants, factors, phenomenology of experiences, experiences, existential crisis, post-traumatic stress disorder, coping strategies, types of adaptation, psychological assistance, psychological support.

For citation: Gatal'skaia G. V., Dzhiganskaia K. N. The Phenomenology of Experiences and the Success of Adaptation of Forced Migrants. *Russian Psychological Journal*, 2016, V. 13, no. 3, pp. 10–25.

Актуальность исследования

В последние годы значительно возросли темпы миграционных процессов, все больше приобретая транснациональный характер. Философские, социологические аспекты этой проблемы, а также ее оценка в средствах массовой информации нашли отражение в исследованиях А. А. Гладковой, Д. Домке, П. Коллиера и др. [8, 11, 12, 13, 14]. По последним данным статистики глобальной миграции ООН в мире насчитывается 232 миллиона международных мигрантов, проживающих за пределами своих стран [10]. Третья часть от их общей численности осела в Европе [15]. По оценке Еврокомиссии, в течение следующих трех лет в Евросоюз придет около 5 миллионов новых мигрантов [6]. Число мигрантов, прибывших в Европу в этом году, уже превысило 500 тысяч человек [7].

До недавнего времени проблема приема вынужденных мигрантов не являлась актуальной для Беларуси. Однако, в связи с происходящими событиями украинского военно-политического кризиса, в течение последнего года в Республику Беларусь прибыло около 150 тысяч мигрантов с юго-востока Украины. Такого рода вынужденная миграция сопровождается комплексом экономических, социальных и психологических



проблем, имеющих отношение не только к самим вынужденным мигрантам, но и к гражданам Беларуси.

В силу данных причин, нами было проведено исследование феноменологии переживаний вынужденных мигрантов, позволяющее разработать модель психосоциальной помощи для них.

В этом исследовании мы опирались на деятельностный подход в понимании переживания как непосредственной движущей силы человеческого развития, а также ключевой единицы сознания [5]. Большой интерес для нас представляли идеи Л. С. Выготского, С. Л. Рубинштейна, А. Н. Леонтьева, Е. П. Ильина, Ф. Е. Василюка, а также исследования последних лет А. В. Гришиной, С. Л. Лунина, А. А. Зеленова [1, 2, 3, 4, 9].

Целью нашего исследования являлось выявление особенностей, специфичности, характера переживаний вынужденных мигрантов, а также факторов, обуславливающих интенсивность, глубину, продолжительность переживаний, успешность адаптации.

Методики

Нами был использован следующий психодиагностический инструментарий: полуструктурированное интервью, направленное на выявление факторов, обуславливающих возникновение, силу, интенсивность переживаний и успешность адаптации вынужденных мигрантов; контент-анализ; копинг-тест Р. Лазаруса; тест смысловых ориентаций Д. А. Леонтьева; шкала оценки влияния травматического события; методика выявления характера адаптации личности к новой социокультурной среде Л. В. Янковского; методы статистического анализа (STATISTICA 6.0).

Результаты

На основе полуструктурированного интервью с 50 вынужденными мигрантами в возрасте от 17 до 48 лет с юго-востока Украины (из них – 15 мужчины, 34 – женщины) и последующего контент-анализа нами были выявлены факторы (посредством категоризации), определяющие негативные переживания вынужденных мигрантов, связанные с ситуацией миграции. Оценка интенсивности переживаний по каждому из факторов осуществлялась от 1 до 3, где 1 – отражает в целом эмоционально-психологическое благополучие, 2 – выраженный характер негативных переживаний, 3 – острый характер негативных переживаний, 0 – отсутствие высказываний, указывающих на переживания.

В соответствии с уровнем интенсивности переживаний, группа респондентов условно была разделена на 3 подгруппы (с низким, средним и высоким уровнем переживаний).

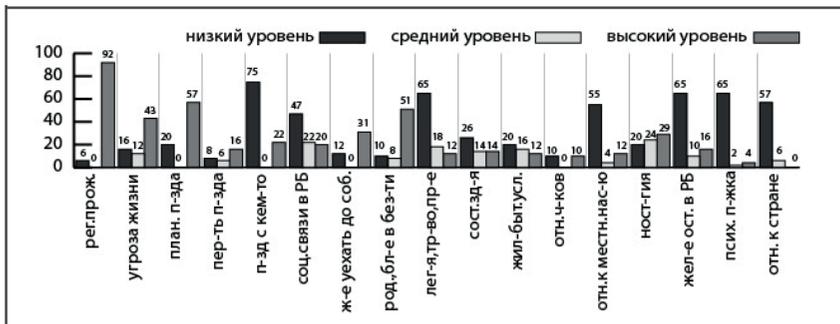


Рисунок 1. Диаграмма интенсивности переживаний вынужденных мигрантов на основе контент-анализа

Были выявлены следующие факторы, которые могли обуславливать интенсивность и глубину негативных переживаний: *место проживания* (92 % вынужденных мигрантов прибыли в РБ из мест повышенной опасности: Донецка, Луганска, Мариуполя, Макеевки, Горловки и др.); *угроза жизни* (почти половина (43 %) респондентов пережили угрозу жизни и безопасности до момента принятия решения о переезде); *незапланированность переезда* (исследование показало, что наши респонденты в своем большинстве (57 %) уезжали незапланированно, стремясь спасти жизнь себе и своим близким, что обуславливало сильный стресс и, в дальнейшем, более низкий уровень адаптации в новых жизненных условиях); *обстоятельства переезда* (для 16 % опрошенных нами респондентов переезд оказался чрезвычайно эмоционально и физически тяжелым, поскольку сопровождался возможными обстрелами, преодолением блокпостов и, соответственно, переживанием сильного страха, неопределенности, безысходности); *переезд в одиночестве* (каждый пятый вынужденный мигрант (22 %) совершал переезд в одиночестве, что значительно усугубляло картину негативных переживаний); *социальные связи в РБ* (каждый пятый вынужденный мигрант (20 %) приехал в Беларусь, не имея никаких социальных контактов); *отсутствие стремления покинуть родину до наступления военных действий* (третья часть наших респондентов (31 %) ранее не планировала покинуть свою родину, и факт эмиграции переживали очень болезненно); *пребывание родных и близких в условиях опасности* (у большинства респондентов (51 %) близкие и родные продолжали оставаться в зоне опасности); *разрешение вопросов легализации, трудоустройства, проживания в РБ* (12 % столкнулись с неразрешимыми для них трудностями и испытывали негативные переживания острого характера за свое будущее, будущее своей семьи и детей); *самочувствие и состояние*



здоровья (14% опрошенных нами респондентов указывали на ухудшение самочувствия и состояния здоровья после переезда, на такие психосоматические симптомы, как бессонница, головные боли, боли в области сердца, резкое снижение веса); *жилищно-бытовые условия* (у 12% переселенцев наблюдается неудовлетворенность жилищно-бытовыми условиями; угнетает осознание того, что необходимо просить вещи б/у, тогда, как на родине имеется собственное имущество вместе со всем необходимым); *отношение чиновников к приехавшим мигрантам* (10% переселенцев указывали на недоброжелательность местных чиновников); *оценка отношения местного населения* (12% вынужденных мигрантов указывают на настороженность и недоверчивость, возникшие у них в ответ на негативное отношение белорусов, что вызывает ощущение «второсортности», ненужности, способствует социальной изоляции и значительному психологическому дискомфорту личности); *характер психологического и эмоционального состояния* (у 26% респондентов отмечается тяжелое психологическое и эмоциональное состояние, сопровождаемое сильными негативными переживаниями, которые отражаются на всех аспектах жизнедеятельности личности); *ностальгия* (почти треть респондентов (29%) испытывает очень сильную тоску по родине, родным, дому, что сказывается на их психологическом благополучии); *стремление покинуть родину до наступления военных действий* (16% хотели бы вернуться обратно на родину, как только там стабилизируется ситуация; отсутствие желания оставаться в РБ часто говорит о неуспешности адаптации); *психологическая и социальная поддержка* (4% оценивают, что они остались вообще без психологической поддержки; такая категория людей в большей степени чувствует себя одинокой и незащищенной); *отношение вынужденных мигрантов к стране и государству* (6% оказались несколько разочарованными относительно своих представлений о Беларуси и о той помощи, которую ожидали получить со стороны государства).

Результаты контент-анализа выявили среди вынужденных мигрантов высокий уровень интенсивности негативных переживаний, обусловленных такими факторами, как опасность пребывания до эмиграции в зоне военных действий, незапланированность переезда, нахождение родных и близких в местах повышенной опасности.

В результате анализа характера адаптации к новой социокультурной среде на основе методики Л. В. Янковского, нам удалось выяснить, что доминирует среди вынужденных мигрантов с юго-востока Украины *адаптивный тип* (39%), для которого характерен высокий уровень активности, планирование своего будущего, стремление к самореализации. Пятая часть относится к *интерактивному типу* (21%), настроенному на расширение социальных связей, активное вхождение в новую среду. 12% мигрантов



относятся к *конформному типу*, ориентированному на социальное одобрение, зависимость от окружения и его оценок. Тревогу вызывает то, что у третьей части вынужденных мигрантов доминирует *ностальгический тип адаптации* (31%), связанный с переживанием чувства бесприютности, меланхолии, тоски. У 26% преобладает *отчужденный тип* адаптации, которому свойственно переживание беспокойства по поводу неспособности удовлетворения собственных потребностей, беспомощность, несогласованность притязаний и реальных возможностей, что отражается на самооценке, озабоченности идентичностью и собственным статусом. У 7% мигрантов превалирует *депрессивный тип адаптации*, сопряженный с окрашенностью мира в мрачные тона, переживанием потери смысла, ощущением невозможности профессиональной и социальной самореализации, пониженной самооценкой, беспомощностью перед жизненными трудностями, сочетающейся с чувством бесперспективности, переживанием сомнений, тревоги относительно собственной социальной идентичности.

Анализируя преобладающие типы адаптации в соответствии с половой принадлежностью, мы выявили, что мужчины являются более склонными к *адаптивному* (38%), *интерактивному* (43%) типам в сравнении с женщинами. Тревогу вызывает достаточно яркая выраженность среди мужской части выборочной совокупности *ностальгического типа*. Женщины относительно мужчин более склонны к *отчужденному* (26%) и *конформному* (15%) типам адаптации. Полученные данные соответствуют гендерным особенностям. То есть, мужчины в большей степени ориентированы на достижения, завоевание авторитета, преодоление трудностей, тогда как женщины – на развитие эмоциональных отношений с окружающими людьми, укрепление стабильности и безопасности, проявляя большую зависимость от мнения окружающих. При этом женщины также склонны к *адаптивному* (26%) и *ностальгическому* (20%) типам, но эти показатели ниже, чем по мужской выборочной совокупности.

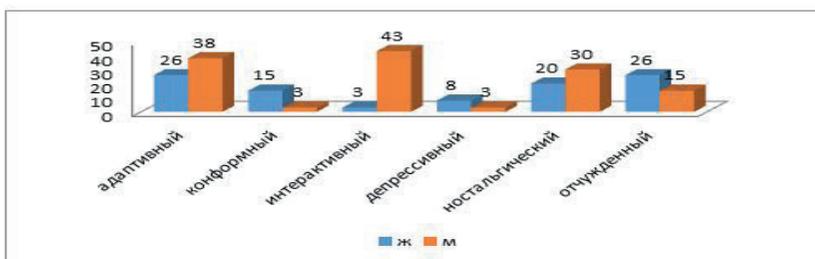


Рисунок 2. Преобладающие типы адаптации среди мужчин и женщин



Исследуя копинг-стратегии, к которым прибегают вынужденные мигранты для совладания со стрессом в процессе адаптации, нам удалось выяснить, что доминирует *средняя выраженность* использования успешных копинг-стратегий: *принятия ответственности, самоконтроля, поиска социальной поддержки*. Только 16 % опираются на такой конструктивный копинг, как *планирование решения проблемы*. Эта часть мигрантов ориентирована на успешное решение проблемной ситуации за счет целенаправленного анализа, выработки стратегии разрешения проблемы, планирования собственных действий с учетом объективных условий. *Более четверти* мигрантов прибегают к *положительной переоценке*, что также является конструктивным ходом, т. к. это открывает возможности позитивного переосмысления проблемной ситуации, рассмотрения ее как стимула для личного роста.

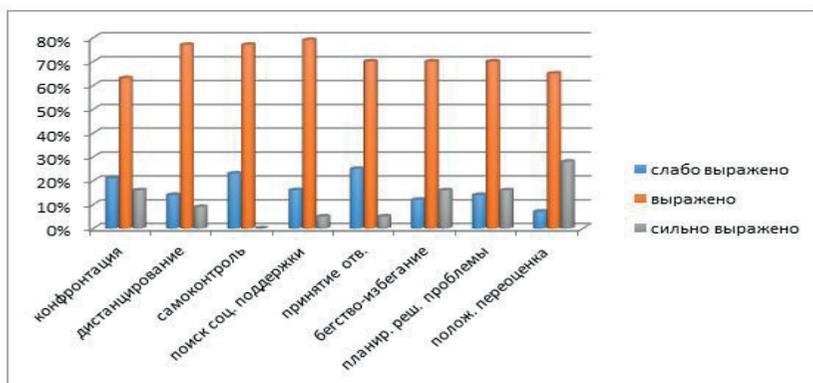


Рисунок 3. Копинг-стратегии, характерные для вынужденных мигрантов

Тревожит то, что у 16 % вынужденных мигрантов сильно выражен *конфронтационный копинг*, что проявляется в чрезмерной конфликтности как неадаптивной форме совладающего поведения в стрессовых ситуациях. Каждый седьмой активно прибегает к *бегству-избеганию*, отрицая проблему, фантазируя, уклоняясь от ее решения.

Анализ результатов, полученных на основе методики изучения смысловых ориентаций Д. А. Леонтьева, позволяет утверждать, что *четвертая часть* респондентов после переезда находится в состоянии экзистенциального кризиса, остро переживая потерю смысла. Практически *каждый третий* находится в состоянии разочарования и отчаяния. *Каждый пятый* убежден в фатальности всего происходящего, в том, что жизнь человека не подвластна сознательному контролю, что свобода выбора иллюзорна и бессмысленно что-либо загадывать на будущее.



По результатам анализа оценки влияния травматического события, около *половины* вынужденных мигрантов (46 %) прибегают к избеганию всего того, что может напоминать о случившемся, стараясь вытеснить травмирующие переживания и события из памяти. У 40 % респондентов напоминание о происшедшем с ними в определенной степени заставляет заново переживать это. Тревогу вызывает тот факт, что *каждый седьмой* респондент (14 %) испытывает физические симптомы (нарушение дыхания, учащение пульса, головные боли и др.) в ситуациях, чем-то напоминающих о случившихся событиях. Результаты исследования по шкале оценки влияния травматического события позволяют сделать важный вывод о том, что 65 % вынужденных мигрантов имеют низкую и умеренно выраженную реакцию на переживаемую стрессовую ситуацию переезда, для них характерно достаточно благополучное совладание с ней и относительное эмоциональное и психологическое благополучие. А 35 % находятся в *состоянии ПТСР*, что не может не тревожить.

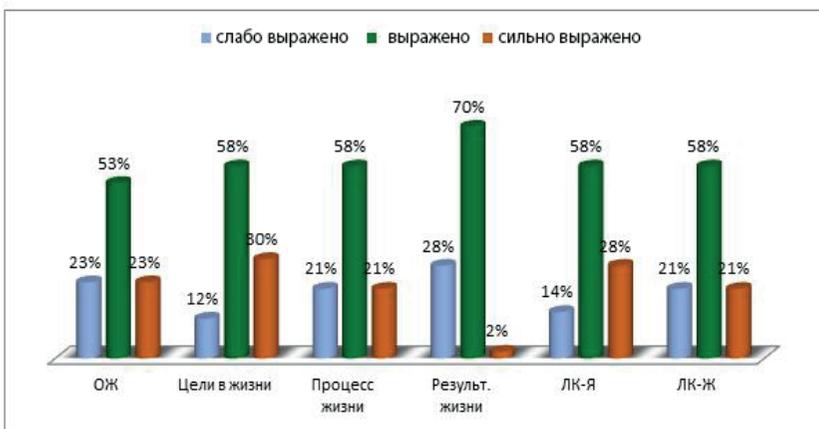


Рисунок 4. Результаты по методике изучения смысложизненных ориентаций

Результаты проведенного корреляционного анализа между шкалами используемых для исследования методик позволили обнаружить: прямую зависимость между *осмысленностью жизни вынужденными мигрантами* и их более успешной *адаптивностью* ($r = 0,324$), свидетельствующую о том, что философское осмысление ситуации вынужденной миграции, ее принятие, коррелирует с более высоким уровнем социальной активности, планированием своего будущего, основанного на собственных возможностях



и опыте; обратную зависимость между *осмысленностью жизни* и *депрессивностью* ($r = -0,38$), *отчужденностью* ($r = 0,363$), что свидетельствует о том, что низкий уровень осмысленности жизни в новых условиях коррелирует с *беспомощностью перед жизненными трудностями*, *сочетающейся с чувством бесперспективности, подавленностью, опустошенностью, изолированностью, сомнениями, беспокойством по поводу неспособности удовлетворить свои потребности, нетерпеливостью*; *прямую зависимость между конфронтацией и вторжением* ($r = 0,318$), что можно интерпретировать как *взаимозависимость между невозможностью отвлечься от того, что случилось, склонностью заново погружаться в ситуацию при любом напоминании с переживанием враждебности, переходящей в конфронтацию во взаимодействии с другими*.

На основе контент-анализа нами были выявлены 6 факторов, обуславливающих интенсивность, глубину и длительность переживаний вынужденных мигрантов. Все гипотетично выделенные факторы являются значимыми.

Таблица 1.

Результаты факторного анализа выявленных факторов, обуславливающие интенсивность переживаний вынужденных мигрантов

Variable	Factor Loadings (Varimax raw) (content-analysis)					
	Factor 1	Factor 2	Factor 3	Factor 4	Factor 5	Factor 6
Регион проживания	0,089530	-0,121129	0,796355	-0,269628	0,003539	-0,192466
Угроза жизни	-0,024486	0,085868	0,753896	0,138492	-0,160046	0,146026
Планирование переезда	0,762214	0,265860	0,331914	0,160464	-0,019383	-0,040466
Переносимость переезда	0,423538	0,252714	0,059927	-0,095232	0,576429	0,058358
Переезд с кем-то	-0,319156	0,097268	-0,321756	-0,372386	0,517016	-0,159002
Социальные связи в РФ	-0,210184	0,480338	-0,121137	-0,253864	-0,067446	-0,234662
Желание покинуть страну до военных действий	0,028323	0,820096	0,058774	0,068159	-0,133823	0,024082
Нахождение родных и близких в безопасности	0,325789	-0,183234	-0,080057	-0,059140	-0,081070	0,566600
Успешность разрешения вопросов легализации, трудоустройства и проживания в РФ	-0,776223	0,121349	0,204618	0,020542	-0,023475	0,009855
Самочувствие и состояние здоровья	-0,191846	0,221035	0,418192	0,086760	0,029512	-0,298390
Жилищно-бытовые условия	0,035857	-0,177301	0,116698	-0,066359	0,238693	0,042901
Отношение чиновников и гос.органов	-0,377974	0,159300	-0,053588	0,064026	0,339563	0,435874
Отношение к местному населению	-0,037440	-0,167238	0,023818	0,108472	0,734923	-0,022812
Характер психологического и эмоционального состояния	0,057304	-0,067772	0,652156	0,400273	0,195822	0,169198
Ностальгия	0,036720	-0,168271	0,009463	0,747604	0,076327	-0,079000
Желание остаться в РФ	0,093154	0,066498	0,101870	0,733817	0,035771	-0,145786
Психологическая и социальная поддержка	0,125307	-0,155031	-0,057461	0,178217	0,030717	-0,747535
Отношение к стране и государству	0,149928	0,705665	-0,147302	-0,049875	0,232963	0,142374
Expl.Var	1,858317	1,810601	2,138933	2,093684	1,469087	1,382056
Prp.Totl	0,103240	0,100589	0,118830	0,116316	0,081616	0,076781



Наибольший вес имеют следующие факторы, представленные в порядке убывания: отсутствие стремления покинуть родину до наступления военных действий ($F = 0,82$), опасность места проживания, откуда уезжали ($F = 0,79$), незапланированность переезда ($F = 0,76$), высокий уровень пережитой угрозы жизни ($F = 0,75$), ностальгия ($F = 0,74$), негативная оценка отношения местного населения к вынужденным мигрантам ($F = 0,73$), нежелание оставаться в РБ ($F = 0,73$), негативное отношение к Беларуси ($F = 0,7$), негативные обстоятельства переезда ($F = 0,57$), пребывание родных и близких в условиях опасности ($F = 0,56$), переезд в одиночестве ($F = 0,51$), отсутствие социальных связей в РБ ($F = 0,48$), негативная оценка отношения чиновников к приехавшим мигрантам ($F = 0,43$), неудовлетворительное самочувствие и состояние здоровья ($F = 0,41$), негативный характер психологического и эмоционального состояния ($F = 0,4$), неудовлетворительные жилищно-бытовые условия в РБ ($F = -0,66$), отсутствие психологической поддержки ($F = -0,74$), неуспешность разрешения легализации, трудоустройства и проживания в РБ ($F = -0,77$).

На основе результатов кластерного анализа вынужденные мигранты условно разделились на три группы.

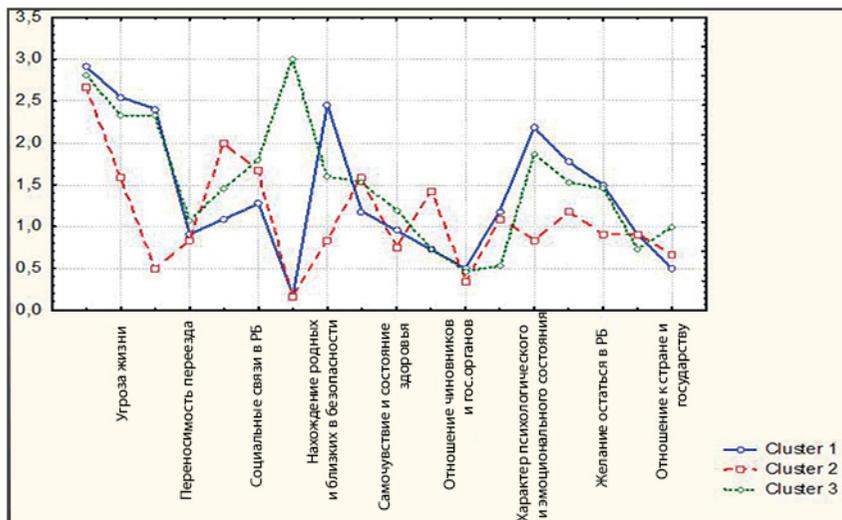


Рисунок 5. Результаты кластерного анализа выявленных факторов, обуславливающих интенсивность переживаний вынужденных мигрантов

В первую группу (кластер) вошли респонденты, у которых негативные переживания сопряжены с опасностью прежнего пребывания в зоне военных



действий, наличием угрозы жизни до выезда из страны, незапланированностью переезда, нахождением родных и близких в районе повышенной опасности, тяжелым психологическим и эмоциональным состоянием.

Вторую группу составили вынужденные мигранты, у которых негативные переживания в большей степени обусловлены пережитой ситуацией угрозы жизни и переездом в Беларусь в одиночестве.

Третью группу составили люди, у которых негативные переживания связаны с пережитой ситуацией угрозы жизни, отсутствием стремления покинуть родину до наступления военных действий, наличием тяжелого психологического и эмоционального состояния.

Результаты кластерного анализа позволяют конкретизировать направления работы с вынужденными мигрантами, обозначить модель социального и психологического сопровождения. К этим направлениям относятся: *помощь в осознании ситуации миграции и принятии ее; помощь в социализации*, т. е. включение мигрантов в различные социальные группы по месту жительства, а также *помощь в преодолении постстрессового расстройства*. Это позволит минимизировать негативные переживания и повысить успешность адаптации.

Выводы

Проведенное исследование позволяет нам сделать важные выводы. Несмотря на то, что украинцы, переезжая в Беларусь, попадают в незнакомую среду, процесс адаптации для них не усугубляется языковым барьером и большой разницей менталитетов. Тем не менее, миграция выступает для них сильнейшим фактором стресса. Это сопряжено с резкой переменой привычного жизненного уклада, обуславливающей высокий уровень тревоги, затрагивающей идентичность, Я-концепцию, психическую организацию, систему ценностей, самооценку. Вынужденные мигранты нередко переживают серьезные психологические проблемы: ощущают себя людьми «второго сорта», неспособными себя защитить в новых жизненных условиях. Неопределенность жизненных перспектив и другая среда обитания определяют социальную депривацию, которая усугубляется посттравматическим стрессовым расстройством. В связи с этим, вынужденные мигранты являются категорией, особо нуждающейся в экономической, социальной и психологической помощи.

Направления работы с вынужденными мигрантами по психологическому сопровождению можно развернуть на базе общественных организаций, оказывающих помощь различным группам людей, находящихся в кризисной ситуации. Это Белорусское Общество Красного Креста (БОКК), Служба по консультированию беженцев ОО «БДМР», Центр дополнительного



образования детей и молодежи «Эврика» г. Минска, Представительство Международной организации по миграции (МОМ) в Республике Беларусь, а также различные территориальные центры социальной и психологической помощи населению, общественные ассоциации (ветеранов, пенсионеров и др.).

Опираясь на проведенное исследование и анализ европейского и российского опыта, в рекомендации по оказанию психологической помощи вынужденным мигрантам с юго-востока Украины следует включить:

- максимальное информирование (в рамках работы «горячей линии» Красного Креста, а также волонтерских консультативных пунктов), направленное на повышение успешности разрешения вопросов легализации, трудоустройства и проживания в РБ;
- организацию образовательной (психопросветительской) программы, направленной на: *помощь* в осознании основных потерь и приобретений в результате смены места жительства; признание нового места жительства своим (смена установки «там у них» на «здесь у нас»); *определение* того, где и как «я могу состояться», «каким я вижу свое будущее и будущее своей семьи, свое профессиональное развитие»; *анализ* собственного видения ситуации миграции; *консультации* в разрешении вопросов с жильем, трудоустройством; *включение* мигранта в новое социальное пространство;
- *организацию* консультативной психологической помощи, в том числе и дистанционного характера (например, линий скайп-консультирования).

Учитывая, что Беларусь не была готова к приему такого большого количества мигрантов, важно налаживать взаимодействие со странами Евросоюза, Россией, накопившими большой опыт оказания содействия и помощи этой категории людей.

Литература

1. Вынужденные мигранты: поведение в маргинальной ситуации // Маргинальность в современной России: общие тенденции, региональная специфика. – М.: МОНФ, 2000.
2. Вынужденные мигранты: стратегии совладания с жизненными трудностями // Экономическая социология. Вып. 2. / Эл. журнал под ред. В. В. Радаева. – URL: <http://www.ecsoc.msses.ru>
3. Гришина А. В., Зеленов А. А., Лунин С. Л. Диагностика влияния этнической идентичности на формирование этнических ауто- и гетеростереотипов у беженцев и вынужденных переселенцев из регионов локальных военных конфликтов и принимающего населения: учебно-методическое пособие. – М.: КРЕДО, 2016. – 28 с.



4. Гришина А. В., Лунин С. Л. Типы этнической идентичности российской молодежи как показатель позитивной готовности к принятию вынужденных мигрантов из Украины // Российский психологический журнал. – 2015. – Т. 12. – № 2. – С. 45–54.
5. Гуревич А. М. Мотивация эмиграции. – СПб.: Речь, 2005. – 272 с.
6. Евросоюз рассчитывает еще на 5 млн. беженцев // InoPressa. – URL: http://inopressa.ru/article/24Sep2015/bild/eu_migrants.html
7. Количество мигрантов в Европе перевалило за полмиллиона // Русская служба BBC. – URL: http://www.bbc.com/russian/news/2015/09/150929_un_migrants_europe
8. Коллиер П. Исход: как миграция изменяет наш мир. – М.: Изд-во Института Гайдара, 2016. – 384 с.
9. Лунин С. Л. Особенности личностных трансформаций юношей и девушек мигрантов и вынужденных переселенцев из территории локальных военных конфликтов: автореферат дисс. ... канд. психол. н. – Ростов н/Д, 2016. – 22 с.
10. Статистика международной миграции: практическое руководство для стран Восточной Европы и Центральной Азии / ЕЭК ООН; Фонд ООН в обл. народонаселения. – Женева, 2011. – 102 с.
11. Aleksieva M. The sociocultural role of media and school in transferring information and forming values // Education Sciences and Psychology. – 2012. – no. 1. – pp. 38–45.
12. Domke D. Racial cues and political ideology. An examination of associative priming // Communication Research. – 2011. – V. 28. – no. 6. – pp. 772–801.
13. Dunas D. V. The effect of the “last drop”: On the question of the media’s ability to have a harmful impact on the audience // Psychology in Russia: State of the Art. – 2013. – V. 6 (1). – pp. 144–152.
14. Gladkova A. A. The role of television in cultivating the values of pluralism and cultural diversity in children // Psychology in Russia: State of the Art. – 2013. – V. 6 (1). – pp. 138–143.
15. Migration Policy Institute tabulation of data from the United Nations, Department of Economic and Social Affairs // Trends in International Migrant Stock: The 2013 revision. United Nations database, POP/DB/MIG/Stock/Rev.2013. – 2013.

References

1. *Vynuzhdennyye migranty: povedenie v marginal'noi situatsii: Marginal'nost' v sovremennoi Rossii: obshchie tendentsii, regional'naia spetsifika* [Forced migrants: behavior in a marginal situation: Marginality in modern Russia: General trends and regional specificity]. Moscow, MONF Publ., 2000.



2. Forced migrants: strategies of coping with life. Available at: <http://www.ecsoc.msses.ru>
3. Grishina A. V., Zelenov A. A., Lunin S. L. *Diagnostika vliianiia etnicheskoi identichnosti na formirovanie etnicheskikh auto- i geterostereotipov u bezhentsev i vynuždennykh pereselentsev iz regionov lokal'nykh voennykh konfliktov i prinimaiushchego naseleniia* [Diagnostics of the influence of ethnic identity on the formation of ethnic auto- and heterostereotypes both in refugees and displaced persons from the regions of local military conflicts and the host population]. Moscow, KREDO Publ., 2016. 28 p.
4. Grishina A. V., Lunin S. L. Tipy etnicheskoi identichnosti rossiiskoi molodezhi kak pokazatel' pozitivnoi gotovnosti k priniatiuu vynuždennykh migrantov iz Ukrainy [Types of ethnic identity of Russian young people as an indicator of positive readiness for accepting forced migrants from Ukraine]. *Rossiiskii psikhologicheskii zhurnal – Russian Psychological Journal*, 2015, V. 12, no. 2, pp. 45–54.
5. Gurevich A. M. *Motivatsiia emigratsii* [Emigration motivation]. St. Petersburg, Rech' Publ., 2005. 272 p.
6. The European Union expects 5 millions more refugees. Available at: http://inopressa.ru/article/24Sep2015/bild/eu_migrants.html
7. The number of migrants has exceeded half a million. Available at: http://www.bbc.com/russian/news/2015/09/150929_un_migrants_europe
8. Collier P. *Exodus: how migration is changing world* (Rus. ed.: Kollier P. *Iskhod: kak migratsiia izmeniaet nash mir*. Moscow, Gaidar Institute Publ., 2016. 384 p.).
9. Lunin S. L. *Osobennosti lichnostnykh transformatsii iunoshei i devushek migrantov i vynuždennykh pereselentsev iz territorii lokal'nykh voennykh konfliktov. Diss. kand. psikh. nauk* [Features of personal transformations in migrant boys and girls from regions of local military conflicts. Cand. psych. sci. diss.]. Rostov-on-Don, 2016.
10. *Statistika mezhdunarodnoi migratsii: prakticheskoe rukovodstvo dlia stran Vostochnoi Evropy i Tsentral'noi Azii: EEK OON; Fond OON v obl. narodonaseleniia* [International migration statistics: a practical guide for countries of Eastern Europe and Central Asia]. Geneva, 2011. 102 p.
11. Aleksieva M. The sociocultural role of media and school in transferring information and forming values. *Education Sciences and Psychology*, 2012, no. 1, pp. 38–45.
12. Domke D. Racial cues and political ideology. An examination of associative priming. *Communication Research*, 2011, V. 28, no. 6, pp. 772–801.
13. Dunas D. V. The effect of the “last drop”: On the question of the media’s ability to have a harmful impact on the audience. *Psychology in Russia: State of the Art*, 2013, V. 6 (1), pp. 144–152.



14. Gladkova A. A. The role of television in cultivating the values of pluralism and cultural diversity in children. *Psychology in Russia: State of the Art*, 2013, V. 6 (1), pp. 138–143.
15. Migration Policy Institute tabulation of data from the United Nations, Department of Economic and Social Affairs. *Trends in International Migrant Stock: The 2013 revision*. United Nations database, POP/DB/MIG/Stock/Rev.2013, 2013.