

Мир науки. Педагогика и психология / World of Science. Pedagogy and psychology <https://mir-nauki.com>

2023, Том 11, № 3 / 2023, Vol. 11, Iss. 3 <https://mir-nauki.com/issue-3-2023.html>

URL статьи: <https://mir-nauki.com/PDF/41PSMN323.pdf>

Ссылка для цитирования этой статьи:

Кольчик, Е. Ю. Особенности копинг-поведения беженцев и вынужденных переселенцев / Е. Ю. Кольчик // Мир науки. Педагогика и психология. — 2023. — Т. 11. — № 3. — URL: <https://mir-nauki.com/PDF/41PSMN323.pdf>

For citation:

Kolchik E. Yu. Features of the refugees and internally displaced persons' coping behavior. *World of Science. Pedagogy and psychology*. 2023; 11(3): 41PSMN323. Available at: <https://mir-nauki.com/PDF/41PSMN323.pdf>. (In Russ., abstract in Eng.)

УДК 159.923

Кольчик Елена Юрьевна

ГБОУВО РК «Крымский инженерно-педагогический университет имени Февзи Якубова», Симферополь, Россия
Доцент кафедры «Психологии»
Кандидат психологических наук
E-mail: egyptshore@yandex.ru
ORCID: <https://orcid.org/0000-0001-6116-6053>

Особенности копинг-поведения беженцев и вынужденных переселенцев

Аннотация. Статья посвящена изучению особенностей копинг-стратегий в процессе адаптации у беженцев и вынужденных переселенцев. В статье рассмотрено понятие адаптации в целом, а также с точки зрения ее специфики при вынужденной смене места жительства. Рассмотрены и проанализированы такие особенности адаптации беженцев и переселенцев, как эйфория от устранения действия психотравмирующего фактора, негативное воздействие факторов чужеродной среды, депрессивные проявления и адаптированность как конечный результат. Автором выдвинуто предположение о том, что для мигрантов с различной адаптированностью характерны различные стратегии совладания со сложной ситуацией. Проведено эмпирическое исследование, в котором принимали участие жители Донбасса, вынужденные, в связи с событиями 2014 года, мигрировать на территорию Российской Федерации. В исследовании приняли участие 84 человека, из них 43 женщины в возрасте от 23 до 39 лет и 41 мужчина в возрасте от 23 лет до 41 года. В процессе исследования основными критериями адаптированности испытуемых к новым реалиям жизни являлись наличие постоянной работы и постоянного места жительства. В рамках исследования были использованы: авторская анкета, содержащая уточняющие вопросы относительно условий проживания респондентов, а также методика диагностики копинг-стратегий Э. Хейма. В результате исследования было выявлено, что беженцы и вынужденные переселенцы с низким уровнем адаптированности характеризуются малоадаптивными и относительно адаптивными копинг-стратегиями, среди которых преобладают эмоциональные и поведенческие. Те беженцы и переселенцы, которые отличаются достаточно высокой адаптированностью, чаще используют адаптивные и относительно адаптивные копинг-стратегии, среди которых преобладают когнитивные. Все выявленные различия были подтверждены статистически при помощи F -критерия углового преобразования Фишера.

Ключевые слова: адаптация; адаптированность; когнитивные копинг-стратегии; эмоциональные копинг-стратегии; поведенческие копинг-стратегии; беженцы; вынужденные переселенцы

Введение (актуальность)

Глобальные процессы, происходящие в политической, социальной и экономической сферах современного общества, обуславливают изменения в демографической среде. Военно-политические столкновения и кризисы создают прецедент для роста количества беженцев и вынужденных переселенцев в ряде стран Европы и Азии. В рамках данной работы речь идет о беженцах и переселенцах в Российской Федерации с территорий Донбасса. В течение последних девяти лет количество беженцев и вынужденных переселенцев существенно увеличилось, что способствовало формированию определенной категории населения, имеющей свою специфику.

Данной тематике посвящены труды ряда исследователей, среди которых Е.В. Василенко, И.Б. Бритвина, Е.Л. Могильчак, А.С. Авдеенко и другие [1–4]. Большинство исследователей акцентируют внимание на том, что социальная адаптация беженцев и переселенцев имеет свою специфику, отличную от социальной адаптации коренных жителей и требует более детального изучения. Федеральный закон «О беженцах» от 19.02.1993 года дает следующее определение понятию: «беженец — это лицо, которое не является гражданином Российской Федерации и которое в силу вполне обоснованных опасений стать жертвой преследований по признаку расы, вероисповедания, гражданства, национальности, принадлежности к определенной социальной группе или политических убеждений находится вне страны своей гражданской принадлежности и не может, пользоваться защитой этой страны или не желает пользоваться такой защитой вследствие таких опасений; или, не имея определенного гражданства и находясь вне страны своего прежнего обычного местожительства в результате подобных событий, не может или не желает вернуться в нее вследствие таких опасений».¹ Несколько иной является дефиниция вынужденного переселенца, описанная в этом же Федеральном законе: «Вынужденный переселенец — гражданин Российской Федерации, намеревающийся или вынужденный оставить свое прежнее место жительства на территории другого государства или на территории Российской Федерации ввиду произведенного в отношении него или членов его семьи насилия или преследование в иных формах, либо имеющие реальную угрозу стать объектом преследования вследствие событий, значительно дискриминирующих права и свободы человека». Исходя из указанных определений, становится понятным наличие некоторых трудностей в процессе социальной адаптации у данной категории лиц. Ряд этих трудностей в своих работах рассматривают Масленникова Л.В. и Стегний В.Н. [5; 6].

Социальная адаптация является чрезвычайно важным показателем качества жизни человека, что особенно актуально для лиц, радикально изменивших место своего жительства. Понятие адаптации широко освещалось в психологии и рассматривалось в работах Г. Селье, Ю. Щербатых, Б.Ю. Шогенова, М.В. Газиевой, В.Э. Цейликмана и другими, где понималось как процесс приспособления человека к окружающей среде [7–11]. Данный процесс достаточно сложный и подразумевает функционирование ряда физиологических механизмов (изменение гормонального фона, изменения в работе нервной системы), а также ряд психологических изменений. Свои особенности имеет социальная адаптация беженцев и мигрантов (М.А. Подлесная, Г. Триандис) [12; 13]. Процесс адаптации мигрантов автор делит на 5 этапов:

1. «Медовый месяц». На данном этапе человек испытывает облегчение от того, что он ушел от воздействия психотравмирующих событий.
2. Переживание негативного влияния чужеродной среды. Эйфория уже прошла и человек осознает, что находится в обществе, которое ему чуждо.

¹ Федеральный закон от 19.02.1993 N 4528-1 (ред. от 14.07.2022) "О беженцах".

3. Возникновение первых признаков дезадаптации, которые в конечном итоге приводят к полной беспомощности. На данном этапе большинство беженцев и мигрантов довольствуются малым, но в некоторых случаях они способны преодолеть межкультурные различия и приобрести неплохой статус в чужом для себя обществе.
4. Этап чередования депрессии с оптимистичной уверенностью.
5. Высшая степень адаптации, которая соответствует уровню адаптации в родной стране человека [12].

В.В. Гриценко предлагает несколько иные стадии адаптации. Так, адаптация для беженца в другой стране начинается с этапа «ориентировки» или культурного шока. Данная стадия может проходить по-разному, в зависимости от страны, в которую человек мигрировал: человек может быть включен в эту культуру, либо не иметь с ней ничего общего. Второй этап представлен оценкой социального окружения и на третьем этапе достигается совместимость мигранта с новой культурой и обществом: он адаптируется к нему и интегрируется в общественную жизнь. Согласно В.В. Гриценко, существует множество факторов, которые определяют успешность адаптации мигранта к новой социальной среде.² К таким факторам относятся: наличие адаптивного опыта в прошлом, ориентация мигранта на город или на село, уровень образования, характер и условия деятельности, индивидуально-психологические особенности. Наибольшей изменчивостью обладает фактор, включающий в себя индивидуально-психологические особенности: он мало зависит от культуры, страны исхода и страны миграции. На наш взгляд, особое значение в данном факторе имеют копинг-стратегии, реализуемые в адаптивном поведении личности. Именно копинг является фактором, стабилизирующим состояние личности в стрессовой ситуации и помогающим поддерживать нужный уровень адаптации в период стрессового воздействия. Р.Лазарус под копингом понимал ряд осознанных стратегий совладания со стрессом или с другими стрессовыми событиями. Согласно Р. Лазарусу и Э. Хейму, копинг-стратегии дифференцируются на когнитивные, эмоциональные и поведенческие стратегии, используемые в повседневной жизни [14]. Ранее нами были рассмотрены особенности копинг-стратегий людей, попавших в трудную жизненную ситуацию во взаимосвязи с преобладающей временной перспективой [15]. В данной работе мы предполагаем, что преобладающие копинг-стратегии, а также особенности их использования индивидом, в значительной степени влияют на успешность адаптации личности мигранта к новым жизненным реалиям.

Цель исследования

Выявить копинг-стратегии, характерные для мигрантов с различной степенью адаптированности к социуму.

Методы (подробное описание исследования)

Исследование проводилось на базе социальных сетей «ВКонтакте» и «Facebook»³. В исследовании принимали участие жители Донбасса, которые, в связи с событиями 2014 года, были вынуждены мигрировать на территорию Российской Федерации. В исследовании приняли участие 84 человека, из них 43 женщины в возрасте от 23 до 39 лет и 41 мужчина в возрасте от

² В.В. Гриценко Тренинг оптимизации процесса социально-психологической адаптации вынужденных мигрантов / В.В. Гриценко, В.В. Константинов // учебно-методическое пособие. — Балашов, 2004. — 56 с.

³ Социальная сеть запрещена на территории Российской Федерации.

23 лет до 41 года. Все испытуемые переехали на территорию Российской Федерации в течение 2014–2015 годов и проживают здесь в течение 9 лет. В рамках исследования были использованы: авторская анкета, содержащая уточняющие вопросы относительно условий проживания респондентов, а также методика диагностики копинг-стратегий Э. Хейма. В ходе анализа ответов на вопросы, содержащиеся в авторской анкете, в качестве основных критериев адаптированности испытуемых к новым реалиям жизни были выбраны наличие постоянной работы и постоянного места жительства. Данный выбор обусловлен тем, что больше половины респондентов указывали на выраженный дискомфорт и постоянную напряженность, раздражительность из-за отсутствия постоянного источника доходов и необходимости постоянно арендовать жилье. Так, среди ответов встречались следующие: «живем как в гостях», «дети растут и скоро в школу, а я даже не знаю, где они будут учиться», «я не уверен в том, что завтра мне снова не придется искать работу» и т. д. Методика диагностики копинг-стратегий Э. Хейма предполагает выявление ситуационно-специфических вариантов копинга в когнитивной, эмоциональной и поведенческой сферах. В каждой сфере автор методики выделяет адаптивные, относительно адаптивные и неадаптивные копинг-стратегии (табл. 1).

Таблица 1

Копинг-стратегии в методике Э. Хейма

	Когнитивные копинг-стратегии	Эмоциональные копинг-стратегии	Поведенческие копинг-стратегии
Адаптивные	проблемный анализ; установка собственной ценности; сохранение самообладания	протест; оптимизм	сотрудничество; обращение; альтруизм
Относительно адаптивные	относительность; придача смысла; религиозность	эмоциональная разрядка; пассивная кооперация	компенсация; отвлечение; конструктивная активность
Неадаптивные	смирение; растерянность; диссимуляция; игнорирование	подавление эмоций; покорность; самообвинение; агрессивность	активное избегание; отступление

Составлено автором

В основе нашего исследования лежало предположение о том, что для мигрантов с различной адаптированностью характерны различные копинг-стратегии. Для тех мигрантов, которые характеризуются высокой степенью адаптированности, характерно использование преимущественно когнитивных копинг-стратегий, направленных на анализ ситуации. Для мигрантов с низкой степенью адаптированности характерно преимущественное использование поведенческих копинг-стратегий, направленных на снятие эмоционального и психического напряжения. Наши предположения были основаны на том, что именно глубокий анализ ситуации позволяет прогнозировать свое будущее, в то время как поведенческие копинги призваны, в первую очередь, снять напряжение, но мало способствуют долгосрочному планированию. Статистическая обработка полученных результатов осуществлялась при помощи χ^2 — углового преобразования Фишера.

Результаты исследования

В начале исследования испытуемым была предложена анкета, содержащая вопросы, направленные на выявление объективных показателей уровня адаптированности. Анкета содержала вопросы относительно состава семьи мигрантов; наличия, либо отсутствия постоянной работы и места проживания; особенностей текущего эмоционального состояния.

По результатам анкетирования все респонденты были разделены на две группы: в первую группу вошли испытуемые, которым удалось устроиться на постоянную работу и обзавестись постоянным местом проживания (46 человек). Во вторую группу вошли испытуемые, которые не смогли найти постоянную работу и существуют за счет случайных, непостоянных заработков, а также те, большинство которых не имеют постоянного места жительства и вынуждены часто переезжать (38 человек). Результаты анкетирования представлены на рисунке 1 (в % соотношении).

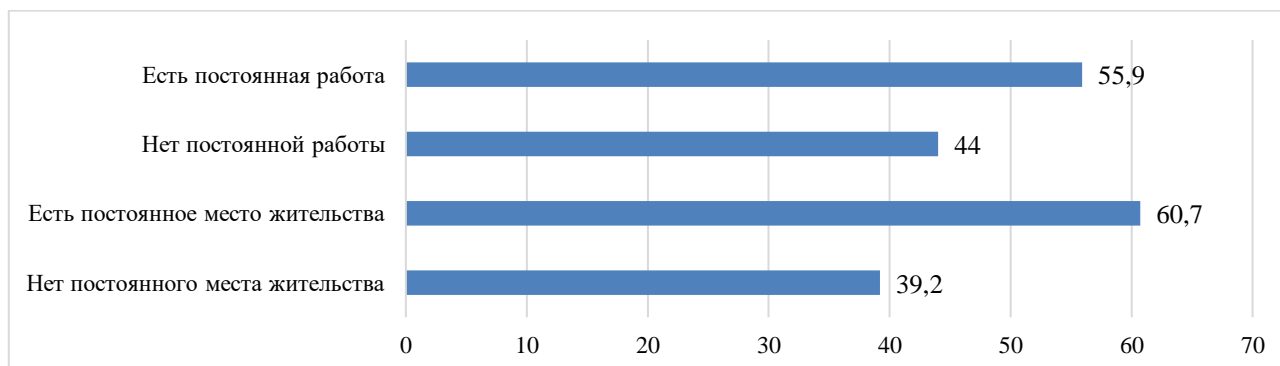


Рисунок 1. Результаты анкетирования (составлено автором)

Результаты диагностики копинг-стратегий представлены на рисунках 2–4.

Из рис.2 мы видим, что для респондентов группы 1 характерны такие копинг-стратегии, как сохранение самообладания (характерно для 67 % испытуемых против 52,3 % испытуемых группы 2); проблемный анализ (85,7 % против 42,8 % в группе 2); придача смысла (80,9 % против 61,9 % в группе 2). Для респондентов группы 2 характерны игнорирование (57,1 % против 38 % в группе 1); смирение (42,8 % против 19 % в группе 1); установка собственной ценности (76,1 % против 57,1 % в группе 1).

Приблизительно одинаково актуальной в обеих группах проявляется такая копинг-стратегия как религиозность (76,1 % в группе 1 и 85,7 % в группе 2).

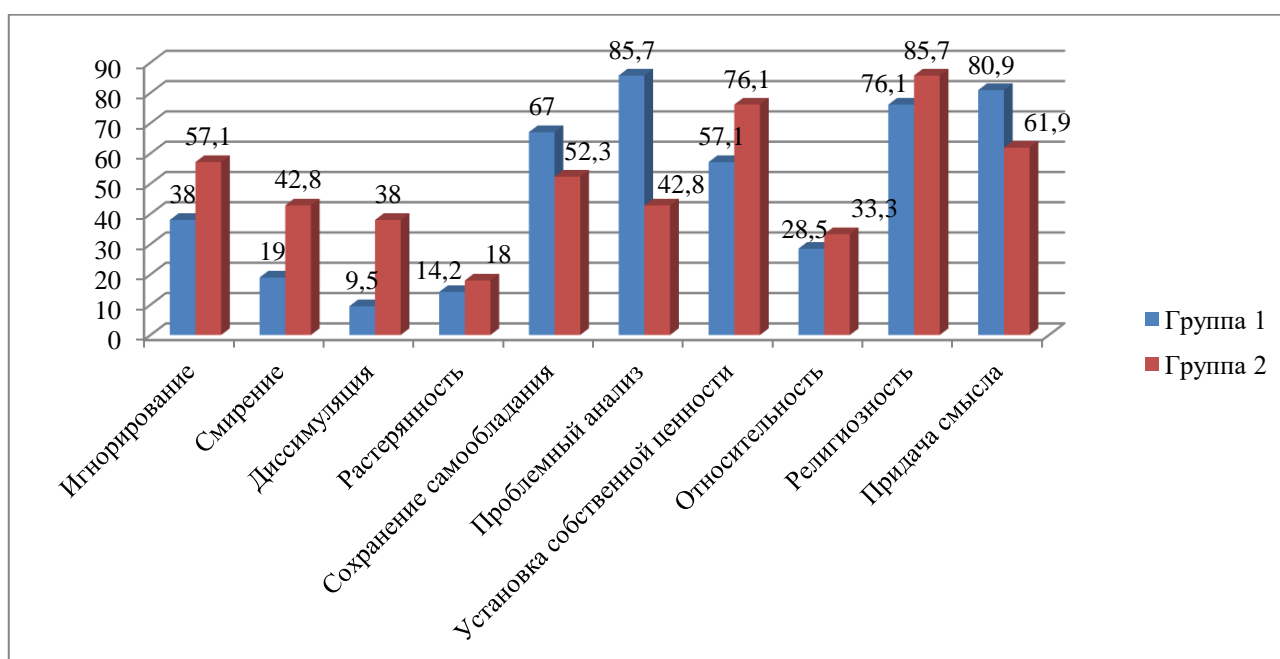


Рисунок 2. Соотношение (в %) адаптивных, относительно адаптивных и неадаптивных когнитивных копинг-стратегий в группах 1 и 2 (составлено автором)

Таким образом, для респондентов группы 1 более характерны адаптивные копинг-стратегии: в кризисных ситуациях испытуемые данной группы склонны к анализу обстоятельств и стремятся сохранять здравомыслие, в то время как для респондентов группы 2 более характерны неадаптивные копинг-стратегии. Участники второй группы в критичных ситуациях чаще демонстрируют смирение, либо игнорирование ситуации, не стремятся разобраться в ее причинах. Несмотря на то, что религиозность является копинг-стратегией, присущей участникам обеих групп, они используют ее по-разному. Так, респонденты первой группы отмечают, что в кризисных ситуациях они часто думают о том, что «Бог не дает не по силам» и это придает им уверенности и оптимизма. Участники второй группы в кризисных ситуациях несколько иначе используют данную стратегию, демонстрируя покорность судьбе: «если так произошло, то так должно быть и с этим ничего не поделать».

На рисунке 3 отражены особенности соотношений адаптивных, относительно адаптивных и неадаптивных эмоциональных копинг-стратегий испытуемых групп 1 и 2.

Для респондентов с высокой адаптированностью являются характерными такие копинг-стратегии, как оптимизм (характерен для 61,9 % по сравнению с 28,5 % в группе 2), самообвинение (47,6 % против 19 % в группе 2) и эмоциональная разрядка (52,3 % против 28,5 % в группе 2).

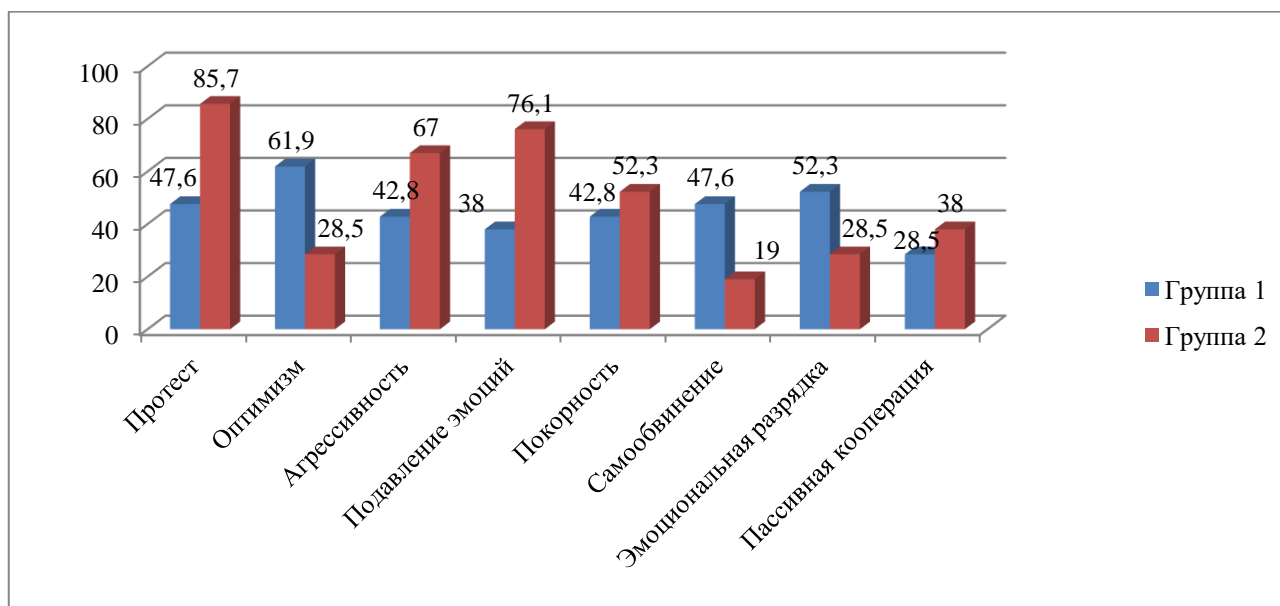


Рисунок 3. Соотношение (в %) адаптивных, относительно адаптивных и неадаптивных эмоциональных копинг-стратегий в группах 1 и 2 (составлено автором)

Самообвинение как относительно адаптивная стратегия трактовалась респондентами так стремление взять на себя ответственность за все происходящее в их жизни. Положительный эффект данной стратегии состоит в том, что испытуемые занимают активную позицию по отношению к своим ошибкам и стараются их исправить. С другой стороны, есть ситуации, которые мало зависят от самих респондентов и невозможность их исправить повышают уровень тревожности испытуемых и провоцируют развитие стрессовых состояний. Эмоциональная разрядка является неадаптивной копинг-стратегией и у участников данной группы она реализуется в чрезмерном проявлении своих эмоций в ситуациях, где это, по меньшей мере, не имеет смысла.

Для респондентов с меньшей адаптированностью характерными являются такие копинг-стратегии, как протест (85,7 % против 47,6 % в группе 1), агрессивность (67 % против 42,8 % в группе 1) и подавление эмоций (76,1 % против 38 % в группе 1). В процессе

обсуждения результатов тестирования испытуемые отметили, что агрессивность проявляют чаще по отношению к близким «когда очень устал», «нет сил», «не видно света в конце тоннеля». При этом по отношению к посторонним окружающим респонденты в большинстве случаев скрывают свои эмоции, комментируя это так: «...это может быть чревато», «им все равно не понять моих переживаний», «ни к чему хорошему это не приведет».

На рисунке 4 представлены особенности соотношений адаптивных, относительно адаптивных и неадаптивных поведенческих копинг-стратегий испытуемых групп 1 и 2.

Использование поведенческих копинг-стратегий в целом не является характерным для респондентов группы 1. В данной группе пользуется популярностью только сотрудничество как копинг-стратегия (85,7 % против 61,9 % в группе 2). Это говорит о том, что испытуемые данной группы в кризисных ситуациях ориентированы на общение и кооперацию. Примечательным является то, что у респондентов данной группы сформировалось специфическое отношение к людям, находящимся в похожей трудной жизненной ситуации.

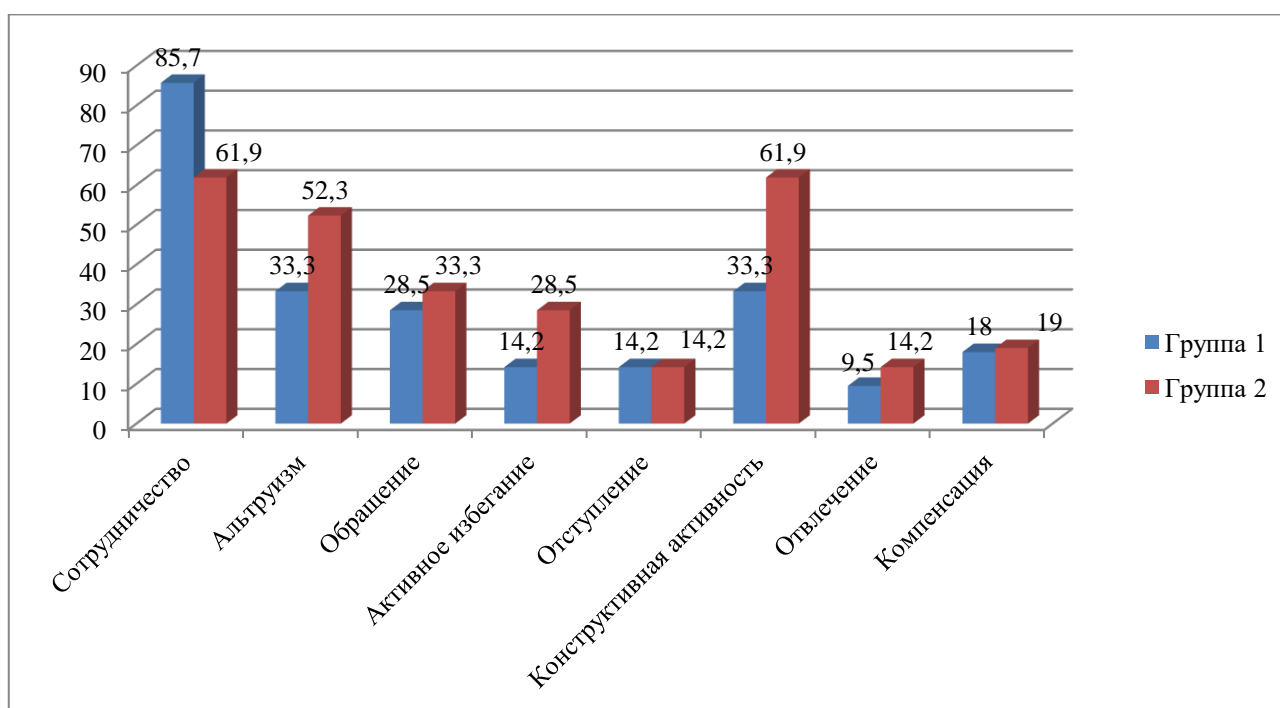


Рисунок 4. Соотношение (в %) адаптивных, относительно адаптивных и неадаптивных поведенческих копинг-стратегий в группах 1 и 2 (составлено автором)

Для респондентов группы 2 также характерно сотрудничество, однако в меньшей степени. Для испытуемых второй группы более характерными являются: конструктивная активность (61,9 % против 33,3 % в группе 1), альтруизм (52,3 % против 33,3 % в группе 1). Периодически встречаются такие стратегии как обращение (33,3 % против 28,5 %) и активное избегание (28,5 % против 14,2 %), но они слабо выражены. Стоит отметить, что и сотрудничество, и конструктивная активность в определенной степени сходны, поскольку способствуют повышению уровня адаптированности личности. Однако сотрудничество направлено на взаимодействие с другими людьми, а конструктивная активность предполагает любую активность, направленную на преодоление, уменьшение и принятие неопределенности. В данном случае, особое значение имеет сочетание конструктивной активности с альтруизмом: такое сочетание всю деятельность индивида направляет вовне, на окружающих, и существенно понижает адаптивные возможности самого индивида.

Значимость выявленных различий подтверждена статистически при помощи φ^* — углового преобразования Фишера. Результаты представлены в таблице 1.

Из таблицы 1 мы видим, что наиболее значимые различия, подтвержденные статистически, были выявлены по таким когнитивным копинг-стратегиям, как проблемный анализ, смирение и установление собственной ценности; по таким эмоциональным копинг-стратегиям, как оптимизм, подавление эмоций и самообвинение; по таким поведенческим копинг-стратегиям, как конструктивная активность.

Таблица 1

**Статистически значимые различия
в выраженности копинг-стратегий респондентов 1 и 2 групп**

Копинг-стратегии	Группа 1, n = 21	Группа 2, n = 23	φ^* — углового преобразования Фишера
Сохранение самообладания	67	52,3	1,8
Проблемный анализ	85,7	42,8	2,91**
Придача смысла	80,9	61,9	2,1
Игнорирование	57,1	38	2,4
Смирение	42,8	19	2,8**
Установка собственной ценности	90,4	57,1	2,6*
Оптимизм	61,9	28,5	2,8**
Самообвинение	47,6	19	2,5*
Эмоциональная разрядка	52,3	28,5	1,8
Протест	85,7	47,6	1,9
Агрессивность	67	42,8	1,8
Подавление эмоций	76,1	38	2,56**
Сотрудничество	85,7	61,9	1,8
Альтруизм	52,3	33,3	1,8
Конструктивная активность	61,9	33,3	2,4*
Обращение	33,3	28,5	1,3
Активное избегание	28,5	14,2	1,8

* при $p = 0,05$; ** при $p = 0,01$. Составлено автором

Имеет место тенденция к различию по таким показателям, как игнорирование и сотрудничество.

Обсуждение результатов исследования

Результаты проведенного исследования показали, что мигранты, характеризующиеся различным уровнем адаптированности и приспособленности к новым реалиям, используют в своей жизни различные копинг-стратегии. Ситуацию, в которой они оказались, по праву можно назвать трудной жизненной ситуацией: люди были вынуждены сменить место жительства, работу, многие вынуждены были расстаться со своими родными и близкими людьми. Все эти факторы создают повышенные требования к адаптивным возможностям испытуемых. Вместе с тем, не все мигранты смогли вновь наладить свой быт, трудоустроиться и обзавестись жильем, что обусловлено многими факторами: внешние социально-экономические условия, политическая обстановка, индивидуально-психологические особенности личности и т. д. Одним из важных факторов, влияющих на адаптацию к окружающим реалиям, являются механизмы совладания в трудных ситуациях, копинг-стратегии. По результатам нашего исследования оказалось, что эффективная адаптация сопряжена с такими копинг-стратегиями, как проблемный анализ, сотрудничество, оптимизм, эмоциональная разрядка, придача смысла, религиозность. Все перечисленные копинг-стратегии являются адаптивными и относительно адаптивными. Это говорит о том, что они активизируют личность и обуславливают мотивацию

на достижение успеха. Для мигрантов с низким уровнем адаптированности оказались характерными такие копинг-стратегии, как агрессивность, подавление эмоций, игнорирование, смирение и конструктивная активность, значительная часть которых относятся к неадаптивным. Таким образом, результаты проведенного исследования показали, что копинг-стратегии являются важной составляющей процесса адаптации личности в трудной жизненной ситуации и могут выступать в качестве одной из опорных точек при работе с людьми, оказавшихся в подобных ситуациях. Вместе с тем, выбор копинг-стратегий неоднозначен и обусловлен рядом других факторов, в том числе, индивидуально-типологическими, характерологическими и другими особенностями, что нуждается в дополнительном исследовании.

Выводы

Адаптация такой категории населения, как беженцы и вынужденные переселенцы, имеет свои особенности. К таким особенностям можно отнести относительное облегчение от выхода из психотравмирующей ситуации и в то же время переживание негативного влияния непривычной среды, что в результате может приводить к депрессивным эпизодам и дезадаптации в целом. Среди большого количества факторов, влияющих на адаптацию данной категории и адаптированность как результат, можно выделить копинг-стратегии как механизм, позволяющий справиться с ситуацией.

В результате исследования было выявлено, что беженцы и вынужденные переселенцы с низким уровнем адаптированности характеризуются малоадаптивными и относительно адаптивными копинг-стратегиями, среди которых преобладают эмоциональные и поведенческие. Те беженцы и переселенцы, которые отличаются достаточно высокой адаптированностью, чаще используют адаптивные и относительно адаптивные копинг-стратегии, среди которых преобладают когнитивные. Независимо от уровня адаптированности, респонденты обеих групп выбирают сотрудничество и религиозность, однако используют их в качественно различных направлениях, что приводит к различному результату.

ЛИТЕРАТУРА

1. Василенко Е.В. Копинг-стратегии и отношение к миру лиц в добровольной эмиграции / Е.В. Василенко // Известия Саратовского университета. Новая серия. Серия Философия. Психология. Педагогика, 2018. — № 2. — 190–194.
2. Бритвина И.Б. Идентичность вынужденных мигрантов и россиян как фактор успешной адаптации переселенцев в нашей стране / И.Б. Бритвина // Дискурс — Пи, 2005. — № 3. — 39–42.
3. Бритвина И.Б. Типология жителей российского мегаполиса по отношению к иноэтничным мигрантам / И.Б. Бритвина, Е.Л. Могильчак // Мир России. Социология. Этнология, 2018. — № 1. — с. 114–134.
4. Авдеенко А.С. Социальная адаптация беженцев и вынужденных переселенцев к новой социальной среде / А.С. Авдеенко, Э.Ф. Ибрагимова, Е.В. Соболева. // Вестник Совета молодых ученых и специалистов Челябинской области, 2017. — № 2. — С. 46–48.

5. Масленникова Л.В. Порядок предоставления жилья для беженцев и вынужденных переселенцев / Л.В. Масленникова, А.С. Усенко // Политематический сетевой электронный научный журнал Кубанского государственного аграрного университета, 2016. — № 118. — С. 1–15.
6. Стегний В.Н. Проблемы адаптации беженцев из Украины в России / В.Н. Стегний, К.А. Антипов // Власть, 2015. — № 6. — С. 138–145.
7. Селье Г. Очерки об адапционном синдроме [Текст] Э.Г. Селье — М.: МЕДГИЗ, 1960. — 253 с.
8. Щербатых Ю.В. Психология стресса и методы коррекции [Текст] / Ю.В. Щербатых — СПб: Питер, 2006. — 256 с.
9. Шогенов Б.Ю. Влияние стресса на человека / Б.Ю. Шогенов, Д.Б. Кумахова // Экономика и социум, 2020. — С. 917–929.
10. Газиева М.В. Современные подходы к проблеме исследования стресса и стрессоустойчивости / М.В. Газиева // Мир науки, культуры, образования, 2018. — № 3. С. 348–350.
11. Цейликман В.Э. Психологические, нейробиологические и нейроэндокринологические особенности синдрома посттравматических стрессовых расстройств / В.Э. Цейликман, О.Б. Цейликман, И.В. Фекличева, Е.П. Масленникова // Психология. Психофизиология, 2018. — № 4. — С. 73–86.
12. Triandis H.C. Culture and Conflict / H.C. Triandis // International Journal of Psychology, 2000. — 35(2). — P. 148.
13. Подлесная М.А. Беженцы с юго-востока Украины: опыт социальной адаптации / М.А. Подлесная, Ю.И. Хомутова // теория и практика общественного развития, 2016. — № 8. — С. 29–36.
14. Крюкова Т.Л. Опросник способов совладания (адаптация методики WCQ) / Т.Л. Крюкова, Е.В. Куфтяк / Журнал практического психолога, 2007. — № 3. — С. 93–112.
15. Кольчик Е.Ю. Особенности копинг-стратегий лиц, находящихся в трудной жизненной ситуации, с различным восприятием временной перспективы / Е.Ю. Кольчик // Вестник Кемеровского государственного университета, 2022. — № 6. — С. 778–785.

Kolchik Elena Yur'evna

Crimean Engineering and Pedagogical University by Fevzi Yakubova, Simferopol, Russia

E-mail: egyptshore@yandex.ru

ORCID: <https://orcid.org/0000-0001-6116-6053>

Features of the refugees and internally displaced persons' copying behavior

Abstract. The article is devoted to the study of the features of copying strategies in the process of adaptation in refugees and internally displaced persons. The article considers the concept of adaptation as a whole, as well as in terms of its specifics with a forced change of residence. Such features of adaptation of refugees and migrants as euphoria from elimination of action of psycho-traumatic factor, negative impact of factors of foreign environment, depressive manifestations and adaptation as the final result are considered and analyzed. The author suggested that migrants with different adaptations are characterized by different strategies for coping with a difficult situation. An empirical study was conducted in which residents of Donbass took part, forced, in connection with the events of 2014, to migrate to the territory of the Russian Federation. The study involved 84 people: there are 43 women aged 23 to 39 and 41 men aged 23 to 41. During the study, the main criteria for adapting subjects to the new realities of life were the presence of permanent work and permanent residence. The study used: an author's questionnaire containing clarifying questions about the living conditions of respondents, as well as a methodology for diagnosing E. Hem's copying strategies. As a result of the study, it was found that refugees and internally displaced persons with low adaptations are characterized by low-adaptive and relatively adaptive copying strategies, among which emotional and behavioral are predominant. Those refugees and migrants who are quite adaptable are more likely to use adaptive and relatively adaptive copying strategies, among which cognitive ones prevail. All identified differences were confirmed statistically with the help of ϕ -criterium of Fisher angular transformation.

Keywords: adaptation; the result of adaptation; cognitive copying strategies; emotional copying strategies; behavioral copying strategies; refugees; internally displaced persons