МІНІСТЕРСТВО ОСВІТИ І НАУКИ УКРАЇНИ
ЗАПОРІЗЬКИЙ НАЦІОНАЛЬНИЙ УНІВЕРСИТЕТ

ФАКУЛЬТЕТ СОЦІАЛЬНОЇ ПЕДАГОГІКИ ТА ПСИХОЛОГІЇ
КАФЕДРА ПСИХОЛОГІЇ

КВАЛІФІКАЦІЙНА РОБОТА МАГІСТРА

на тему: **ВПЛИВ МІЖПОКОЛІННОЇ КОМУНІКАЦІЇ НА ПСИХОЕМОЦІЙНЙ СТАН РОДИНИ В УМОВАХ ВИМУШЕНОЇ МІГРАЦІЇ**

Виконала: студентка 2 курсу,
групи 8.0533-3-1
спеціальності 053– Психологія
Сисоєва Тетяна Олександрівна
Керівник: Железнякова Ю.В., к.психол. н.,
доцент кафедри психології
Рецензент: Залановська Л.І., к. психол. н.,
доцент кафедри психології

Запоріжжя – 2024

МІНІСТЕРСТВО ОСВІТИ І НАУКИ УКРАЇНИ
ЗАПОРІЗЬКИЙ НАЦІОНАЛЬНИЙ УНІВЕРСИТЕТ

Факультет соціальної педагогіки та психології
Кафедра психології
Рівень вищої освіти магістр
Спеціальність 053 Психологія
Освітня програма Психологія

ЗАТВЕРДЖУЮ

Завідувач кафедри _____

к.психол.н., доцент. Н.О. Губа

«____»_____2024 р.

З А В Д А Н Н Я

НА КВАЛІФІКАЦІЙНУ РОБОТУ СТУДЕНТЦІ

Сисоєвій Тетяні Олександрівні

Тема роботи: Вплив міжпоколінної комунікації на психоемоційний стан родини в умовах вимушеної міграції

керівник роботи: к.психол.н., доц. Железнякова Юлія Володимирівна

затверджені наказом ЗНУ від «24» 09 2024 року № 1446-с

2. Строк подання студентом роботи _____

3. Вихідні дані до роботи аналіз психолого-педагогічної літератури.

4. Зміст розрахунково-пояснювальної записки: здійснити теоретичний аналіз основних соціально-психологічних підходів до вивчення міжпоколінної комунікації та її впливу на психоемоційний стан в умовах вимушеної міграції; визначити ключові особливості та окреслити специфіку міжпоколінної комунікації в умовах стресових ситуацій та адаптації до нових умов; проаналізувати вплив міжпоколінної комунікації на психоемоційний стан родини в умовах вимушеної міграції; емпірично дослідити рівень впливу міжпоколінної комунікації на психоемоційний стан.

5. Перелік графічного матеріалу: 2 таблиці, 10 малюнків

6. Консультанти розділів роботи

Розділ	Прізвище, ініціали та посада консультанта	Підпис, дата	
		Завдання видав	Завдання прийняв
Вступ	Железнякова Ю.В., доцент		
Розділ 1	Железнякова Ю.В., доцент		
Розділ 2	Железнякова Ю.В., доцент		
Розділ 3	Железнякова Ю.В., доцент		
Висновки	Железнякова Ю.В., доцент		

7. Дата видачі завдання _____

КАЛЕНДАРНИЙ ПЛАН

№ з/п	Назва етапів кваліфікаційної роботи	Строк виконання етапів роботи	Примітка
1	Збір та систематизація матеріалу	січень –лютий 2024 р.	Виконано
2	Робота над вступом	березень 2024 р.	Виконано
3	Робота над першим розділом	квітень-травень 2024 р.	Виконано
4	Робота над другим розділом	липень 2024 р.	Виконано
5	Робота над третім розділом	червень -серпень 2024 р.	Виконано
6	Написання висновків	вересень 2024 р.	Виконано
7	Передзахист	жовтень 2024 р.	Виконано
8	Нормоконтроль	листопад 2024 р.	Виконано

Студент _____ Т. О. Сисоєва

Керівник роботи _____ Ю. В. Железнякова

Нормоконтроль пройдено

Нормоконтролер _____ О. М. Гредінарова

РЕФЕРАТ

Кваліфікаційна робота магістра: 104 сторінки, 10 малюнків, 2 таблиці, 53 джерел.

Об'єкт дослідження: міжпоколінна комунікація як психологічний феномен.

Предмет дослідження: вплив міжпоколінної комунікації на психоемоційний стан родин в умовах вимушеної міграції

Мета дослідження: вивчення взаємозв'язків між комунікацією різних поколінь та психоемоційним станом членів родин, які перебувають в умовах вимушеної міграції.

Гіпотеза дослідження: ефективна міжпоколінна комунікація позитивно впливає на психоемоційний стан родин в умовах вимушеної міграції, сприяючи адаптації та зниженню рівня стресу у членів родини різних вікових груп.

Методи дослідження: теоретичні: теоретичний аналіз та синтез сучасного стану проблеми; класифікація та систематизація наукової літератури та джерел з проблеми дослідження, порівняння й узагальнення даних дослідження; емпіричні: опитування, інтерв'ю, анкетування, тестування за психодіагностичними методиками.

Наукова новизна дослідження полягає в комплексному аналізі впливу міжпоколінної комунікації на психоемоційний стан родин в умовах вимушеної міграції, а також виявлення специфічних механізмів підтримки між поколіннями у складних соціальних умовах. Результати дослідження можуть бути використані у розробці соціальних і психологічних програм для підтримки психоемоційного стану родин мігрантів і сприяння їхній адаптації через міжпоколінну комунікацію.

МІЖПОКОЛІННА КОМУНІКАЦІЯ, ВИМУШЕНА МІГРАЦІЯ, ПСИХОЛОГІЧНА АДАПТАЦІЯ, ДІАЛОГ ПОКОЛІНЬ, СІМЕЙНІ ВІДНОСИНИ, ПІДТРИМКА, ПСИХОЕМОЦІЙНИЙ СТАН

SUMMARY

Sysoieva Tetiana Oleksandrivna. The Influence of Intergenerational Communication on the Psycho-Emotional State of the Family Under Conditions of Forced Migration.

Object of the study: communication between generations in families experiencing forced migration. Subject of the study: The psycho-emotional state of family members and its dependence on the quality of intergenerational communication under conditions of forced migration.

Aim of the study: to examine the relationships between intergenerational communication and the psycho-emotional state of family members in conditions of forced migration.

Hypothesis of the study: effective intergenerational communication positively influences the psycho-emotional state of families during forced migration, facilitating adaptation and reducing stress levels among family members of different age groups.

Methods of the study: theoretical: Theoretical analysis and synthesis of the current state of the issue; classification and systematization of scientific literature and sources on the research problem; comparison and generalization of research data. Empirical: Surveys, interviews, questionnaires, and testing using psychodiagnostic methodologies.

The scientific novelty of the research lies in the comprehensive analysis of the impact of intergenerational communication on the psycho-emotional state of families during forced migration, as well as the identification of specific mechanisms of intergenerational support in challenging social conditions. The research findings can be utilized in the development of social and psychological programs to support the psycho-emotional well-being of migrant families and facilitate their adaptation through intergenerational communication.

INTERGENERATIONAL COMMUNICATION, FORCED MIGRATION PSYCHOLOGICAL ADAPTATION, DIALOGUE OF GENERATIONS, FAMILY RELATIONS, SUPPORT, PSYCHO-EMOTIONAL STATE.

ЗМІСТ

ВСТУП 7
РОЗДІЛ 1. ТЕОРЕТИЧНІ ОСНОВИ ВИВЧЕННЯ МІЖПОКОЛІННОЇ КОМУНІКАЦІЇ..... 15
1.1. Теоретичні основи та наукові підходи до вивчення міжпоколінної комунікації 15
1.2. Соціокультурний контекст міжпоколінної комунікації..... 24
1.3. Психологічні аспекти міжпоколінної взаємодії..... 27
РОЗДІЛ 2. ТЕОРЕТИЧНІ АСПЕКТИ МІЖПОКОЛІННОЇ КОМУНІКАЦІЇ В УМОВАХ ВИМУШЕНОЇ МІГРАЦІЇ..... 33
2.1. Міграція та вимушена міграція: адаптаційні виклики. 33
2.2. Психоемоційний стан родин в умовах вимушеної міграції..... 42
2.3. Особливості міжпоколінної комунікації в умовах вимушеної міграції: бар'єри та ресурси..... 53
РОЗДІЛ 3. ЕМПІРИЧНЕ ДОСЛІДЖЕННЯ ВПЛИВУ МІЖПОКОЛІННОЇ КОМУНІКАЦІЇ НА ПСИХОЛОГІЧНИЙ СТАН РОДИН В УМОВАХ ВИМУШЕНОЇ МІГРАЦІЇ 62
3.1. Організація та методичне забезпечення дослідження..... 62
3.2. Аналіз отриманих результатів щодо впливу міжпоколінної комунікації на психоемоційний стан 74
ВИСНОВКИ..... 96
СПИСОК ВИКОРИСТАНИХ ДЖЕРЕЛ 99
ДОДАТКИ..... 105

ВСТУП

Актуальність дослідження. Питання міграції є надзвичайно актуальним не тільки для окремих країн чи регіонів, а й для всього світу. За останні десятиліття кількість людей, які обирають шлях міграції, постійно зростає. Раніше основними причинами були економічні, але тепер все частіше до цього призводять і політичні обставини. Окрім трудової міграції, помітно збільшилася кількість вимушених мігрантів. У сучасному світі проблема міграції стає все більш актуальною та важливою для багатьох сімей.

Міграція загалом супроводжується складними викликами та стресовими факторами, такими як адаптація до нової культури, мовні бар’єри, переживання щодо легального статусу або випадки дискримінації. Проте науковці все частіше підкреслюють, що реакція мігрантів на ці виклики може суттєво відрізнятися в залежності від того, чи є їхня міграція вимушеною чи добровільною. Вимушена міграція, спричинена політичними, економічними або соціальними кризами, нерідко стає причиною розриву родинних зв'язків та викликає серйозний стрес для всіх членів сім'ї. Тому дослідники закликають розглядати біженців як окрему категорію мігрантів та адаптувати існуючі теоретичні моделі під специфіку вимушеної міграції.

З моменту проголошення незалежності України і до весни 2014 року внутрішня міграція в Україні здебільшого мала характер переміщення людей із сільської місцевості до міст або з окремих регіонів до столиці. Зовнішня міграція при цьому найчастіше була трудовою, зумовленою пошуком кращих можливостей для заробітку за кордоном. Однак із 2014 року рівень міграції різко зріс через анексію Криму та військово-політичний конфлікт на сході України, що призвело до масштабної хвилі вимушених переселенців. Унаслідок цих подій великі групи населення були змушені покидати свої домівки, що суттєво змінило соціальний ландшафт країни та призвело до нових викликів як для самих мігрантів, так і для держав, які їх приймають та

розміщують.

У 2022 році показники міграції зросли ще більше: повномасштабне вторгнення спричинило значне збільшення кількості українців, які були змушені залишити свої домівки в пошуках безпеки, як всередині країни, так і за її межами. Це стало серйозним викликом не лише для України, а й для багатьох інших країн, які опинилися перед необхідністю приймати велику кількість вимушених мігрантів та забезпечувати їх базові потреби. За даними Міжнародної організації з міграції ООН, лише в перші шість місяців 2022 року 11,4 мільйона українців залишили свої домівки. Ця ситуація стала одним із найбільших міграційних викликів у Європі за останні десятиліття, що вимагає зусиль від міжнародної спільноти для підтримки переміщених осіб та стабілізації їхнього соціального та економічного становища. Вимушений переїзд посилив навантаження на психічне здоров'я родин та погіршив адаптаційні процеси.

За оцінками Міжнародної організації з міграції ООН на серпень 2024 року фактична чисельність внутрішньо переміщених осіб в Україні склала 3 669 000 осіб. Повернулися до свого звичного місця проживання 4 396 000 внутрішньо переміщених осіб. За даними українського уряду станом на кінець липня 2024 року, загалом за кордоном перебуває 7,5 мільйона українців, які виїхали за кордон після 22 лютого 2022 року. За спостереженнями спеціалістів число вимушених мігрантів знижується, що підтверджують данні МЗС України.

Вимушені переселенці та вимушені мігранти стикаються з необхідністю швидкої адаптації до нових умов, що вимагає реалізації нових стратегій виживання. Існує два критичні аспекти цієї адаптації: перший – раптовість змін, яка ускладнює процес пристосування до військових дій, і другий – загроза життю, здоров'ю та базовим потребам людини, що значно підвищує рівень стресу.

Для багатьох українських сімей вимушена міграція стала серйозним викликом, що призвело до розриву соціальних зв'язків та появи психоемоційних проблем, таких як посттравматичний стрес, тривожність і депресія. Особливо вразливими є жінки, діти та літні люди, які часто шукають тимчасовий захист за кордоном. На 31 липня 2024 року українці становили 98,3% осіб із тимчасовим захистом у країнах ЄС, де жінки складають 45,3%, діти — 32,4%, а чоловіки — 22,3%.

Проблеми міграції є одними з найбільш актуальних у світі: дослідження свідчать, що кількість мігрантів у різних країнах щороку зростає. Експерти, які займаються вивченням міграційних процесів, відзначають чимало труднощів і підкреслюють відсутність єдиного розуміння самої суті міграції, а також узгоджених методологічних підходів до її дослідження. Особливості міграції здебільшого аналізуються крізь призму психологічної адаптації мігрантів до нового культурного середовища, розуміючи адаптацію як процес змін психологічних характеристик особистості, що відображається у трансформації її ціннісних орієнтацій.

Проблема міграції здавна викликала інтерес у багатьох науковців. Фахівці тривалий час вивчають питання соціальної та психологічної адаптації мігрантів. Зокрема, вітчизняні та зарубіжні психологи, такі як Є.Тартаковський, Н.Могильова, Л. Гуменюк, В. Кердивар , А. Бреус, Я. Юрків та Д.Луканов, Л. Бернарді та І. Каспарова, зосереджують увагу на впливі міграції на психічний стан мігрантів і досліджують ефективні стратегії соціальної підтримки. Так, зарубіжними вченими було досить ґрунтовно досліджено проблему вимушеної імміграції, і розроблено практичні підходи до вирішення цієї проблеми (Дж. Грегорі, Д. Кокс, М. Павара). Дослідженням проблеми регулювання вимушеної міграції займалися С. Касл, Е. Шоенхольц, П. Фаген. Окремі аспекти вимушеної міграції висвітлені у працях сучасних українських вчених: І. Войналович, М. Кримова, Л. Щетініна. Наукові дослідження, у яких розглядаються психологічні наслідки трансформації способу життя, пов’язаного з міграцією

здебільшого також присвячені питанням акультурації, проблемам соціокультурного шоку та його подолання. Фахівці в галузі психології міграції спираються у свої розробках на соціокультурний підхід. Дослідники І. Галецька, В. Гриценко, Л. Ключникова, Л. Балабанова та інші, зосереджуються на питаннях психологічної адаптації. Л. Бернарді та І. Каспарова зосереджуються на дослідженні міжпоколінної комунікації в контексті міграції. Вони акцентують увагу на тому, як взаємодія поколінь може допомогти родинам мігрантів краще адаптуватися. Попри значний інтерес до цієї теми, дослідження групової психологічної допомоги мігрантам у процесі адаптації до нового соціокультурного середовища та дослідження впливу міжпоколінної комунікації залишаються недостатньо висвітленим у вітчизняній літературі.

Особливої актуальності набуває вивчення психологічного стану мігрантів та можливостей його покращення, вивчення впливу на психологічний стан взаємодії різних поколінь. У контексті нашого дослідження ми спрямовуємо свою увагу на аналіз психологічного стану членів родин, які покинули Україну у зв'язку з воєнним конфліктом та знайшли притулок у різних країнах Європи. Одним із ключових елементів цього питання є міжпоколінна комунікація.

Актуальність дослідження впливу міжпоколінної комунікації на психоемоційний стан родини в умовах вимушеної міграції зумовлена зростанням масштабів міграційних процесів, що торкнулися багатьох українських родин, а сам процес вимушеного переселення є масштабним та тривалим явищем, яке поділяє життя людини на етапи "до" та "після" міграції. Саме тому важливо вивчити, який період вплинув на людину найінтенсивніше. Вимушена міграція створює додатковий тиск на родинні стосунки, адже вона часто супроводжується розривом звичних соціальних зв’язків, інтеграційними викликами в новому середовищі та переживанням травматичних подій. У таких умовах міжпоколінна комунікація відіграє ключову роль, забезпечуючи емоційну підтримку, передачу життєвого

досвіду та збереження сімейних цінностей, що сприяє адаптації до нових обставин.

Дослідження міжпоколінної комунікації в контексті вимушеної міграції є важливим через специфіку психологічних і соціальних процесів, що виникають в родині. Старше покоління часто має досвід подолання кризових ситуацій, який може бути корисним молодшим членам сім'ї, водночас молодші покоління підтримують старших у технологічних і культурних адаптаціях. Така комунікація здатна знижувати рівень тривожності та депресії, підтримувати відчуття єдності в родині, проте, коли її бракує, навпаки — можуть загострюватися конфлікти, відчуття ізольованості та емоційна напруга. Таким чином, аналіз того, як міжпоколінна комунікація впливає на психоемоційний стан родин, особливо у складних умовах вимушеної міграції, має значення не тільки для розуміння процесів внутрішньої адаптації родин, але й для розробки соціально-психологічних рекомендацій, які можуть стати основою для подальшої роботи з сім'ями мігрантів.

Об'єкт дослідження: міжпоколінна комунікація як психологічний феномен.

Предмет дослідження: вплив міжпоколінної комунікації на психоемоційний стан родин в умовах вимушеної міграції

Головною метою дослідження є визначити, як міжпоколінна комунікація впливає на психоемоційний стан родин у ситуації вимушеної міграції, а також виявити специфічні чинники, які сприяють чи заважають збереженню позитивних сімейних зв'язків у нових умовах. Важливо комплексно підійти до дослідження впливу міжпоколінної комунікації на психоемоційне благополуччя родини та розробити рекомендації для підтримки сімей у кризових умовах.

Гіпотеза дослідження: Ефективна міжпоколінна комунікація позитивно впливає на психоемоційний стан родин в умовах вимушеної міграції, сприяючи адаптації та зниженню рівня стресу у членів родини різних вікових

груп.

Завдання дослідження:

- Уточнити зміст основних понять: «міжпоколінна комунікація», «психоемоційний стан», «вимушена міграція».

- Провести теоретичний аналіз поняття міжпоколінної комунікації, її ролі у родинних відносинах та впливу на психоемоційний стан членів родини.

- Визначте особливості міжпоколінної комунікації в умовах вимушеної міграції.

- Дослідити психологічні фактори, що впливають на процес адаптації різних поколінь у родині в умовах нових соціокультурних умов.

- Проаналізувати наукові дослідження, присвячені впливу міжпоколінної комунікації на психоемоційний стан родини під час міграції.

- Провести емпіричне дослідження для визначення рівня тривожності, стресу та адаптації в родинах, які зазнали вимушеної міграції.

- Оцінити вплив міжпоколінної комунікації на психоемоційний стан різних поколінь, зокрема, на рівень підтримки, адаптації та емоційної стабільності.

- Розробити практичні рекомендації для покращення комунікації між різними поколіннями для підтримки психоемоційного стану членів родин, які виявилися в умовах вимушеної міграції.

Методи дослідження. Серед теоретичних методів дослідження можна виділити:

- Аналіз наукової літератури для вивчення існуючих досліджень щодо міжпоколінної комунікації, адаптації родин та психоемоційного стану членів сім’ї в умовах міграції.

- Узагальнення та систематизація для об’єднання різноманітних підходів і висновків щодо ролі комунікації між поколіннями у забезпеченні емоційного благополуччя родин у вимушеній міграції.

Для перевірки гіпотези були використані наступні емпіричні методи:

- Анкетування для збору кількісних даних щодо особливостей комунікації між поколіннями та психоемоційного стану членів родин.

- Інтерв'ювання для глибшого розуміння особистого досвіду учасників та їхніх поглядів на комунікацію в умовах нових соціально-культурних умов.

- Спостереження для отримання інформації про невербальні аспекти взаємодії між людьми різних поколінь в умовах вимушеної міграції.

- Психологічне тестування для оцінки рівня тривожності та інших психоемоційних показників членів родин, що переживають вимушену міграцію.

Практична значущість дослідження полягає у можливості застосування його результатів для покращення психоемоційного стану родини, які відзначили вимушену міграцію, шляхом розвитку ефективної міжпоколінної комунікації. Результати дослідження можуть бути використані у визначенні та створенні рекомендацій для психологів, соціальних працівників та інших спеціалістів щодо покращення міжпоколінної комунікації у сім’ях вимушених мігрантів. Використання розроблених рекомендацій дозволить зміцнити емоційні зв’язки між поколіннями, полегшити адаптацію родин у новому середовищі та знизити рівень стресу та тривожності у їхніх членів.

Зібрані дані також можуть стати основою для створення програм, спрямованих на психоемоційну підтримку родин, що полегшить соціальну інтеграцію та допоможе зберегти психічне здоров’я членів сім’ї, особливо дітей та людей похилого віку, під час адаптації в умовах вимушеної міграції.

Наукова новизна дослідження полягає в комплексному аналізі впливу міжпоколінної комунікації на психоемоційний стан родин, що перебувають у стані вимушеної міграції, а також виявленні специфічних механізмів підтримки між поколіннями у складних соціальних умовах. Відсутність досліджень, що детально розкривають цю тему в умовах міграційної кризи, робить цю роботу актуальною.

Незважаючи на велику, здавалося б, кількість літератури з проблем поколінь і комунікації, не існує спеціальних робіт, присвячених з'ясуванню сутності міжпоколінної комунікації, аналізу її ролі в історичному процесі, впливу на психоемоційний стан, розгляду тих явищ, які ускладнюють або повністю блокують процес її здійснення.

Зокрема, дослідження надасть нову інформацію(знання) щодо

- Ролі міжпоколінної комунікації як чинника, що впливає на адаптацію та зниження стресу у різних вікових групах родин в умовах вимушеної міграції.

- Відмінностей у впливі міжпоколінної взаємодії на психоемоційний стан серед різних типів родин (наприклад, одиноких людей похилого віку, матерів з дітьми та складних родинних структур).

- Особливостей комунікаційних стратегій, які сприяють формуванню емоційної стійкості та підтримки родини в умовах адаптації до нових обставин.

Структура кваліфікаційної роботи включає в себе вступ, три розділи, висновки, додатки та список використаних джерел. У роботі представлено 2 таблиці та 10 рисунків. Список використаних джерел налічує 53 найменувань. Загальний обсяг кваліфікаційної роботи складає 119 сторінок, з яких 98 становлять основний текст.

РОЗДІЛ 1.
ТЕОРЕТИЧНІ ОСНОВИ ВИВЧЕННЯ МІЖПОКОЛІННОЇ КОМУНІКАЦІЇ

1.1. Теоретичні основи та наукові підходи до вивчення міжпоколінної комунікації

Міжпоколінна взаємодія - це взаємодія між різними поколіннями у межах однієї родини чи спільноти. Вона включає в себе комунікацію, спільні дії, обмін досвідом, передачу цінностей та традицій від старших поколінь до молодших.

Мультидисциплінарність досліджень вивчення взаємовідносин поколінь та поширеність поняття «покоління» викликає складність розуміння його сутності. Кожна з конкретних наук інтерпретує його виходячи зі свого проблемного поля, при цьому важливе місце в процесі вивчення міжпоколінних взаємин належить соціології та психології, прерогативою яких є вивчення особливостей покоління (визначення статусу і ролі людей різного віку в процесі взаємодії), критеріїв виокремлення поколінь у структурі конкретного суспільства, адаптації кожного нового покоління в соціокультурному та інформаційному просторі.

Згідно з дослідженнями Г. Осипова, поняття "покоління" охоплює групу людей близького віку, чия соціальна, ідейна та політична орієнтація формується під впливом специфіки історичного періоду, в якому вони живуть [33, 247]. Соціологічний підхід визначає покоління як соціальну спільноту, що охоплює осіб у певних вікових межах, які зазнали схожих умов соціалізації, мають спільні потреби, ціннісні орієнтації та життєві пріоритети.

Першим, хто розглянув покоління не лише в межах сімейних відносин, але й як соціальний феномен, був О. Конт. Він запропонував концепцію природного взаємозв’язку міжпоколінної динаміки та темпів соціального

прогресу, вказуючи на те, що еволюція суспільства значною мірою залежить від характеру взаємодії поколінь [33, 4]. Він висунув ідею про природний взаємозв’язок міжпоколінної динаміки і темпів соціального прогресу. Його послідовники також не оминали увагою генераційні проблеми. Огюст Конт у своєму «Курсі позитивної філософії» сформулював гіпотезу, згідно з якою темп суспільних змін залежить від швидкості ротації поколінь. Цей підхід підкреслює, що різні покоління — від молоді до старших людей — мають свої унікальні цінності, орієнтації та досвід, які взаємодіють у контексті суспільних та сімейних змін.

Найбільш повним та всеосяжним визначенням поняття "покоління" є підхід, який розглядає його як об'єктивно сформовану соціально-демографічну та культурно-історичну спільноту людей. Це група, об'єднана віковими межами, а також спільними умовами формування та життєдіяльності у конкретний історичний період.

Психологічний підхід до визначення поняття "покоління" фокусується на впливі психологічних факторів на формування групи людей, які мають спільний досвід і подібні психологічні характеристики, сформовані в певний період часу. З психологічної точки зору, покоління можна змінити як групу людей, що пережили спільні соціальні, економічні та культурні умови в певний період часу, що вплинуло на їхній психічний стан, стосунки та поведінку.

Науковці та дослідники психологічного підходу вважають, що покоління збільшилося не тільки віковими межами, але й спільним психологічним досвідом, спільними життєвими ситуаціями, емоційними реакціями на події та зміни в суспільстві. Психологічні характеристики поколінь включають колективну ідентичність, спільний досвід стресових ситуацій, адаптацію до змін, стосунки між поколіннями, а також типові психоемоційні реакції, які можуть формуватися під впливом історичних подій та соціокультурних трансформацій.

Один із ключових аспектів психологічного підходу до поняття "покоління" є те, як колективний досвід конкретного покоління впливає на його психічне здоров'я, мотив, цінність та установку. У цьому контексті науковці, такий як Е. Еріксон [14]., розглядали покоління як етапи в розвитку особистості, де кожен етап (наприклад, дитинство, юність, зрілість) формує психологічну структуру, яка буде визначати соціальні та емоційні реакції індивідуумів.

Дослідження психологічних аспектів покоління дозволяє глибше зрозуміти, як зовнішні характеристики (характеристики, політичні чи економічні зміни) впливають на формування психіки людей, що належать до певного покоління, і як ці впливи відображаються в їхній соціальній поведінці, установах та міжпоколінній взаємодії. Покоління слід розглядати як багатовимірне явище, що об’єднує людей не лише за віковими рамками, але й за їхньою спільною соціальною та культурною ідентичністю, яка формується в умовах конкретної історичної епохи. Таким чином, різні покоління мають спільні риси, обумовлені історичною епохою, але водночас зберігають унікальність своїх поглядів, потреб і цінностей, що впливають на їх взаємодію як у родині, так і в суспільстві.

Взаємодія між різними поколіннями є ключовим елементом стабільності та розвитку сімейного середовища. Вона охоплює взаємодію між дітьми, батьками, бабусями і дідусями та іншими членами родини чи спільноти різних вікових категорій. Ця взаємодія може відбуватися на різних рівнях, від щоденних обговорень до спільних родинних подій та ритуалів. Вона відіграє важливу роль у формуванні особистості, соціалізації, передачі культурної спадщини та підтримці членів родини у різних життєвих ситуаціях.

Міжпоколінна комунікація є багатовимірним явищем, яке розглядається з позицій кількох наукових підходів і теорій. Вивчення цієї сфери дозволяє зрозуміти, як здійснюється передача цінностей, норм, досвіду та психологічної підтримки в межах родини та ширшого соціального

середовища. Цей феномен досліджують у контексті соціології, психології, антропології та культурології, враховуючи його важливість для збереження і трансформації культурного та соціального спадку.

Наукові дослідження міжпоколінної комунікації стали об'єктом уваги багатьох психологів, соціологів і педагогів, які вивчали вплив спілкування між поколіннями на особистісний розвиток, формування цінностей та соціалізацію.

Ще на початку ХХ століття Зігмунд Фройд (1856–1939) досліджував вплив сімейних взаємовідносин, зокрема між поколіннями, на формування особистості. [22]. У своїх роботах він акцентував увагу на несвідомих конфліктах між батьками та дітьми, які виявилися через різницю в життєвому досвіді, культурних установах та очікуваннях. Його теорія відкрила нові підходи до аналізу родинної динаміки, включаючи несвідомі процеси, конфлікти та їх вплив на поведінку індивіда.

Фройд стверджував, що сімейні стосунки, зокрема між батьками та дітьми, часто є джерелом несвідомих конфліктів. Ці конфлікти забезпечують різницю в досвіді, цінностях та очікуваннях між поколіннями. Наприклад, Едипів комплекс, один із центральних концептів психоаналізу, ілюструє напруження між сином і батьком, а також між дитиною і матір'ю, як джерело формування ідентичності та внутрішніх психологічних конфліктів.

В своїх працях Фройд стверджував, що досвід батьків та їхніх попередників може вплинути на психіку дитини через поведінку, емоційну атмосферу в сім'ї та несвідоме передування травми. Ця ідея була розвинута його послідовниками, такими як Карл Густав Юнг та Мелані Кляйн, які досліджували, як сімейні історії впливають на сучасне переживання [22].

На думку Фройда, ранні взаємини дитини з батьками формують базові психологічні структури, такі як Его, Супер-Его та Ід. Супер-Его – це система норм, цінностей, канонів, правил, інакше кажучи – совість людини та її моральний облік. Супер-Его формується при взаємодії дитини зі значимими фігурами, в першу чергу, з батьками. Его відповідає за безпосередній контакт

із зовнішнім світом, це доросла частина особистості, це сприйняття, мислення, навчання. Ід – це наші потяги, інстинкти, вроджені та неусвідомлені схильності, це безмежне позасвідоме та наша дитяча частинка. Фройд підкреслював, що характер спілкування та очікування батьків суттєва впливають на розвиток дитини, її сприйняття світу та себе.

Дослідник зазначив, що кожне покоління знаходиться під впливом соціокультурного контексту, який може посилювати конфлікти між старшими та молодшими поколіннями. Зіткнення індивідуальних прагнень із колективними нормами часто стає джерелом напруження, яке передається в рамках міжпоколінного спілкування.

Фройд підкреслював, що багато аспектів міжпоколінної комунікації — як словесні, так і невербальні — можуть бути засобами передачі як свідомого, так і несвідомого досвіду. Він поважав, що ефективна комунікація між поколіннями може допомогти подолати конфлікти та сприяти формуванню здорової ідентичності. Водночас недостатнє чи токсичне спілкування може стати джерелом психічних розладів.

Хоча сам Фройд не зосереджувався на міжполінній комунікації як окремій темі, його праці створили основу для сучасних досліджень у цій сфері, як сфера роботи Еріка Еріксона (кризові етапи розвитку особистості) та Джона Болбі (теорія прив'язаності).

Ерік Еріксон досліджував взаємодію між різними поколіннями в контексті своєї теорії психосоціального розвитку, зокрема в рамках концепції "психосоціальних етапів розвитку". У своїх роботах, особливо в книзі "Дитинство і суспільство" (1950), Еріксон описує розвиток особистості через кілька етапів, кожен з яких певними психосоціальними кризами. Згідно з цією теорією, кожен етап розвитку (від дитинства до зла) має конкретні завдання, рішення яких неможливо від підтримки та взаємодії з іншими людьми, включаючи різні покоління в родині, спільноті чи суспільстві [14].

Ключові аспекти концепції Еріксона щодо взаємодії поколінь:

- Інтеракція поколінь та передача досвіду: Еріксон писав, що кожен етап розвитку особистості через певні соціальні виклики має свою психологічну кризу, яку можна подолати через підтримку з боку старших поколінь [15]. Міжпоколінна взаємодія, зокрема, між батьками та дітьми, є чинником у вирішенні цих криз. Крім того, роль батьків, вихователів та старших членів родини є критично важливою для формування і розвитку здорової ідентичності молодших поколінь.

- Психосоціальна ідентичність та кризова ідентичність: Один із знайдених етапів є підлітковим, коли індивід шукає свою ідентичність. Це часто відбувається в контексті взаємодії з поколінням батьків та іншими соціальними групами. Батьки та старше покоління мають велику роль у передачі цінностей, які можуть або сприяти, або ускладнювати цей процес.

- Етапи розвитку та їх вплив на міжпоколінної відносини: наприклад, у зрілому віці (у період «генеративності» за Еріксоном), старше покоління бере на себе роль підтримки та навчання, що знову-таки підвищує важливість міжпоколінної взаємодії. Це період, коли індивідууми передають свої знання і досвід молодшому поколінню.

Таким чином, Еріксон досліджував взаємодію між поколіннями в контексті своєї теорії психосоціального розвитку, підкреслюючи, як кожен етап життя (від дитинства до старості) зумовлює взаємодію між індивідами та його соціальним оточенням, а також важливість міжпоколінної підтримки в процесах адаптації до нових ролей і соціальних умов.

Різні психологи та дослідники з усього світу працюють над темою міжпоколінної комунікації, акцентуючи увагу на її впливі на сімейну динаміку, розвиток особистості та соціальні взаємини.

Американський психіатр Мюррей Боуен (Murray Bowen), відомий своїм системним підходом до сімейної терапії, включаючи концепцію "диференціації себе"[46]. Він вивчав, як взаємодія поколінь у сім'ї впливає на емоційний стан її членів та стійкість родини до стресових ситуацій. Його

теорія сімейних систем розуміє, як сімейна динаміка формується через міжпоколінні зв'язки. Дослідження Мюррей Боуен зосереджено на ролях, емоційних моделях і впливах поколінь у родинах. Його книги, такі як «Сімейна терапія в клінічній практиці» (1978), є наріжними текстами для розуміння того, як сімейні стосунки розвиваються та адаптуються через покоління [45].

Послідовник Мюррея Боуена дослідник Майкл Е. Керр розвинув і застосував теорії Боуена в своєму дослідженні. Разом вони написали книгу Family Evaluation: An Approach Based on Bowen Theory (1988), яка пояснює, як моделі поколінь впливають на емоційне функціонування сім'ї.

Сучасний дослідник Роберта М. Гілберт, який розширив роботу Боуена, зосереджується на міжособистісних стосунках і тому, як розуміння сімейних систем може покращити спілкування між поколіннями. Її книга «Надзвичайні стосунки » пропонує ідеї щодо ефективного управління цією динамікою.

Дослідники Карен Фішер та Джон Нуссбаум (Karen Fisher & John Nussbaum) зосередилися на соціоемоційному аспекті комунікації між поколіннями, застосовуючи теорію соціоемоційної селективності (Socioemotional Selectivity Theory) [48]. Вони показали, що старші члени родини часто пріоритетизують нервово-значущі розмови, що сприяють підтримці сімейної згуртованості та емоційної стабільності. Їхня робота у сфері комунікації вивчала міжпоколінні взаємини, особливо в контексті старіння та соціальних відносин. Нуссбаум і його колеги застосували цю теоретичну основу для розуміння спілкування протягом усього життя, визнаючи, що спілкування за своєю суттю є феноменом розвитку. Вони визначають комунікацію протягом усього життя як «цікавість у тому, як виглядає процес комунікації, що розвивається, де розвивається процес комунікації та чому він розвивається, і як процес комунікації можна змінити, щоб створити оптимальний контекст для життя»

У межах своєї теорії соціального капіталу П'єр Бурдьє (1980-1990-ті роки) акцентував увагу на передачі знань, культурних норм і традицій через покоління [39]. Він вивчав, як міжпоколійна комунікація формує соціальні позиції та закладає основи для успішної адаптації.

Теорія прихильності Боулбі підкреслює, як ранні сімейні стосунки та зв'язки між батьками та дітьми впливають на довгостроковий емоційний розвиток. Його робота є основою для розуміння динаміки між поколіннями та їхнього впливу на психологічне здоров'я.

Альберт Бандура також досліджував вплив взаємодії поколінь [50]. Його дослідження фокусується на тому, як люди вчяться через спостереження, моделювання, запам'ятовування та повторення поведінки інших, а не лише через прямий досвід.. Ця концепція має кілька ключових етапів: увага, запам'ятовування, відтворення поведінки та її підкріплення. Молодше покоління спостерігає за старшими членами родини чи іншими моделями в суспільстві, переймаючи їхні цінності, навички та зразки поведінки. Одним із найвідоміших експериментів Бандури є дослідження з "лялькою Бобо", яке показало, що діти можуть наслідувати агресивну або мирну поведінку дорослих залежно від того, що вони спостерігали.

Наукові дослідження міжпоколінної комунікації базуються на кількох основних концепціях:

- Системний підхід : Родина розглядається як цільна система, де кожен її член впливає на інших. Сімейна система функціонує як мережа, що передає цінності, традиції та культурні норми через покоління. Міжпоколінна комунікація виступає чинником системи підтримки функціонування, бо саме завдяки їй відбувається збереження сімейної ідентичності. Важливими дослідниками цієї концепції є Мюррей Боуен (засновник теорії системної сімейної терапії) [45], Роберта М. Гілберт і Майкл Е. Керр. В українському контексті сучасні дослідники цієї теми Олена Савчина та Тетяна Титаренко[38, 39], які вивчали питання кризи особистості в сімейних взаєминах та трансформації сімейної ідентичності в умовах суспільних змін.

- Теорія соціального навчання (А. Бандура) : У цьому підході акцент робиться на тому, що молодше покоління засвоює зразки поведінки та цінності старших через спостереження, дослідження та спільний досвід. Засновником є Альберт Бандура, а також Джуліан Роттер, який дослідив "локус контролю". В Україні ідеї соціального навчання адаптували Ольга Кікінежді [19] та Олександр Кузьмінський [12].

- Теорія культурного трансферу : Вивчає механізми передачі культурного і соціального капіталу через покоління. Передача культурного капіталу між поколіннями забезпечує формування колективного світогляду родини. Основний акцент — на процесі передачі культурної та соціальної ідентичності через виховання та міжособистісну взаємодію. Основоположниками є П’єр Бурдьє та Річард Шведер. Сучасні українські дослідники Любов Найдьонова та Олександр Шевченко [23] вивчали цей процес у контексті багатокультурних сімей та соціальної адаптації.

- Теорія прив'язаності: Стосунки між поколіннями базуються на емоційній прив’язаності, що закладається з раннього дитинства. Емоційний зв’язок між батьками та дітьми визначає якість міжпоколінної комунікації. Джон Боулбі є основоположником цієї концепції, яку розширили Мері Ейнсворт у своїх дослідженнях про прив’язаність дітей до батьків [15].

Ці теорії корисні для аналізу комунікації в сім’ях із багатьма поколіннями, між етнічними групами, а також у медичних і робочих колективах. Зокрема, прикладом є спілкування бабусь і дідусів з онуками або взаємодія працівників різного віку (Harwood, 2000; Soliz, Thorson, & Rittenour, 2009). Коли спілкуються представники різних поколінь, вони мають унікальні перспективи через різний історичний і життєвий досвід. Ці відмінності можуть викликати напругу, оскільки покоління мають різні потреби, цілі та мотивації. Наприклад, напруга може виникати через те, що одне покоління перебуває на стадії активного розвитку кар’єри, тоді як інше орієнтоване на передачу знань та цінностей. Цей феномен називають «розколами в розвитку»

Утім, міжпоколінна комунікація має величезний потенціал для створення синергії завдяки злиттю ідей, досвіду та голосів різних поколінь. Зокрема, Теорія комунікаційної акомодації (CAT) показує, як ми адаптуємо свою мову залежно від того, з ким взаємодіємо. Ця теорія базується на ідеї соціальної ідентичності, згідно з якою самосприйняття формується через приналежність до певних груп, таких як вікові чи культурні. Знання цих принципів допомагає зрозуміти, як культурні та вікові відмінності впливають на стиль спілкування, а також сприяє подоланню міжгрупових бар'єрів у сімейних і професійних відносинах [12].

Всі теорії та концепції корисні для аналізу комунікації в сім’ях із багатьма поколіннями, між етнічними групами, а також у межах робочих колективів. Зокрема, прикладом є спілкування бабусь і дідусів з онуками або взаємодія працівників різного віку Міжпоколінна комунікація є ключовим чинником у збереженні сімейних традицій, ідентичності та культурної спадщини. Кожна з цих теорій надає унікальну перспективу на те, як покоління взаємодіють і передають досвід одне одному. Усі теорії мають значення для розуміння не тільки сімейних відносин, а й ширших соціальних змін у суспільстві.

1.2. Соціокультурний контекст міжпоколінної комунікації

Соціокультурний контекст є визначальним чинником у формуванні міжпоколінної комунікації. Він охоплює сукупність суспільних норм, цінностей, традицій, які визначають, як покоління взаємодіють одне з одним. Міжпоколінна комунікація функціонує як засіб передання цих елементів через пряме спілкування, обмін досвідом і емоційну підтримку.

Унікальність соціокультурного контексту полягає в його здатності формувати спільний фундамент для взаємодії, але водночас створювати виклики через постійні зміни в суспільстві, такі як урбанізація, глобалізація чи технологічний прогрес. Тому вивчення його впливу на комунікацію між

поколіннями є ключем до розуміння динаміки сімейних зв’язків та адаптації до сучасного світу.

Соціокультурний контекст — це сукупність соціальних, культурних, історичних та економічних умов, які формують уявлення, цінності, поведінкові норми та моделі взаємодії людей. Він охоплює традиції, мову, релігію, історичний досвід, технології, а також впливи медіа та глобалізаційні тенденції. Цей контекст є основою для формування соціальних відносин, зокрема між поколіннями.

Основу для розвитку взаємовідносин між поколіннями формує соціокультурний контекст, оскільки він визначає базові цінності, норми, традиції, переконання, соціальні очікування і норми поведінки. Кожне покоління виростає в унікальних умовах, які впливають на його світогляд, і це, своєю чергою, відображається у способах спілкування, моделюванні ролей і формуванні сімейних зв’язків. Соціокультурний контекст впливає на моделі комунікації між поколіннями через:

- Історичний досвід поколінь: кожне покоління має унікальні цінності та установки, які формуються під впливом соціальних змін. Соціокультурні події, такі як війни, революції, економічні кризи або технологічні прориви, впливають на формування особистісних характеристик кожного покоління. Ці події залишають слід у психології поколінь, створюючи відмінності у цінностях, мотиваціях і пріоритетах. Різниця у світоглядах через історичний досвід може стати джерелом конфліктів або нерозуміння. Старше покоління може відчувати тривогу через відхилення молоді від традицій, тоді як молодші можуть відчувати тиск через потребу відповідати очікуванням старших.

- Культурну спадщину. Традиції та норми, що передаються між поколіннями, відіграють важливу роль у підтримці сімейної ідентичності. Ритуали та обряди слугують засобом укріплення емоційного зв’язку між поколіннями, а розповіді про сімейний досвід створюють спільний простір для розуміння та прийняття. Передача культурної спадщини може мати

терапевтичний вплив, оскільки створює у молодшого покоління відчуття приналежності та підтримки.

- Соціальні очікування: відмінності у вимогах і ролях, які суспільство покладає на різні вікові групи, формують специфіку їхнього спілкування. Старше покоління часто очікує поваги та визнання свого досвіду. Молодше покоління прагне до самовираження та нових форм комунікації, таких як цифрові платформи. Відмінності в очікуваннях можуть викликати тривогу та розчарування в обох сторін. Наприклад, старше покоління може відчувати втрату авторитету, а молодше — обмеження свободи. Водночас гармонізація очікувань може стати основою для довіри й емоційного зв'язку.

- Гендерні аспекти : У деяких культурах характер міжпоколінної комунікації залежить від гендерних ролей, які можуть впливати на те, як покоління взаємодіють у межах сімейної системи.

Важливу роль відіграють інформаційні зв'язки між поколіннями, сінхронінна та діахронна трансмісія, вертикальний та горизонтальний способи передачі соціального досвіду. Наявність та належне функціонування даного типу зв'язків забезпечує безперервність міжпоколінного спілкування та послідовність соціального розвитку. Соціокультурний контекст визначає:

- Зміст комунікації між поколіннями: теми, які обговорюються у родинах (культурні традиції, виховання, національні або регіональні цінності).

- Форми взаємодії: старше покоління часто передає знання через розповіді, ритуали, навчання через досвід, тоді як молодше покоління впроваджує нові форми комунікації через технології.

- Ціннісні орієнтації: через соціокультурний контекст передаються уявлення про роль сім'ї, значення освіти, праці та міжособистісних відносин.

Соціокультурний контекст формує основу для розвитку міжпоколінної комунікації, забезпечуючи як збереження спадкоємності, так і адаптацію до змінних умов сучасності. Він формує не лише зміст, але й психологічний фон міжпоколінної комунікації. Успішна взаємодія залежить від здатності

поколінь усвідомлювати вплив історичних, культурних і соціальних факторів, адаптуватися до змін і будувати відносини на основі взаємної поваги.

1.3. Психологічні аспекти міжпоколінної взаємодії

Міжпоколінна комунікація має важливе психологічне значення. Ця взаємодія впливає як на розвиток особистості, так і на формування соціальних зв'язків. Вона впливає на формування ідентичності, самоповаги, емоційної стабільності та забезпечує почуття приналежності до родини. Під час взаємодії різні покоління можуть обмінюватися поглядами на життя, що допомагає краще розуміти одне одного, знижувати конфлікти та підтримувати гармонію в родині. Крім того, міжпоколінна комунікація відіграє важливу роль у передачі культурних та соціальних норм. Старші покоління часто стають хранителями сімейних традицій, моральних принципів і життєвого досвіду, який передається молодшим поколінням. Це сприяє збереженню культурної спадщини та формуванню психологічної стійкості у складних життєвих умовах.

Міжпоколінна взаємодія є багатогранним явищем, яке охоплює різні аспекти розвитку особистості та сімейних стосунків. Психологічна підтримка, передача досвіду, вирішення конфліктів і збереження емоційної близькості є ключовими факторами, які забезпечують гармонію між поколіннями. До основних психологічних аспектів міжпоколінної комунікації включають:

- Формування ідентичності. Міжпоколінні зв'язки сприяють формуванню особистісної та соціальної ідентичності. Молодші покоління через спілкування з старшими засвоюють цінності, норми поведінки та культурні традиції, що впливають на їхнє самовизначення. Старші ж покоління підтверджують свою роль як носіїв сімейної історії та культурної спадщини [41].

- Емоційна підтримка. Взаємодія між поколіннями часто є джерелом емоційної підтримки. Для старшого покоління це можливість відчути свою значимість, а для молодшого – знайти підтримку в складних життєвих ситуаціях. Емоційна близькість сприяє формуванню довіри та взаємоповаги.

- Роль стереотипів і упереджень. Стереотипи щодо вікових груп можуть впливати на якість взаємодії. Наприклад, молодше покоління може сприймати старших як менш обізнаних із сучасними технологіями, а старші – вважати молодих недостатньо досвідченими. Подолання таких упереджень через комунікацію є важливим етапом налагодження міжпоколінних зв'язків.

- Конфлікти і способи їх вирішення. Через різницю у цінностях, цілях та життєвому досвіді між поколіннями можуть виникати конфлікти. Наприклад, старші можуть наполягати на традиціях, тоді як молодші прагнуть змін. Важливим є розвиток навичок активного слухання та взаєморозуміння для подолання таких розбіжностей [41].

- Передача життєвого досвіду. Старші покоління виконують роль наставників, передаючи життєвий досвід і знання молодшим. Це сприяє не тільки збереженню сімейних традицій, але й розвитку у молоді почуття відповідальності за спільну історію та культуру.

- Реалізація психологічних ролей. Для людей молодшого віку: Основною потребою є пошук підтримки, досвіду та визнання. Для людей старших: Важливою є реалізація ролі наставника і збереження своєї значущості у сімейному чи соціальному контексті.

- Психологічний вплив соціокультурного контексту. Культурні норми, релігія та соціальні зміни можуть впливати на моделі поведінки та комунікації між поколіннями. Наприклад, у традиційних культурах зв'язки між поколіннями є тіснішими, тоді як у сучасних суспільствах вони можуть послаблюватися через індивідуалізацію [12].

Спілкування між поколіннями є важливою складовою родинної системи та громадської, бо значно впливає на психологічний стан і добробут учасників, особливо в умовах кризових ситуацій. Міжпоколінна комунікація

має різні форми:

- Вербальна комунікація: Це розмови, розповіді про життєвий досвід, обговорення важливих подій та обмін знаннями. Вербальна комунікація дозволяє передати погляди та цінності у форматі діалогу, сприяючи формуванню ідентичності та самооцінки.

- Невербальна комунікація: Жести, міміка, обійми та інші невербальні сигнали відіграють ключову роль у підтримці психологічного зв'язку. У кризові моменти, наприклад під час вимушеної міграції, невербальна підтримка стає особливо цінною, допомагаючи подолати відчуття відчуження.

- Символічна комунікація: Спільні символи (сімейні реліквії, фотографії, традиції) передаються через покоління, символізуючи спадкоємність та належність до родинної культури.

- Спільна діяльність і ритуали: Сімейні свята, ритуали, спільні хобі або обряди допомагають зміцнювати зв'язок та створюють спільний емоційний досвід, який підтримує єдність родини.

Міжпоколінна взаємодія є важливим аспектом соціального та психологічного розвитку як окремих осіб, так і суспільства в цілому. Вона впливає на формування цінностей, моделей поведінки, а також на психоемоційний стан людей різного віку. Така взаємодія може мати як позитивний, так і негативний вплив, залежно від характеру стосунків між поколіннями, контексту спілкування та соціально-культурних умов, у яких вона відбувається.

Позитивний вплив міжпоколінної взаємодії:

- Емоційна підтримка та згуртованість: Спільна участь у сімейних справах і обговорення життєвих питань зміцнюють зв'язки між поколіннями. Старші члени сім'ї відчувають себе корисними, а молодші отримують емоційну підтримку та поради. Спільний досвід допомагає формувати почуття приналежності та стабільності, що позитивно впливає на психоемоційний стан усіх членів родини.

- Передача знань і досвіду: Старші покоління передають життєвий досвід і цінності, збагачуючи особистісний розвиток молодших. Це сприяє розвитку у молоді впевненості та почуття коріння.

- Формування довіри та взаємоповаги: Повага до старших і визнання їхніх заслуг створюють позитивну атмосферу в родині. Такі відносини допомагають знижувати рівень тривожності та сприяють емоційній стабільності.

Негативний вплив міжпоколінної взаємодії:

- Конфлікти через різницю у цінностях та цілях: Відмінності у поглядах на виховання, традиції чи соціальні ролі часто стають джерелом напруги. Наприклад, старші можуть наполягати на збереженні консервативних традицій, тоді як молодші прагнуть інновацій. Це може призводити до непорозумінь і зниження довіри.

- Психологічний тиск: Надмірна вимогливість старших до молодших або нав’язування певного стилю життя може викликати стрес та емоційне вигорання. Молодші покоління можуть відчувати тиск через очікування відповідати стандартам чи очікуванням старших.

- Ізоляція поколінь: Якщо відсутній емоційний контакт, це може спричинити ізоляцію окремих членів родини, особливо старших, які відчувають себе покинутими. У молодших це може викликати почуття провини чи байдужості.

Психологічний вплив міжпоколінної комунікації може значно відрізнятися залежно від вікової групи (таб. 1.1) та має взаємний вплив на всі залучені сторони. Вона допомагає старшому поколінню залишатися активними, зменшувати відчуття самотності та значущості втрати, тоді як молодші покоління отримують емоційну підтримку та корисні поради для розвитку. Водночас така взаємодія сприяє зміцненню сімейних або соціальних зв'язків і сприяє передачі культурних цінностей та традицій.

Таблиця 1.1

Порівняння психологічного впливу міжпоколінної комунікації

Вплив на старше покоління	Вплив на молодше покоління
Підтримка соціальної та когнітивної активності: Спілкування з молодшими поколіннями допомагає старшим людям залишатися соціально активними, підтримувати когнітивну активність та почуття значущості. Обмін знаннями та досвідом сприяє зміцненню їх самоповаги та зменшує почуття ізольованості.	Формування життєвих цінностей та моделей поведінки**: Молодші люди отримують важливі уроки життя від старших поколінь, які мають більше життєвого досвіду. Це сприяє формуванню позитивних моральних цінностей, навичок вирішення конфліктів і толерантності.
Зменшення відчуття самотності: Взаємодія зі своїми дітьми, онуками або молодшими незнайомими людьми допомагає старшому поколінню відчути свою приналежність до соціуму, що знижує рівень самотності та тривожності, які можуть виникати у зв'язку зі старінням і втратами соціальних контактів.	Емоційна підтримка та стабільність: Старше покоління надає емоційну підтримку, яку часто потребують молоді люди під час важких життєвих ситуацій, таких як адаптація до нових умов життя, зокрема в контексті вимушеної міграції.
Передача досвіду та спадщини: Старші люди відчувають психологічне задоволення, коли можуть передати свій життєвий досвід та традиції молодшим поколінням. Це забезпечує їм відчуття збереження своєї значущості та неперервності спадщини.	Моделі ідентифікації: Молодше покоління, яке взаємодіє з старшими, знаходить приклади для наслідування, що допомагає їм визначати свою власну ідентичність та місце в суспільстві.
Почуття контролю: Зростаючи в ролі наставника чи консультанта, старше покоління може відчувати контроль над життєвими подіями через вплив на молодших, що знижує рівень стресу.	Зміцнення психологічної стійкості: Міжпоколінна взаємодія допомагає молодшим людям відчувати підтримку з боку старших, що сприяє зміцненню їхньої психологічної стійкості перед стресовими ситуаціями.

Якісна комунікація між поколіннями допомагає знижувати рівень тривожності, депресії та стресу, сприяючи створенню позитивної емоційної атмосфери в сім'ї. Це також покращує психологічну стійкість, дозволяючи членам родини ефективніше справлятися зі складнощами та підтримувати один одного. Ефективна взаємодія між різними поколіннями характеризується:

- Взаємною підтримкою і повагою: Повага до життєвого досвіду старших та здатність прислухатися до потреб молодших членів родини формують довірчі стосунки між поколіннями, що сприяє єдності та взаєморозумінню.

- Емоційна відкритість та довіра: Здатність ділитися переживаннями й емоціями сприяє емоційному зближенню, допомагає уникнути ізоляції та підвищує рівень психологічної підтримки.

- Гнучкість та адаптивність: Міжпоколінна комунікація вимагає адаптації до різних стилів спілкування та вікових потреб. Наприклад, старші можуть передавати моральні цінності та культурні традиції, а молодші — нові соціальні навички та знання.

- Терпимість та розуміння: Існує природний розділ між поколіннями у поглядах і способах сприйняття світу. Ефективна комунікація вимагає готовності враховувати ці розбіжності, що допомагає уникати конфліктів і непорозумінь.

Негативна або недостатня комунікація між поколіннями може спричиняти почуття ізоляції та тривожність у дітей, які відчувають себе непочутими чи незрозумілими. У літніх людей це може викликати емоційне виснаження і самотність, оскільки вони втрачають можливість ділитися досвідом і отримувати підтримку від родини. Таким чином, міжпоколінна взаємодія може бути як джерелом гармонії, так і фактором стресу, залежно від якості комунікації та емоційної підтримки.

Особливо важливий цей аспект у контексті вимушеної міграції, коли різні покоління в родині стикаються з новими соціальними та культурними умовами. Міжпоколінна комунікація у таких обставинах допомагає подолати стрес, страх невідомості та полегшити процес адаптації до нової реальності.

РОЗДІЛ 2.
ТЕОРЕТИЧНІ АСПЕКТИ МІЖПОКОЛІННОЇ КОМУНІКАЦІЇ В УМОВАХ ВИМУШЕНОЇ МІГРАЦІЇ

2.1. Міграція та вимушена міграція: адаптаційні виклики

У сучасному світі міграція стала актуальною проблемою, яка впливає на багато сфер життя людей. Міграція родин у пошуках кращих умов життя, безпечного середовища та доступу до необхідних ресурсів для забезпечення фізичного та психологічного благополуччя може бути одним із способів виходу зі складних життєвих ситуацій. Проте вона також є серйозним психологічним стресом та створює ряд викликів, зокрема, у плані психологічної адаптації та збереження психоемоційного благополуччя родини. Для розуміння причин слід розібратися з поняттям міграції.

Міграція (від лат. migratio) — це переселення або територіальне переміщення населення, яке супроводжується зміною місця проживання та забезпечує перетин певних кордонів — державних чи адміністративних [24, 74]. Не всі види переміщення класифікують як міграцію: до неї не відносяться короткострокові переміщення, такі як туристичні поїздки, короткотривалі візити чи відпочинкові подорожі, які не впливають на соціальні зв'язки особи або її суспільне становище. Як суспільне явище, міграція має кілька ключових параметрів: фізичне переміщення особи (мобільність), прагнення покращити матеріальне або соціальне становище (потреби) та намір закріпитися в новому місці, яке може стати «другою батьківщиною» (стабільність).

Міжнародна організація з міграції (МОМ) визначає термін «мігрант» як «усі випадки, коли рішення про міграцію приймається добровільно з особистих причин, без впливу будь-якого зовнішнього примусового фактору» [25].

Існує кілька підходів до класифікації міграції. Вона може бути внутрішньою (в межах однієї країни) або міждержавною чи зовнішньою(з перетином державного кордону). Залежно від тривалості міграція поділяється на постійну та тимчасову. Міграція індивідуальна і масова (етнічна): наприклад, масовий виїзд на роботу до Німеччини громадян Туреччини. Масова міграція частіше має етнічний характер, одним із яскравих її варіантів є діаспора. За звичай масова міграція пов’язана з несприятливими подіями на батьківщині, з того вирізняють добровільну, вимушену та примусову міграцію. Окремо розглядають вимушену міграцію, що виникає через зовнішні фактори, на які індивід не може вплинути, наприклад, політичні чи військові події в країні. У випадку самостійного рішення без зовнішнього тиску міграція є добровільною, або суверенною, та відображає індивідуальні потреби особи [25].

Міграція є значущим фактором стресу для переселенців, бо це складний процес, що спричиняє значні зміни в житті людини, часто супроводжуючись втратами. Мігранти нерідко стикаються зі стресом, який проявляється як у психологічних, так і у фізичних симптомах. Переселенець змушений адаптуватися до нових умов життя, що може вплинути на його самовизначення, рівень задоволеності життям і загальний стан фізичного та психологічного здоров'я. [3]. Науковці зі Швеції, що спеціалізуються на психіатрії, підкреслюють, що такі реакції є природною відповіддю на масштабні зміни. Вони визначають три рівні середовища, які впливають на благополуччя людини:

- Мікросередовище — особистісний простір людини, її «Я», що формується на основі генетики, життєвого досвіду та історії.

- Макросередовище — ближнє оточення, до якого належать родина, друзі та спільнота, що оточує людину протягом її життя.

- Мегасередовище — культура, традиції та загальне соціокультурне тло рідної країни.

Для досягнення психологічного комфорту важлива гармонійна взаємодія між цими рівнями. Проте міграція порушує цю взаємодію через втрати, зокрема макросередовища (при внутрішній міграції) та мегасередовища (при еміграції). Це створює умови для глибокої психосоціальної кризи, яка впливає на адаптацію до нових обставин і може спричиняти тривогу, стрес та інші психологічні розлади. Зміна середовища часто руйнує відчуття безпеки, що є ключовим елементом адаптації до нового середовища та економічних реалій.

Особливо складним є процес адаптації для сімей, які опинилися в умовах вимушеної міграції в країнах, що не є їхніми батьківськими. Процес адаптації для цих сімей може бути ускладненим через різноманітні чинники, включаючи культурні, мовні, економічні та психологічні перешкоди. Відсутність звичних соціальних зв'язків, невпевненість стосовно майбутнього, труднощі у засвоєнні мови та навчанні, а також відчуття втрати і відокремленості можуть суттєво вплинути на психічний стан і добробут родин вимушених мігрантів.

Міграція, спричинена бойовими діями, є вимушеною, зазвичай спонтанною та здійснюється під впливом безпосередньої загрози життю і здоров’ю, заздалегідь не планується, вибір країни-реципієнта часто є випадковим, а місце перебування і умови перебування визначаються не мігрантом, а стороною, яка його приймає. Однак переїзд в більш безпечне місце не знімає те велике психологічне навантаження, яке породжують причини міграції. Стрес адаптації у таких мігрантів посилюється непідготовленістю до нового мовного і соціального середовища, фінансовими проблемами, труднощами у працевлаштуванні і забезпеченні житлом, незнанням місцевого законодавства і пов’язаною з цим юридичною незахищеністю, недостатньою медичною і психологічною підтримкою, невизначеністю щодо майбутнього, переживаннями за долю рідних і близьких, які лишилися у зоні бойових дій тощо.

В сучасній світовій практиці визначають декілька категорій вимушених мігрантів: біженці, шукачі притулку та вимушено переміщені особи (переселенці). Ці категорії, які сформовано за основними причинами міграції, охоплюють як внутрішнє, так і зовнішнє переміщення та належать до легальної міграції. Визначення статусу “вимушені мігранти” - законодавча класифікація, яка є важливою з точки зору надання державної допомоги та правового статусу, але головніше в цьому це саме момент вимушеності. Вимушена міграція включає переміщення людей з незалежних від них причин, які часто суперечать їхнім побажанням, або переміщення з метою знаходження безпеки та притулку. Відповідно, вимушеність виявляється у відсутності позитивної мотивації для переміщення та зміні умов проживання, яка може поставити під загрозу нормальну життєдіяльність або безпеку без перспективи нормалізації ситуації.

Вимушена міграція — це вид переселення, обумовлений причинами, які змушують людину залишити своє місце проживання незалежно від її власного бажання. Причинами вимушеної міграції можуть бути загрози життю та безпеці, пов'язані з війнами, політичними конфліктами, природними катастрофами, стихійними лихами, переслідуванням чи іншими подіями, що створюють небезпеку для життя та добробуту. Цей вид міграції викликаний зовнішніми, часто непідконтрольними причинами та часто зумовлений необхідністю уникнути небезпеки або захистити своє життя та життя своїх близьких.

Соціально-психологічна ситуація міграції до і після початку повномасштабного вторгнення росії в Україну суттєво різниться. Довоєнна міграція українців мала плановий характер: до моменту виїзду за кордон потенційний мігрант ретельно обирав країну-реципієнта, аналізував можливості і перспективи міграції, ситуацію на ринку праці, планував працевлаштування, забезпечення житлом, харчуванням, медичною, правовою допомогою тощо, здійснював певні підготовчі дії; доволі часто така міграція мала груповий характер (сімейний або у складі професійних груп), що

суттєво зменшувало стрес адаптації, забезпечувало мігранту необхідний рівень психологічної та соціальної підтримки і сприяло кращій інтеграції у соціальне середовище країни-реципієнта. Основним мотивом довоєнної міграції був економічний мотив – бажання покращити свій фінансовий стан або переїхати до країни з вищим рівнем життя. Психоемоційний стан вимушених переселенців демонструє суттєві відмінності, зумовлені зміною мотивів, підготовки, та умов переселення. [9].

Проте, слід підкреслити, що не завжди труднощі, які викликаються ситуацією вимушеної міграції, мають тільки негативні наслідки для психічного здоров'я. Вони можуть сприяти позитивним змінам, наприклад, особистісному зростанню, набуттю нового досвіду, нових навичок. Спостереження за мігрантами дозволяють відмітити їх різне ставлення до труднощів, а також те, що деякі з них порівняно легко долають кризові ситуації, водночас для інших – це важке випробування [5].

Багато наукових досліджень підтверджують, що міграція, особливо вимушена, може викликати психічні порушення. Для біженців, які змушені залишати свої рідні краї через страх переслідування або загрозу життю, цей процес стає особливо складним. Вони часто не можуть повернутися назад, і горе, яке вони переживають, ближче до відчуття втрати та травматичного досвіду, ніж до розлуки.

В кінці 1990-х років було проведено низку досліджень, які показали, що на емоційний стан вимушених мігрантів сильніше впливає не подія, яка змусила особу переїхати, а перші роки проживання у новому місці. Цей період визначається процесом адаптації до нових умов середовища у соціокультурному контексті.[5].

З моменту прибуття на нове місце проживання у всіх зовнішніх мігрантів починається процес входження, вживання, облаштування в новому для них суспільстві і країні, який містить у собі організаційні, правові, політичні, культурні, психологічні аспекти. Проблему адаптації розглядали Г.О. Балл, Ф.Б. Березін (соціальний, біологічний і медичний аспекти);

Ф.Ю. Василюк (адаптація людини до кризових подій життя); Г.М. Андрєєва, О. Є. Блинова, А.А. Налчаджян, Л.Е. Орбан-Лембрик, Б.Д. Паригін, Т.М. Титаренко (соціальна адаптація); Н.М. Лебедєва, О. М. Аксентьєва, Т.Д. Меліченко, Л.М. Гумільов, Д. П. Мельничук, Д. М. Сапон, О. А. Черниш. Вітчизняні і зарубіжні дослідники відмічають ознаки і якості адаптованості індивіда до соціального оточення, серед яких слід відмітити: отримання статусу, місця в соціальній структурі суспільства; здатність самостійно долати стресові ситуації; установки на активну взаємодію із соціальним середовищем, продуктивність, психічна рівновага, здатність насолоджуватись життям, конструктивне вирішення конфліктних і напружених ситуацій, емоційнонасичені зв'язки з людьми тощо [4, 5].

Адаптація – це багатогранний і складний процес пристосування людини до нових умов навколишнього середовища. Виділяють біологічну та соціально-психологічну адаптацію. Соціально-психологічна адаптація – це пристосування людини як соціальної істоти до норм, умов, принципів, етикету в суспільстві. Існує кілька концептуальних досліджень, що описують безпосередньо процес адаптації мігрантів до нової культури: гіпотеза культурного шоку, стрес акультурації, посттравматичний стресовий розлад, ностальгія, етнічні стереотипи [9, 50].

У психологічному плані вимушена міграція становить серйозне навантаження на психіку людини: первинна травматизація психологічної сфери формується історією самої міграції; в той же час, вторинна травматизація відбувається у новому соціокультурному середовищі через необхідність адаптації та інші складнощі, що виникають після переїзду, такі як мігрантофобія населення або країни, що приймає переселенців. Якщо первинна травматизація психіки відбувається швидко і частково завершується самим актом міграції, то вторинна травматизація може тривати довгий час, оскільки адаптація до нового середовища може бути складною та тривожною.

Про психологічну адаптацію можна говорити в тому випадку, коли встановлена оптимальна відповідність між особистістю і навколишнім середовищем у процесі здійснення людиною діяльності, що дозволяє їй задовольнити актуальні потреби і реалізовувати пов’язані з ними значущі цілі (при збереженні психічного і фізичного здоров’я), забезпечуючи водночас відповідність психічної діяльності людини, її поведінки вимогам середовища.

Аналізуючи соціально-культурний аспект вимушеної міграції, важливо відзначити, що зіткнення з новою етнокультурною реальністю змушує мігрантів відмовитися від звичного способу життя, правил і форм поведінки, і прийняти нові. Це часто викликає культурний шок та травми, оскільки мігранти стикаються з непередбачуваними викликами та перешкодами, пов'язаними з адаптацією до нового оточення

Дослідження свідчать, що культурний шок виникає через невизначеність у новому середовищі, зокрема норм і очікувань, що ускладнює контроль над ситуацією та її прогнозування. Це може спричинити тривожність і апатію, доки людина не сформує нові способи розуміння іншої культури та адаптації до неї [26]. Термін "культурний шок" запровадив американський антрополог К. Оберг, який описав цей стан як сукупність емоційних і психологічних переживань, що виникають під час контакту з незнайомою культурою. Дослідник визначив шість основних аспектів цього явища:

- Напруження адаптації, пов'язане з необхідністю засвоєння нових правил, налагодженням соціальних зв'язків і пристосуванням до нових умов.

- Почуття втрати, що охоплює втрату звичного оточення, статусу, друзів чи професії, викликаючи смуток і нерозуміння.

- Відчуження або відторгнення, спричинене відторгненням з боку нової культури або складністю інтеграції.

- Рольова невизначеність, що впливає на самоідентифікацію через розрив між попередніми цінностями і новим середовищем.

- Тривога і незадоволення, пов’язані з усвідомленням культурних відмінностей.

- Почуття знецінення чи «меншовартості», яке виникає через труднощі адаптації та зниження впевненості в собі.

Показниками психологічного благополуччя, які можуть свідчити про успішну адаптованість у чужій країні, є нормальний емоційний стан і настрій; здатність долати стресові, проблемні ситуації; усвідомлення наявності життєвих і професійних перспектив та шляхів їх досягнення.

Причини зниження самопочуття, настрою, тонусу, виникнення стомленості, депресивності мігранти пов'язують не з об'єктивними характеристиками іншої країни (клімат, їжа, екологія тощо), а саме з власним моральним станом, пригніченим напруженою працею, відірваністю від рідних і близьких, самотністю. Негативний емоційний стан мігрантів, прояви тривоги, розгубленості спричинюються самим фактом їх перебування в іншому соціальному та культурному оточенні (саме це і зветься культурним шоком).

Процес адаптації часто ускладнюється встановленням контактів із місцевим населенням, чия поведінка здається непередбачуваною, що поглиблює відчуття ізоляції та дискомфорту. Окрім цього, на успішність адаптації мігрантів впливає їхня готовність до змін. Хоча вона також залежить від добровільності міграції, адже якщо людина сама прийняла рішення переселитися, то вона більш відкрита до нового досвіду. Для переселенців, які були змушені мігрувати не за власним бажанням досить часто притаманний протест, агресивні чи навпаки апатичні прояви по відношенню до нових людей, умов тощо [25, 98].Ситуація вимушеної міграції має кілька аспектів, які впливають на окремих людей і сім'ї. З економічного боку це часто призводить до втрати матеріальних благ і фінансової незахищеності через раптові потрясіння та втрату роботи чи джерел доходу. Юридично вимушені мігранти стикаються з проблемами у визначенні свого правового статусу в приймаючій країні, з тривалим і

складним процесом отримання громадянства або легального проживання, що призводить до правової нерівності порівняно з корінним населенням. Психологічно вимушені мігранти переживають негативні життєві події, такі як втрати та зміни, як під час процесу міграції, так і в період адаптації до нового суспільства, що може призвести до стресу, тривоги та травми. У соціальному та культурному плані вимушені мігранти стикаються із соціальними змінами та культурними відмінностями у своєму новому середовищі, часто переживаючи ізоляції та позбавлення звичного соціального та культурного контексту. З політичного погляду вимушені мігранти можуть не мати можливості впливати на внутрішню та зовнішню політику приймаючої країни, поки вони не отримають повне громадянство, що обмежує їхню участь у політичних процесах та прийнятті рішень.

Враховуючи думку вчених-психологів, можна згрупувати такі ознаки пристосування вимушених мігрантів до умов нового соціального середовища, що лежать в основі таких механізмів, які є відображенням багатогранності соціальних процесів у новому регіоні та які визначають особливість адаптаційного процесу: - діяльність – в основі цього механізму лежать такі його складники, як спілкування, праця, навчання. Вони дозволяють забезпечити повноцінну включеність, активне пристосування особистості до нового соціального середовища. Сам механізм адаптації та соціальної діяльності має свої специфічні етапи та може розглядатися у вигляді схеми: потреба особистості – потреби-мотиви прийняття рішення – реалізація та підсумовування висновків – її оцінка. - спілкування – вимушених мігрантів мають не відчувати ні мовної дискримінації, ні обмеженості у новому регіоні (навчання, місце праці) і мати можливість спілкування з іншими вимушеними мігрантами і відновлення контактів із своїми рідними. Метою даного механізму є розширення кола засвоєння соціальних цінностей при активній взаємодії з іншими індивідами. - самосвідомість особистості – завдяки даному механізмові відбувається формування та усвідомлення своєї соціальної приналежності до соціального

середовища, в якому перебувають вимушені мігранти, та своєї ролі в ньому.

Соціальна адаптація з одного боку є постійним процесом, який полягає у пристосуванні особистості до існуючих суспільних відносин, норм, зразків, традицій суспільства, в якому живе та діє людина, а з іншого боку це результат такого процесу. Так, якщо, взаємодіючі із навколишнім світом людина зіштовхується з інформацією, яка суперечить існуючим у неї установкам, то виникає стан дискомфорту (когнітивного дисонансу), який, в свою чергу, мобілізує особистість до пошуку пристосувальних реакцій.

Коли йдеться про вимушену зміну середовища, то адаптація людини до нових життєвих умов протікає ще складніше та включає адаптацію до незнайомого соціокультурного контексту, а також подолання численних труднощів, що стосуються житлових, побутових і професійних змін. Інша культура змушує мігрантів відмовитися від попереднього (колишнього) способу життя, прийняти інші соціальні норми, правила та зразки поведінки. Для мігранта в процесі адаптації змінюється все – від природи і клімату до психологічних стосунків, а також традицій, звичаїв, ритуалів, цінностей.

Вирішенням цих складнощів може стати міжпоколінна комунікація, оскільки вона забезпечує процес обміну соціальним капіталом, що сприяє збереженню ідентичності та адаптаційних ресурсів. З психологічної точки зору, взаємодія поколінь дозволяє знижувати рівень стресу через моделювання успішних стратегій адаптації, які старші покоління засвоїли у своїх кризових ситуаціях. Молодші члени родини, у свою чергу, можуть сприяти реінтерпретації нових культурних норм, допомагаючи формувати більш інтегровану когнітивну карту нового середовища [25]. Така комунікація створює психологічну підтримку, зменшує відчуття ізоляції та сприяє розвитку резильєнтності, яка є ключовою у подоланні міграційних викликів.

2.2. Психоемоційний стан родин в умовах вимушеної міграції

Вимушена міграція є складною життєвою ситуацією, що потребує

серйозних вирішень. Це екстремальна ситуація, коли особистість стикається з надзвичайно складними обставинами, схожими на проблеми виживання. Вимушені мігранти, переживши травматичні події, що значно вплинули на їхнє психічне і фізичне здоров'я, стикаються з різким падінням соціально-економічного статусу, підвищеною чутливістю до етнокультурного контексту, труднощами адаптації і серйозними проблемами у взаєминах з місцевим населенням.

Дослідниця Балабанова Л.М. стверджує: «Наслідком психотравмуючої ситуації переселення стало те, що більшість з вимушених переселенців втратили переконання в тому, що людина може контролювати своє життя, вільно приймати рішення і втілювати їх у життя» [2]. .Психоемоційний стан родин, які переживають вимушену міграцію, є важливим предметом досліджень у сучасній психології. Вітчизняні та зарубіжні вчені, такі як Є. Тартаковський, Н. Могильова, Л. Г. Чорна, П. П. Горностай, В. І. Вус, О. Л. Коробанова, О. Т. Плетка, Л. Гуменюк, Л. Бернарді, І. Каспарова та інші, акцентують увагу на складних психологічних наслідках, спричинених вимушеним переміщенням. Їх дослідження охоплюють такі аспекти, як соціокультурний шок, акультурація, проблеми втрати життєвих зв’язків і трансформації ідентичності. Дослідники В. Кердивар , А. Бреус, А. Гуляєва, Я. Юрків та Д.Луканов, зосереджують увагу на впливі міграції на психічний стан мігрантів і досліджують ефективні стратегії соціальної підтримки. Зокрема, значний внесок зроблено у вивчення соціальної підтримки як ефективної стратегії адаптації, на яку вказують праці Д. Кокса, С. Касла та інших [2, 4, 9, 12, 25].

Особливий інтерес становить міжпоколінна комунікація, яка може слугувати стабілізуючим фактором у родинах мігрантів. На думку Л. Бернарді та І. Каспарової, взаємодія між поколіннями створює умови для передачі цінностей, емоційної підтримки та спільного формування нових адаптаційних стратегій, що дозволяє знижувати рівень стресу. Разом з тим, багато аспектів, таких як групова психологічна допомога родинам у період

адаптації, залишаються недостатньо дослідженими у вітчизняному контексті.

За даними Медичного фонду у Великобританії, у вимушених переселенців часто спостерігаються різноманітні психологічні проблеми. Серед них можна відзначити кошмари, галюцинації, панічні атаки, сексуальні проблеми, фобії, складнощі у встановленні довіри до інших людей та у формуванні стосунків, а також депресивні та тривожні розлади. Згідно з численними спостереженнями, на сьогоднішній день найпоширенішою проблемою психічного здоров’я серед вимушених мігрантів є посттравматичний стресовий розлад [9]. Після нього найчастіше виникають тривожно-депресивні розлади, панічний розлад та агорафобія. Однак важливо враховувати, що ці проблеми можуть виявитися у кожної людини по-різному та в різний час після переселення.

Дослідники, які вивчали психічні розлади у біженців з колишньої Югославії, виявили високі рівні депресії, тривожних розладів, посттравматичного стресового розладу і розладів, пов'язаних зі вживанням психоактивних речовин, що пов'язані зі ступенем травматичних подій під час війни. У своїх дослідженнях П. Штомпка, зазначає, що вже сама ситуація вимушеної міграції є травматичною подією для переселенців. Серед симптомів культурної травми автор виділяє: синдром недовіри, похмурий погляд на майбутнє, ностальгію за минулим, політичну апатію, травми колективної пам’яті. Систематичний огляд поширеності психічних розладів серед 7 000 біженців, переміщених у західні країни, проведений 2005 року в Великобританії, показав, що поширеність ПТСР серед мігрантів у 10 разів перевищує таку серед загальної популяції [7].

Посттравматичний стресовий розлад (ПТСР) – це непсихотична відстрочена реакція на травматичний стрес, що може спричинити психічні розлади. Щоб виник посттравматичний стресовий розлад, людина повинна відчувати стрес, який виходить за межі звичайного людського досвіду і може викликати дистрес. В Міжнародній класифікації хвороб (МКХ-10) посттравматичний стресовий розлад має відповідну рубрифікацію (F43.1) і

визначається як синдром, що виникає після дії екстремального за силою стресу. Основними симптомами ПТСР – синдрому є: порушення сну; патологічні спогади (обсесивне повернення); нездатність запам’ятати – амнезія щодо певних подій (уникнення); гіперчутливість (підвищена пильність); надмірне збудження (неадекватна супермобілізація) (Horowitz, 1974) [7, 60-67]. Вторинними симптомами посттравматичного стресового стресу є: депресія, тривога, імпульсивна поведінка, алкоголізм, соматичні проблеми тощо, які посилюються з віком

На думку науковців, вимушені мігранти належать до вразливої категорії, оскільки перебувають в умовах, незвичних для їхнього життя, що спричиняє психологічний дискомфорт у період адаптації до нових обставин.

Чинники, які викликають психологічні проблеми у вимушених мігрантів, можна розділити на кілька основних категорій, які пов'язані з різними аспектами їхнього життя:

1. Травматичний досвід до переселення: Багато вимушених мігрантів переживають травматичні події, такі як військові конфлікти, насильство, переслідування чи катастрофи. Ці події залишають глибокий слід на психіці, стаючи передумовою для розвитку посттравматичного стресового розладу (ПТСР) або тривожних розладів, кошмарів та флешбеків, які ускладнюють адаптацію до нового життя. У дорослих це може проявлятися через депресивні розлади, а в дітей – через емоційну нестабільність і страх перед змінами [11].

2. Стрес адаптації до нового середовища: Міграція передбачає адаптацію до нового соціокультурного контексту, що включає мову, традиції, клімат і правила соціальної взаємодії. Вимушені мігранти часто стикаються з мовними бар’єрами, ізоляцією та складнощами у формуванні нових соціальних зв’язків, відсутністю знайомого соціального кола, що може спричиняти тривожність, депресію та страх перед невизначеністю.

3. Втрати, пов'язані з міграцією: Переміщення означає втрату звичного способу життя, рідного дому, роботи, статусу і близького оточення.

Ці втрати є джерелом сильного емоційного болю та почуття непевності.

4. Соціально-економічний тиск: Часто мігранти стикаються з нестабільністю в житлових і фінансових питаннях, труднощами у працевлаштуванні, дискримінацією чи несправедливістю. Відсутність базової соціальної підтримки може погіршувати відчуття безпеки та викликати хронічний стрес. Це додає напруги у стосунки між членами родини.

5. Страх за майбутнє: Для багатьох вимушених мігрантів залишається актуальним страх за безпеку рідних, які залишилися в зоні конфлікту, або невизначеність щодо власного майбутнього. Ці почуття підтримують стан напруги і можуть сприяти розвитку депресивних та тривожних розладів.

6. Вплив соціокультурного шоку: Контакт із новою культурою викликає складнощі у прийнятті нових цінностей і норм, що супроводжується почуттям ізоляції та розгубленості. Мовна проблема є одним із ключових чинників, що ускладнюють доступ до допомоги. Незнання мови нової країни часто ускладнює спілкування та обмежує соціальну інтеграцію. Неможливість інтегруватися в нове суспільство може призводити до зниження самооцінки і формування відчуття неповноцінності.

7. Недоступність освіти та медичних послуг: Брак доступу до якісної освіти та медичної допомоги мігрантам ускладнює процес адаптації та погіршує здоров’я. Для дітей вимушених переселенців психологічні проблеми часто посилюються через перерви в освітньому процесі. Втрата доступу до освіти створює відчуття соціальної ізоляції, погіршує інтеграцію в нове середовище та уповільнює когнітивний розвиток. Відсутність чи обмеження в доступі до медичних послуг посилює фізичні недуги, які супроводжують психічні проблеми, зокрема тривожність або депресивні розлади [3].

8. Відсутність доступу до психологічної допомоги: У багатьох країнах перебування мігранти стикаються з проблемами у доступі до психосоціальної підтримки, що поглиблює їхній стан та ускладнює

адаптацію. Психологічно мігрантам може бути важко вербалізувати свої переживання і почуття чужою мовою, що ускладнює терапевтичний процес.

9. Трансформація сімейних ролей: У нових умовах родинні ролі можуть змінюватися, наприклад, через необхідність жінок брати на себе фінансову відповідальність або виконання одним з батьків обов'язків обох, виконання нових обов'язків дітьми (наприклад, як перекладачів). Це створює додаткові конфлікти та стан напруження в родині.

10. Юридична невизначеність: Нерегулярний статус, очікування на розгляд заяв на отримання статусу біженця або громадянства, а також невизначеність щодо термінів перебування у приймаючій країні можуть викликати відчуття тривоги, стресу та безнадії. Політичні та законодавчі фактори можуть підсилювати почуття безпорадності, відчуження, а іноді навіть провокувати розвиток депресії, тривожних розладів або ПТСР. Особливо вразливими до цих чинників є діти, підлітки та літні люди, які мають обмежені ресурси для адаптації до таких умов [7].

Ці обставини, зовнішні - незалежні від самої людини, формують середовище, яке посилює стрес і психологічну вразливість мігрантів. Окрім того вони взаємозалежні та можуть взаємно впливати один на одного. Наприклад, соціокультурний контекст країни-хазяйки може впливати на доступність програм та послуг для мігрантів, а це, у свою чергу, може впливати на їхню здатність до адаптації. Обмежені або відсутні знання мови країни перебування ускладнюють процес інтеграції. Це стосується не лише побутового спілкування, а й можливості звертатися за професійною допомогою, включаючи медичну чи психологічну підтримку. Люди часто не можуть точно пояснити свій стан чи зрозуміти рекомендації спеціалістів, що викликає додатковий стрес та підсилює почуття безпорадності.

Крім зовнішніх чинників, значний вплив на психологічний стан членів родин в умовах вимушеної міграції, можуть мати індивідуальні фактори чи внутрішні(родинні). До них належать:

1. Індивідуальні особливості особистості: Особисті якості, такі як гнучкість, емоційна зрілість, відкритість до нового, терпимість та емпатія, попередній життєвий досвід і навички подолання кризових ситуацій відіграють ключову роль у здатності адаптуватися до нового середовища.

2. Психологічний стан: Психологічний стан мігрантів, їх емоційна стійкість та здатність до впорядкування емоцій, рівень стресу, тривоги та депресії також грають важливу роль у процесі адаптації кожного члена родини. можуть впливати на процес адаптації. Стрес, тривога та депресія можуть ускладнити адаптацію та зробити її менш успішною.

3. Особисте сприйняття ситуації: Люди, які схильні бачити у новому середовищі виклики, а не загрози, демонструють кращу адаптацію та нижчий рівень тривожності.

4. Рівень мотивації та цілей: Наявність чітких цілей та мотивації для побудови нового життя допомагає ефективніше долати труднощі, пов’язані з міграцією.

5. Сімейні відносини: Стан взаємин між членами сім'ї, рівень підтримки та розуміння з боку членів сім'ї, розподіл ролей та відповідальності в сім'ї впливають на успішність процесу адаптації. Сімейна підтримка може забезпечити стабільність та впевненість у мігрантів, що сприяє їхній адаптації.

6. Міжособистісні відносини: Емоційна підтримка оточення, наявність близьких стосунків або вміння будувати нові соціальні контакти позитивно впливають на психоемоційний стан. Недостатність соціальних контактів та відчуття відокремленості від спільноти можуть призвести до соціальної ізоляції, яка негативно впливає на психологічний стан та загальний добробут.

Зокрема, до зовнішніх чинників належить неготовність просити про допомогу, що обумовлено як психологічними, так і мовними бар’єрами. Багато переселенців соромляться звертатися за допомогою через страх осуду, занижену самооцінку чи почуття провини за свою вразливість. У деяких

культурах існує стигматизація психічних розладів, через що люди уникають консультацій з психологами чи психотерапевтами. Водночас, нерозуміння того, як функціонують системи підтримки у новій країні, посилює ці труднощі.

Не всі мігранти однаково реагують на зміну умов. Особистісні якості, рівень психологічної стійкості та наявність підтримки з боку родини чи громади значно впливають на те, як людина долає кризові ситуації. Такі індивідуальні відмінності інколи роблять когось більш вразливим перед стресовими факторами.

Взаємодія зовнішніх і внутрішніх факторів визначає ступінь психологічного дискомфорту чи, навпаки, успішності адаптації вимушених мігрантів. Вимушена міграція стає серйозним випробуванням для психоемоційного стану родин, адже вона порушує стабільність звичного життя та викликає численні труднощі адаптації. Родини стикаються зі змінами в усіх сферах життя: соціальній, культурній, економічній і психологічній. Ці зміни значно впливають як на індивідуальний, так і на сімейний рівень функціонування.

Факт вимушеної міграції з самого початку формує у членів родин основу для глибокого відчуття втрати контролю над своїм життям. Ця втрата зумовлює зневіру у власній здатності приймати рішення та впливати на своє майбутнє, що є ключовим фактором для виникнення довготривалих психологічних проблем. Аналіз психологічних проблем вимушених переселенців показує, що вони носять комплексний характер, який охоплює всі основні сфери особистості: емоційну, когнітивну, поведінкову, мотиваційну, комунікативну. Порушення в різних сферах психічного здоров’я переселенців, накладаючись одне на одне, можуть призвести до більш глобальних проблем особистості. Наслідки для психоемоційного стану членів родин в умовах вимушеної міграції у різних вікових груп проявляються по різному [6].

Якщо розглядати наслідки вимушеної міграції для психоемоційного стану різних вікових груп, то ми побачимо наступні прояви:

1. Діти від 0 до 12 років. У наймолодшій віковій групі наслідки міграції можуть проявлятися через:

- Регресія в поведінці: повернення до раніше подоланих етапів розвитку(звичок), які вже мали бути подолані (наприклад, енурез, страх темряви, потреба в постійній увазі).

- Тривожність та страх: діти відчувають зміни через емоції батьків, часто не розуміючи їхнього походження.

- Розлади сну: часті кошмари, труднощі із засинанням.

- Соціальна замкнутість через відчуття невідповідності новому середовищу, проблеми з адаптацією, труднощі у встановленні нових зв’язків та втрата(чи проблеми у підтримці) звичних соціальних зв’язків із ровесниками.

2. Підлітки від 12 до 16 років - етап становлення ідентичності, автономії, адаптації до фізіологічних змін і соціальних ролей. Підлітки переживають міграцію як кризу ідентичності, оскільки їхній період дорослішання збігається із серйозними життєвими змінами:

- Тривожність і порушення сну: часті нічні кошмари та складнощі із засинанням.

- Зниження самооцінки через складнощі адаптації у новій школі та суспільстві, проблеми у навчанні.

- Спротив авторитетам: прагнення повернути контроль над життям через протестну поведінку або ізоляцію.

- Проблеми з соціалізацією: труднощі в інтеграції в нове соціальне середовище через мовні та культурні бар’єри.

- Ризиковані поведінкові моделі: експерименти з алкоголем, наркотиками, участь у деструктивних групах як спроба подолати стрес.

3. Молодь від 16 до 24 років - період переходу до дорослості, самовизначення в професійній, соціальній та особистісній сферах. Ця група

стикається з викликами «пошуку себе» та побудови самостійного життя в умовах нестабільності:

- Почуття безпорадності через обмежений доступ до освіти та ринку праці.

- Соціальна фрустрація: усвідомлення нерівності можливостей між ними та місцевою молоддю.

- Емоційне вигоряння через поєднання навчання, праці та підтримки родини.

- Проблеми самоідентифікації: розрив між культурою походження та необхідністю інтеграції в нове суспільство.

4. Дорослі від 24 до 45 років - час реалізації професійних і життєвих цілей, створення сім'ї, формування стійкого способу життя. В умовах вимушеної міграції цей період стає випробуванням через відповідальність за забезпечення родини:

- Хронічний стрес: фінансові труднощі, проблеми із житлом, бюрократичні перешкоди.

- Почуття провини: за неможливість створити комфортні умови для дітей, забезпечити своїй родині комфорт. і стабільність у нових умовах..

- Психосоматичні прояви: головні болі, порушення роботи серцево-судинної системи, безсоння.

- Зниження задоволення життям через втрату професійної реалізації та статусу.

5. Люди від 45 до 65 років - фаза стабілізації кар’єри, осмислення життєвих досягнень, підтримки родини. Ця група часто опиняється у стані кризи через раптові зміни на етапі стабільного життя:

- Тривалий стрес: постійні фінансові труднощі, невизначеність із житлом, складнощі, пов'язані з бюрократичними процесами.

- Відчуття провини: за неспроможність створити належні умови для дітей і забезпечити родині стабільність та комфорт у нових обставинах.

- Втрата сенсу життя: переоцінка планів та цілей через розрив із попереднім середовищем. Втрата домівки, розрив із рідною культурою, звичними ритуалами та соціальними зв’язками

- Психологічне виснаження: через необхідність підтримувати родину та пристосовуватися до нових умов.

- Ізоляція: через складнощі з інтеграцією в нове середовище. Відчуття втрати можливості бути корисними у новому середовищі

- Фізичні захворювання, що загострюються в умовах хронічного стресу.

6. Літні люди від 65 років - етап, що характеризується осмисленням життєвого шляху, зниженням соціальної активності, прийняттям вікових змін. Для цієї групи вимушена міграція стає джерелом сильного емоційного та фізичного дискомфорту:

- Почуття втрати: дому, культури, соціальних зв’язків.

- Соціальна ізоляція: через мовні бар’єри, труднощі в налагодженні нових контактів.

- Залежність від інших: відсутність самостійності у прийнятті рішень посилює відчуття безпорадності.

- Психосоматичні розлади: загострення хронічних захворювань, депресія.

Додатковим стресовим чинником є невизначеність майбутнього та обмежені можливості інтеграції в нове середовище, що підсилює відчуття безпорадності.

Різні вікові групи реагують на вимушену міграцію відповідно до своїх життєвих завдань і потреб. Своєчасна підтримка кожної з груп, що враховує їхні специфічні виклики, є ключовою для збереження психоемоційного благополуччя родин у цілому.

Таким чином, вимушена міграція впливає на всі покоління в родині, викликаючи різноманітні негативні наслідки для їхнього психоемоційного стану. Вона підриває відчуття стабільності, належності та контролю, що є

фундаментальними потребами кожної людини. Дитячо-батьківські відносини в сім’ях мігрантів пов’язані зі змінами, що відбуваються в статусі цих сімей, статусі батьків, та й самих дітей в умовах їх адаптації до нового місця не тільки в географічному, але, перш за все, в соціальному (культурному) значенні [1]. Це вимагає певної психологічної роботи з усіма суб’єктами цих відносин; від якості такої роботи, організації і реалізації психолого-педагогічної та соціально-психологічної допомоги, залежить соціально-психологічний клімат в родині, психологічне благополуччя всіх її членів. Психологічна допомога, орієнтована на потреби кожної вікової групи, може стати вирішальним фактором у зменшенні негативного впливу, сприянні адаптації до нових умов та покращенню психоемоційного стану членів родин, в умовах вимушеної міграції.

2.3. Особливості міжпоколінної комунікації в умовах вимушеної міграції: бар'єри та ресурси

В умовах вимушеної міграції психоемоційний стан індивідів може суттєво погіршуватися через численні стресові фактори. Однак наукові підходи до психологічної підтримки дозволяють розробити ефективні стратегії для покращення благополуччя мігрантів. Серед них особливе місце займають соціальні зв’язки, психологічна допомога та міжпоколінна комунікація [1].

1. Підтримка соціальних зв’язків. Збереження контакту з близькими людьми та спільнотами, що залишилися в рідній країні, відіграє ключову роль у зниженні почуття ізоляції. Спілкування з родичами та друзями забезпечує емоційну підтримку, яка зменшує тривожність та створює відчуття належності, навіть на відстані. Залучення до культурних чи релігійних груп, утворених представниками тієї ж національної культури в країні перебування, також сприяє стабілізації психоемоційного стану. Важливою частиною адаптації є підтримка від інших мігрантів, які

перебувають у подібній ситуації, та залучення до спільноти, яка може надати підтримку, поради та ресурси.

2. Психологічна допомога. Доступ до професійної терапії є важливим чинником у подоланні наслідків травматичних переживань. Групова терапія дозволяє вимушеним мігрантам ділитися своїм досвідом із тими, хто переживає подібні труднощі, що сприяє зниженню почуття самотності. Індивідуальна терапія, у свою чергу, надає можливість глибокої роботи над почуттями тривоги, втрати та невизначеності. Навчання методів релаксації та роботи з емоціями також сприяє психоемоційній стабілізації.

3. Інтеграція через міжпоколінну комунікацію. Міжпоколінна взаємодія є потужним ресурсом для збереження родинної ідентичності в умовах адаптації до нового соціокультурного середовища. Старше покоління передає цінності, традиції та звички, що допомагають підтримувати зв’язок із культурою рідної країни, створюючи відчуття стабільності у родині. Водночас молодші покоління сприяють адаптації старших до сучасних соціальних норм і технологій, що знижує їхній рівень стресу. Така взаємодія сприяє не лише збереженню сімейної цілісності, а й гармонізації психоемоційного стану кожного її члена.

4. Навчання та розвиток нових навичок. Залучення мігрантів до програм навчання мовам, професійного розвитку або отримання нових кваліфікацій допомагає відновити почуття самодостатності та контролю над своїм життям. Освітні ініціативи для дітей сприяють їхньому емоційному розвитку, а для дорослих — покращують можливості інтеграції у нове суспільство.

Психологічна допомога, соціальна підтримка та залучення до нових освітніх та професійних можливостей є критично важливими для покращення психоемоційного стану мігрантів, незалежно від їхнього віку чи соціального статусу [16]. Психоемоційний стан родин в умовах вимушеної міграції вимагає комплексного підходу, що враховує як індивідуальні потреби, так і специфіку сімейної динаміки у нових соціокультурних умовах.

Комунікація між поколіннями має виняткове значення в адаптації родин до нових умов, оскільки вона не лише підтримує родинну єдність, а й відіграє важливу роль у покращенні психоемоційного стану вимушених мігрантів та сприяє інтеграції в нове середовище. Взаємодія між різними поколіннями сприяє передачі досвіду, підтримує відчуття сімейної єдності, сприяє створенню емоційної підтримки та відновленню почуття ідентичності.

Міжпоколінна комунікація – це процес обміну інформацією, досвідом, цінностями та культурними нормами між представниками різних поколінь. З психологічної точки зору, цей тип комунікації відіграє важливу роль у формуванні ідентичності, передачі соціальних ролей і культурних традицій, а також сприяє збереженню емоційних зав'язків між поколіннями. Міжпоколінна комунікація допомагає не лише зберігати спадщину, але й адаптуватися до змін у суспільстві, створюючи можливість для взаємного навчання та збагачення між старшими і молодшими поколіннями. Старші члени родини, передаючи життєвий досвід, допомагають молодшим орієнтуватися в новому соціокультурному контексті, а молодше покоління, адаптуючись швидше до нових умов, може ділитися своїми знаннями й забезпечувати практичну підтримку. Такий обмін сприяє формуванню почуття спільної мети, що знижує рівень тривожності, зменшує відчуття ізоляції та підвищує психологічну стійкість усіх членів родини. Крім того, міжпоколінна комунікація допомагає зберегти елементи рідної культури, що є важливим фактором подолання акультураційного стресу та підтримки когерентності особистості в нових умовах [1]. Вона охоплює не тільки спілкування між різними поколіннями всередині родини, а й між людьми різного віку, не пов'язаними родинними зв'язками.

У кризових умовах, таких як війна, природні катастрофи, економічні кризи або вимушена міграція, міжпоколінна комунікація відіграє надзвичайно важливу роль у забезпеченні соціальної стійкості та підтримці як окремих індивідів, так і цілих спільнот [44]. Взаємодія між поколіннями у таких умовах виконує кілька ключових функцій:

- Підтримка емоційної стабільності та психосоціальної допомоги. Кризові ситуації часто супроводжуються стресом, втратами та відчуттям невизначеності. У таких умовах старші покоління, що мають досвід переживання важких ситуацій, можуть надати молодшим моральну підтримку, ділитися своїми способами подолання стресу та труднощів, сприяти набуттю навичок подолання життєвих труднощів, таких як розлука з домом та адаптація до нового середовища. Водночас молодші покоління можуть сприяти емоційній підтримці старших, використовуючи нові технології та соціальні мережі для збереження зв’язку і забезпечення доступу до необхідної інформації. Міжпоколінна комунікація дає відчуття емоційної стабільності та безпеки, надії та приналежності, що особливо важливо для психологічної адаптації до нових умов.

- Підтримка культурної ідентичності, сприяння культурному обміну та збереженню ідентичності. У кризових умовах, коли люди змушені покидати свої домівки або адаптуватися до нових культур, важливо зберігати національну чи культурну ідентичність. Міжпоколінна комунікація виступає як інструмент передачі культурних традицій, релігійних переконань, мовних та етнічних особливостей, та інших елементів ідентичності, що допомагає зберегти ідентичність родини та зв’язок із рідною культурою, особливо у випадку вимушеної міграції. Люди старшого покоління виступають у ролі «носія культурної ідентичності», у той же час, молодші покоління можуть допомагати старшим у розумінні нових культурних норм та адаптації до них. Міжпоколінні зв’язки зберігають культурну та національну ідентичність:, що є критично важливим у випадку, коли людина опиняється в незнайомому культурному середовищі.

- Зміцнення міжособистісних зв'язків, соціальної стійкості, єдності та довіри в спільноті. Кризові ситуації часто супроводжуються високим рівнем невизначеності і тривоги, що може призводити до соціальної ізоляції та недовіри. Міжпоколінна комунікація допомагає зміцнити зв'язки між людьми різного віку, сприяють формуванню стійкої соціальної мережі підтримки та

атмосферу солідарності. Це особливо важливо в умовах вимушеної міграції чи інших кризових ситуацій, коли підтримка громади та взаємодопомога стають ключовими факторами виживання.

- Передача знань і досвіду адаптації. Старші покоління, які мають досвід кризових ситуацій або складних змін, можуть передавати важливі знання і стратегії адаптації до нових умов, подолання кризи. Це включає не тільки практичні поради, але й життєвий досвід, який допомагає краще орієнтуватися у важких обставинах. Молодші покоління, у свою чергу, можуть долучати нові підходи до вирішення проблем, що виникають, адже вони можуть бути більш технологічно підкованими та здатними до інноваційних рішень.

- Інтеграція та адаптація. У кризових умовах мігранти, біженці чи інші соціальні групи, що потрапили в нове середовище, часто стикаються з проблемами інтеграції в нову культуру та соціум. Міжпоколінна комунікація може сприяти полегшенню цього процесу, коли старші члени громади допомагають новоприбулим орієнтуватися в новому середовищі, вчити їх місцевим традиціям, звичаям та правилам. Одночасно молодші покоління можуть допомагати старшим у пристосуванні до технологічних змін, таких як онлайн-послуги, цифрове навчання або використання соціальних медіа.

- Профілактика конфліктів: Через порозуміння та повагу між поколіннями зменшується ризик конфліктів, оскільки члени родини навчаються враховувати досвід та думки інших, що особливо важливо у кризових умовах, коли стрес та емоційне навантаження можуть посилювати розбіжності.

У ситуації вимушеної міграції міжпоколінна комунікація виходить за межі традиційних родинних відносин і набуває нового виміру, охоплюючи взаємодію між незнайомими людьми, які об'єднані спільним досвідом адаптації до нових умов життя [36]. Вимушені мігранти, змушені покинути свої домівки через війни, конфлікти, економічні труднощі або природні катастрофи, часто стикаються з труднощами інтеграції у нове суспільство. У

таких умовах комунікація між різними поколіннями стає важливою не лише для забезпечення емоційної підтримки, але й для ефективної соціалізації у новій культурній та соціальній реальності. Таким чином, міжпоколінна комунікація є не лише засобом підтримки зв'язків між поколіннями, але й важливим фактором психологічної стійкості, який сприяє збереженню гармонії у родині навіть у складних умовах, таких як вимушена міграція.

Міжпоколінна комунікація в умовах вимушеної міграції є складним, але потенційно потужним ресурсом для адаптації родини. Її особливості можуть як ускладнювати, так і полегшувати інтеграцію в нове середовище. Бар'єри, що виникають у цьому процесі, можуть бути пов'язані як із зовнішніми умовами, так і з внутрішніми психологічними особливостями різних вікових груп. Вони можуть значно впливати на гармонійність сімейних стосунків та адаптацію до нового середовища [35]. Серед основних бар'єрів можна виділити:

1. Культурний розрив. Різні підходи до цінностей і традицій, характерні для поколінь, можуть ускладнювати спілкування. Наприклад, старші члени сім'ї можуть наполягати на дотриманні звичаїв рідної країни, тоді як молодші прагнуть прийняти нові культурні норми. Це може породжувати конфлікти в сприйнятті норм поведінки, релігійних практик чи мовної політики в родині.

2. Мовний бар'єр. Молодші покоління, особливо діти, швидше освоюють мову країни перебування. Це може призводити до нерозуміння між поколіннями, оскільки літні члени родини можуть стикатися з труднощами вивчення нової мови.

3. Травматичний досвід Різні покоління мають різний досвід сприйняття міграції. Для дорослих міграція може бути джерелом провини та стресу через неможливість забезпечити звичний рівень комфорту, тоді як діти часто відчувають соціальну ізоляцію через нерозуміння оточення. Це ускладнює взаєморозуміння в родині.

4. Зміна ролей у родині. У процесі адаптації до нового середовища молодше покоління може перебирати на себе певні дорослі ролі, наприклад, функцію перекладачів чи посередників у комунікації з місцевими структурами. Це іноді викликає почуття «меншовартості» або розрив авторитету в старших членів родини.

5. Ефекти першого враження, як зазначено в психологічних дослідженнях, можуть формувати хибні уявлення про здатність іншого покоління впоратися із ситуаціями, що також впливає на міжпоколінну довіру та сприйняття.

Виявлення та розуміння цих бар'єрів — важливий крок для збереження родинної цілісності та сприяння гармонійній адаптації до нових умов. Попри наявні бар'єри, розвиток діалогу між поколіннями може не лише сприяти гармонізації відносин у родині, а й забезпечити психоемоційну стабільність, допомагаючи зберегти культурну спадщину в умовах адаптації до нового середовища [29]. Міжпоколінна комунікація є важливим соціально-психологічним ресурсом, який забезпечує функціональність родини та сприяє її стійкості в умовах зовнішніх викликів. Серед найважливіших ресурсів міжпоколінної комунікації можна виділити:

1. **Передача цінностей і досвіду.** Старше покоління є носієм культурної спадщини, традицій, мовних та етичних норм. Передаючи ці цінності, вони допомагають зберігати ідентичність родини та емоційний зв'язок із рідною культурою.

2. **Адаптація через взаємодію.** Молодше покоління, яке швидше адаптується до нових умов, може підтримувати старших, допомагаючи їм орієнтуватися в суспільстві, вивчати нову мову та опановувати технології. Проте старше покоління, яке має досвід подолання кризових ситуацій, підтримує молодше покоління. Це знижує рівень тривоги старших членів родини та сприяє їхній інтеграції.

3. **Зміцнення родинних зв’язків.** Взаємодія між поколіннями може забезпечити емоційну підтримку: молодші отримують поради та турботу, а старші — відчуття значущості та необхідності. Ця синергія позитивно впливає на психоемоційний стан всіх членів родини.

4. **Спільна діяльність як терапія.** Залучення членів родини до спільної діяльності — наприклад, приготування традиційних страв, святкування культурних подій або відвідування релігійних заходів — може зміцнювати почуття єдності та згуртованості, навіть в умовах нового середовища.

5. Емоційний зв’язок. Розуміння потреб та емоційних станів одне одного сприяє зміцненню довіри між поколіннями. В умовах змін або труднощів, таких як міграція, родини часто об’єднуються, щоб підтримати одне одного морально та практично.

Таким чином, міжпоколінна комунікація реалізується через активну взаємодію у щоденному житті, підтримку соціальних зв’язків, емоційну згуртованість, передачу досвіду, підтримку ідентичності та адаптацію родини. Міжпоколінна комунікація є важливим ресурсом для подолання викликів, з якими стикаються вимушені мігранти.

У ситуації вимушеної міграції міжпоколінна комунікація виходить за межі родинних відносин і проявляється між незнайомими людьми, яких об'єднує спільний досвід адаптації до нових умов життя. Вимушені мігранти часто створюють нові соціальні зв'язки у громадах, де вони взаємодіють з представниками різних поколінь. Це може відбуватися у вигляді:

- Спільних активностей у центрах допомоги: дорослі та діти можуть взаємодіяти у групових заняттях, що сприяють подоланню стресу через обмін досвідом.

- Об'єднання заради підтримки: старші люди можуть допомагати молодим родинам радою чи моральною підтримкою, водночас отримуючи від них допомогу з новими технологіями чи іншими сучасними потребами.

- Соціальні ініціативи: організації, що працюють з вимушеними мігрантами, часто ініціюють міжпоколінні програми, які спрямовані на покращення адаптації та інтеграції людей до нового суспільства.

Міжпоколінна взаємодія між незнайомими людьми в умовах міграції сприяє зменшенню рівня ізоляції та самотності, формуванню почуття спільноти та психологічної підтримки. Взаємна допомога та обмін досвідом між людьми різного віку під час адаптації допомагають їм краще пристосовуватися до нових соціальних і культурних умов.

Дослідження психоемоційного стану вимушених мігрантів показують, що взаємодія між поколіннями сприяє обміну досвідом, культурними традиціями та емоційною підтримкою, що полегшує процес адаптації в новому середовищі. Родини з високим рівнем комунікації між поколіннями демонструють нижчі рівні стресу та депресії, а також вищий рівень загальної психічної стійкості. Взаємодія між старшими й молодшими поколіннями допомагає зберегти почуття стабільності та знижує рівень психоемоційного стресу, забезпечуючи важливу соціальну та психологічну підтримку. Родини, які підтримують регулярну та конструктивну комунікацію між поколіннями, мають нижчий рівень стресу та депресії. Особливо це стосується дітей та людей похилого віку, які найбільше страждають від відокремленості та невизначеності [29].

Міжпоколінна комунікація між представниками різних родин допомагає знизити рівень тривоги, стресу та надає почуття «потрібності» громаді. Самотні люди похилого віку після включення в процес міжпоколінної комунікації, почуваються краще не лише психологічно, але й фізично.

РОЗДІЛ 3.
ЕМПІРИЧНЕ ДОСЛІДЖЕННЯ ВПЛИВУ МІЖПОКОЛІННОЇ КОМУНІКАЦІЇ НА ПСИХОЛОГІЧНИЙ СТАН РОДИН В УМОВАХ ВИМУШЕНОЇ МІГРАЦІЇ

3.1. Організація та методичне забезпечення дослідження

Організація дослідження впливу міжпоколінної комунікації на психологічний стан родин в умовах вимушеної міграції передбачала реалізацію кількох послідовних етапів, що включали підготовку, проведення, обробку даних та аналіз отриманих результатів. Основним завданням було виявлення впливу міжпоколінної комунікації на психологічний стан родин, що переживають умови вимушеної міграції.

Підготовчий етап. Визначення проблематики та формулювання завдань дослідження:

- розробка концептуальної моделі впливу міжпоколінної комунікації на психоемоційний стан членів родин;

- виокремлення ключових показників для оцінки ефективності комунікації та психологічного благополуччя.

Підбір методик. Вибір валідних та надійних психодіагностичних інструментів, створення інформаційної згоди та опитувальника для збору загальної інформації. Адаптація вибраних методик до особливостей досліджуваної групи (уточнення формулювань, переклад та апробація).

Визначення дослідницької групи та місця проведення дослідження. У дослідженні взяли участь 55 респондентів різного віку, статі та соціального статусу, що представляли багатопоколінні родини, які перебувають у стані вимушеної міграції. Вибірка була сформована з урахуванням міжпоколінного розподілу (діти, підлітки, дорослі та літні люди).

Основною базою для дослідження був Комунітний центр для мігрантів та біженців у місті Братислава, який забезпечує підтримку та допомогу в інтеграції громадян України у новому середовищі. Комунітний центр для мігрантів та біженців у місті Братислава є ключовим центром, який надає різноманітні послуги для українських мігрантів, які перебувають у тимчасовому захисті в Словаччині. Центр не лише забезпечує базову допомогу у вирішенні побутових та соціальних питань, але й створює умови для психологічної підтримки та адаптації мігрантів та їхніх сімей до нових умов життя.

Розробка програми активностей: Програма включала 10 різнопланових зустрічей, спрямованих на активізацію комунікації між різними поколіннями через спільну участь у групових заняттях, творчих майстер-класах, дискусіях та еко-дні.

Емпіричний етап. Проведення діагностики. До початку програми всі учасники заповнили опитувальники, що включали шкали тривожності, адаптації, згуртованості та комунікації. Діагностичні процедури були проведені індивідуально та конфіденційно для забезпечення точності відповідей.

Реалізація програми міжпоколінної взаємодії. Дослідження тривало 3 місяці. Учасники брали участь у низці активностей, що сприяли посиленню зв’язків між поколіннями (наприклад, обговорення життєвого досвіду, культурних традицій, творчі завдання). Активності були структуровані так, щоб заохотити кожну вікову групу до участі та взаємодії.

Повторна діагностика: Після завершення програми учасники знову заповнили опитувальники, що дозволило оцінити зміни у психологічному стані та характері комунікації.

Аналітичний етап. Обробка даних: проведено кількісний аналіз результатів за допомогою методів математичної статистики; визначено динаміку змін за ключовими показниками: рівнем тривожності, сімейної згуртованості, адаптивності та ефективності комунікації.

Інтерпретація результатів. Аналіз дозволив виявити, що міжпоколінна комунікація виступає значущим ресурсом для зменшення тривожності та підвищення згуртованості родини в умовах вимушеної міграції.

Етичні аспекти. У дослідженні дотримано принципів етики:

- Усі учасники надали інформовану згоду.

- Забезпечено конфіденційність даних.

- Дослідження проводилося з урахуванням психологічної безпеки респондентів, без ризику емоційного дискомфорту.

Методичне забезпечення дослідження впливу міжпоколінної комунікації на психологічний стан родин, які перебувають у ситуації вимушеної міграції, включає вибір адекватних методів збору, аналізу та інтерпретації даних. Воно базується на принципах психологічного дослідження та враховує особливості об’єкта і предмета вивчення.

Об'єкт дослідження: міжпоколінна комунікація в сім'ях, які переживають процес вимушеної міграції.

Предмет дослідження: психоемоційний стан членів родини та його залежність від якості міжпоколінної комунікації в умовах вимушеної міграції.

Гіпотеза дослідження: Ефективна міжпоколінна комунікація позитивно впливає на психоемоційний стан родин в умовах вимушеної міграції, сприяючи адаптації та зниженню рівня стресу у членів родини різних вікових груп.

Головною метою дослідження є вивчення характеру міжпоколінної комунікації в родинах вимушених мігрантів та її впливу на психологічний стан їхніх членів. Завдання включають:

- аналіз особливостей взаємодії між поколіннями;

- виявлення бар’єрів та ресурсів міжпоколінної комунікації;

- оцінка рівня стресу, тривожності та депресії у членів родин в умовах вимушеної міграції;

- визначення впливу міжпоколінної комунікації на психоемоційний стан.

Аналіз дослідницької групи. Вибірка цільової аудиторії для дослідження включає родини, що представляють різні вікові групи (діти, підлітки, дорослі, літні люди) та перебувають у статусі вимушених мігрантів. До групи дослідження були залучені 10 українських родин з дітьми та 16 осіб похилого віку, які перебувають під тимчасовим захистом. Загальна кількість респондентів склала 55 осіб, віком від 12 до 75 років. У зазначених родинах є діти молодшого віку (9 осіб від 4 до 12 років), які брали участь у програмі взаємодії між поколіннями, однак їхній психологічний стан не був діагностований окремо. Відбір учасників здійснювався на основі їхньої готовності до вільного спілкування та бажання поділитися власним досвідом і емоційними переживаннями, що дозволило забезпечити відкритість та достовірність отриманих даних. На першому етапі дослідження з учасниками була укладена інформаційна згода (Додаток 1)

Аналіз групи респондентів за віком:

- Чоловіки старшого віку (55-75 років): 6 осіб (9.4%)
- Чоловіки середнього віку (31-45 років): 4 особи (6.3%)
- Хлопці підліткового віку (12-18 років): 5 осіб (7.8%)
- Діти до 12 років (хлопці): 5 особи (7.8%)
- Жінки старшого віку (55-75 років): 26 осіб (40.6%)



Рис. 3.1 Аналіз групи респондентів за віковими категоріями

- Дівчата підліткового віку (12-18 років): 4 особи (6.3%)

- Діти до 12 років (дівчата): 4 особи (6.3%)

На рисунку 3.1 представлена кругова діаграма, що наочно відображає аналіз групи респондентів за віковими категоріями. Кожний сектор відповідає певній групі, а відсотки показують частку цієї групи у загальній вибірці.

Аналіз групи респондентів за гендерним складом (рис.3.2):

- Чоловіки (включаючи хлопців): 15 осіб (23.4%)

- Жінки (включаючи дівчат): 40 осіб (62.5%)

- Діти до 12 років (хлопці та дівчата): 9 осіб (14.1%)

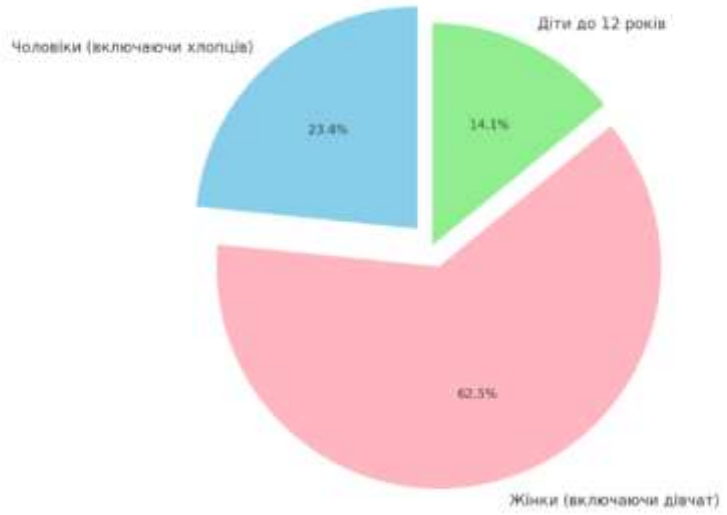


Рис. 3.2 Аналіз групи респондентів за гендерним складом

На малюнку вище (рис. 3.2) кругова діаграма, яка наочно ілюструє гендерний склад групи респондентів. Вона показує співвідношення чоловіків, жінок та дітей до 12 років у загальній вибірці.

Дані розподілу респондентів за віковими групами та гендерним складом дозволяють детальніше розглянути специфіку вибірки і врахувати ці особливості при інтерпретації результатів дослідження.

Аналіз сучасних емпіричних підходів до вивчення впливу міжпоколінної комунікації на психологічний стан родин, зокрема в умовах вимушеної міграції, демонструє значну різноманітність методів, кожен з яких

має специфічні можливості та обмеження. Основні методи емпіричного дослідження у психології включають спостереження, експеримент, опитування, тестування, аналіз документів та інтерв'ю. У контексті міжпоколінної комунікації ці методи доповнюються якісними техніками, які дозволяють розкрити соціокультурні та емоційні аспекти взаємодії між поколіннями. Для досягнення цілей дослідження застосовувався комплексний підхід, що включав низку методів, спрямованих на збір, аналіз та інтерпретацію даних.

1. Метод спостереження

Метод спостереження широко використовується для оцінки невербальних компонентів комунікації між членами родини різних поколінь. Дослідник може фіксувати моделі взаємодії, емоційні реакції та невербальні сигнали, які відображають ефективність або напруженість у комунікації. Наприклад, спостереження за поведінкою під час сімейних обговорень дозволяє оцінити рівень довіри та відкритості між членами родини.

Спостереження включало аналіз мовної та невербальної комунікації учасників, оцінку динаміки взаємодії учасників групи під час сімейних заходів та групових занять.

2. Опитувальник для збору інформації про учасників

Опитувальник для збору базової інформації про учасника є важливим інструментом для здобуття даних, необхідних для розуміння їхнього контексту та вивчення проблеми психоемоційного стану[6]. Мета використання такого опитувальника полягає в тому, щоб отримати повну інформацію про учасників дослідження, їхні потреби, ресурси та перешкоди для успішної адаптації (Додаток 2). Ця інформація є важливою для розробки програм та інтервенцій. Характеристики опитувальника:

- Сімейний статус та вікові характеристики: Демографічні дані, такі як вік, стать, сімейний стан, кількість дітей, кількість членів сім'ї, їх вік та стать, можуть допомогти зрозуміти, як вік та родинний статус впливають на процес міграції та адаптації.

- Соціальне оточення: Наявність сім'ї та друзів у новій країні, підтримка спільнотою, взаємодія з громадою

- Досвід міграції: Інформація про досвід міграції включає період перебування у новій країні, причини міграції, ступінь адаптації до нових умов, наявність документів, що підтверджують статус мігранта тощо. Ці дані допоможуть зрозуміти специфіку ситуації мігранта та його потреби.

- Особливості соціального статусу: Інформація про освіту, професійний статус, мовні навички, заняття, можливості отримання підтримки та послуг в новій країні допоможе визначити рівень доступу до ресурсів та можливостей для адаптації.

- Стан здоров'я: Інформація про фізичний стан та загальний стан здоров'я кожного члена родини.

Обробка даних: Результати були узагальнені у вигляді частотного розподілу характеристик, що дозволило окреслити профіль групи респондентів.

3. Методика оцінки рівня тривоги за шкалою Бека

Методика оцінки рівня тривоги за шкалою Бека є інструментом, що дозволяє швидко та ефективно визначити ступінь виразності тривожних розладів у різних категорій осіб (Додаток 3). Мета використання: отримати детальну інформацію про психоемоційний стан, визначити рівень тривожності учасників дослідження до і після програми міжпоколінної взаємодії.

Зміст: Методика має застосування у широкому спектрі вікових груп - від молодих людей віком від 12 років до зрілих і осіб похилого віку. Вона складається з 21 твердження та розроблена аналогічно з методикою BDI (Шкала депресії Бека) [21]. Заповнення опросника займає не більше 10 хвилин та може бути проведене самим респондентом. Кожне з тверджень представляє собою типовий симптом тривоги, який може бути фізичного або психологічного характеру. Респонденти оцінювали ступінь згоди з твердженнями за 4-бальною шкалою (від 0 — "відсутність симптому" до 3 —

"виражений симптом").

Обробка даних: Підсумковий бал дозволяє розподілити респондентів за рівнем тривожності (низький, середній, високий).

Шкала може служити інструментом для ідентифікації осіб, які потребують додаткової підтримки та інтервенції для успішної адаптації [39]. Також цей тест на початку процесу дослідження та в кінці дослідження служить своєрідним індикатором впливу міжпоколінної комунікації на стан учасників дослідження, на їх рівень тривожності. Вона дозволяє визначити ефективність методів міжпоколінної комунікації у зменшенні тривожності та покращенні психологічного стану мігрантів після участі в різнопланових заходах, в яких була тісна взаємодія учасників дослідження різного віку, різної статі та з різних родин.

4. Психодіагностика та методи дослідження адаптації

Методика: ***Шкала сімейної адаптації та згуртованості FACES-3 для визначення сімейної структури.***

Мета: Визначення рівня адаптації, згуртованості та гнучкості в родинній системі.

Шкала сімейної адаптації та згуртованості (FACES-3) являє собою один з найбільш відомих стандартизованих опитувальників, призначених для оцінки сімейної структури [40]. Ця модель включає в себе три найважливіших параметра сімейного поведінки: згуртованість, адаптація та комунікація. Сімейна згуртованість - це ступінь емоційного зв'язку між членами сім'ї: при максимальній виразності цього зв'язку вони емоційно-взаємозалежні, при мінімальній – автономні і віддистанційовані один від одного [47]. Сімейна адаптація - характеристика того, наскільки гнучко або, навпаки, ригідно здатна сімейна система пристосовуватися, змінюватися при впливі на неї стресорів. У «циркулярної моделі» розрізняють чотири рівня сімейної згуртованості від екстремально-низького до екстремально-високого. Вони отримали такі назви: роз’єднаний, розділений, пов’язаний і зчеплений. Аналогічно діагностують чотири рівня сімейної адаптації: ригідний,

структурований, гнучкий і хаотичний. Методика сконструйована таким чином, що дозволяє проаналізувати, як члени сім'ї в даний час сприймають свою сім'ю і який би вони хотіли її бачити.

Зміст: Шкала FACES-3 містить твердження, що стосуються емоційної близькості між членами родини, розподілу ролей, рівня підтримки та вирішення конфліктів. Відповіді оцінювалися за 5-бальною шкалою (від 1 — "ніколи" до 5 — "завжди").

Обробка даних: Обчислювалися індекси адаптації та згуртованості, які дозволяють оцінити структурні характеристики родини (замкнена, відкрита, гнучка чи хаотична система). Дані використовувалися для визначення, як міжпоколінна комунікація впливає на функціонування сімейної системи.

Методика: ***Шкала Family Communication Patterns Scale (FCPS)***

Метод опитування є одним із найпоширеніших підходів у дослідженні міжпоколінної комунікації завдяки його гнучкості та можливості отримання кількісних даних. Деякі стандартизовані шкали, як-от Family Communication Patterns Scale (FCPS) та Multigenerational Interconnectedness Scale (MIS), активно використовуються для оцінки рівня ефективності сімейної комунікації. Зокрема, методика застосовувалася в численних міжнародних дослідженнях для оцінки орієнтації сімей на діалог або конформність. Наприклад, вона використовувалася для вивчення впливу сімейного спілкування на соціальний розвиток дітей та адаптацію до нових умов, у тому числі міграційних ситуацій. Шкала Family Communication Patterns Scale (FCPS) була розроблена американськими дослідниками Ренді Фіцпатріком (Randy Fitzpatrick), Меріан Річі (Mary Anne Ritchie) та Джуді Маклауд (Judith McLeod).у 2002 році. Ця шкала досліджує дві основні виміри сімейної комунікації:

1. Орієнтація на діалог – оцінює, наскільки в сім'ї заохочується відкритий обмін думками.
2. Орієнтація на конформізм – визначає схильність до узгодженості та ієрархії в сімейному спілкуванні.

Методика використовується для визначення стилю спілкування в родині, який впливає на прийняття рішень, адаптацію до змін і психологічний комфорт членів родини. Шкала FCPS дозволяє класифікувати сім'ї на чотири типи:

- Консенсуальні сім'ї (Consensual Families) Попри відкритість у діалозі, у таких родинах цінується дотримання традицій, сімейних правил та гармонії. Часто пріоритет надається думці старших членів родини чи лідера. Родини заохочують відкриті обговорення, у яких усі члени можуть висловлювати свої думки та почуття. Комунікація спрямована на досягнення взаєморозуміння.

- Плюралістичні сім'ї (Pluralistic Families) У плюралістичних родинах немає жорстких правил чи суворих традицій, акцент робиться на індивідуальності та автономії кожного члена. У таких родинах активно підтримується відкритий обмін думками, обговорення ідей та почуттів. Конфлікти вирішуються шляхом відкритих дискусій. Члени сім'ї заохочуються до самовираження та участі у прийнятті рішень.

- Протективні сім'ї (Protective Families) Родини з протективним стилем орієнтовані на суворе дотримання правил, традицій та авторитету. Молодші члени зазвичай приймають рішення старших без обговорення. У таких родинах відсутні відкриті дискусії. Члени сім'ї рідко обговорюють свої думки, емоції чи проблеми. Спілкування часто обмежене передачею необхідної інформації.

- Ліберальні сім'ї (Laissez-Faire Families) Відсутні чіткі правила, традиції або сімейні цінності, які всі члени родини дотримуються. Інтереси окремих осіб переважають над сімейними пріоритетами. У таких родинах мало уваги приділяється відкритому обговоренню, обміну думками чи почуттями. Члени сім'ї можуть відчувати дефіцит емоційного зв'язку.

Цей інструмент широко використовується в дослідженнях сімейної психології для аналізу зв'язку між комунікаційними моделями і психологічним благополуччям членів сім'ї. Шкала Family Communication

Patterns Scale (FCPS) оцінює ступінь зв’язків між поколіннями в родині. Вона включає такі аспекти:

- Емоційний зв’язок.
- Підтримка та обмін ресурсами між поколіннями.
- Вплив культурних традицій.

Мета використання: Оцінка особливостей комунікації між членами родини, виявлення її ефективності. В нашому дослідженні *методика використовується для оцінки, як міжпоколінна комунікація впливає на стійкість сімейних зв’язків у контексті змін, як-от вимушена міграція.*

Зміст: FCPS оцінює комунікаційні стилі родини на двох вимірах: орієнтація на розмову (стимулювання відкритого спілкування) та орієнтація на відповідність (адаптація до родинних норм). Анкети включають запитання, спрямовані на оцінку емоційного стану членів родини, їхнього рівня задоволеності спілкуванням та впливу міграції на ці процеси. Учасники оцінювали 26 тверджень за 7-бальною шкалою (від 1 — "абсолютно не згоден" до 7 — "абсолютно згоден").

Обробка даних: Розраховувалися середні показники для обох вимірів. Високі значення свідчать про відкриту та адаптивну комунікацію, тоді як низькі — про закритість та жорсткість норм. Дані аналізувалися до та після програми міжпоколінної взаємодії для оцінки змін у комунікації. Використання таких шкал допомагає не лише оцінити існуючий рівень комунікації, але й виявити потенційні зони напруження та можливості для втручання з метою підтримки психоемоційного стану родини.

5. Інтерв’ю

Глибинні напівструктуровані інтерв’ю є одним з ключових інструментів для вивчення суб’єктивного досвіду членів родини. Цей метод дозволяє досліднику глибше зрозуміти емоційний контекст комунікації, а також бар’єри та ресурси, які вона забезпечує в умовах вимушеної міграції. Наприклад, старші члени родини можуть описати, як вони передають традиції та цінності, тоді як молодші розповідають про труднощі освоєння

нових соціальних норм.

Методи аналізу даних

- Кількісний аналіз: Використання статистичних методів для аналізу зв’язків між рівнем міжпоколінної комунікації та психологічним станом (кореляційний аналіз, регресійний аналіз).

- Якісний аналіз: Виявлення тем і мотивів в інтерв’ю та спостереженнях, що відображають унікальний досвід родин.

- Комплексний підхід: Поєднання кількісного та якісного аналізу для забезпечення більш глибокого розуміння досліджуваного феномену.

У світовій практиці дослідження міжпоколінної комунікації акцент робиться на інтеграції кількісних і якісних методів, що забезпечує комплексний підхід до вивчення цього явища. Організація дослідження враховувала специфіку цільової групи, обрані методики дозволили отримати об'єктивні дані про вплив міжпоколінної комунікації на психологічний стан родин, а реалізована програма активностей сприяла формуванню міжпоколінного розуміння та підтримки. Методичне забезпечення, засноване на сучасних підходах до вивчення сімейної комунікації та адаптації в умовах міграції, дозволяє виявити як негативні чинники, що впливають на психологічний стан родин, так і ресурси, здатні забезпечити їхнє благополуччя в нових умовах. Використання багатовимірних методик, які враховують культурний контекст, вікові особливості та специфіку міграційного досвіду, сприяє отриманню надійних і валідних даних. Застосування таких підходів у дослідженні впливу міжпоколінної комунікації на психологічний стан родин в умовах вимушеної міграції дозволяє не лише виявити актуальні проблеми, а й розробити рекомендації для покращення адаптаційних процесів.

3.2. Аналіз отриманих результатів щодо впливу міжпоколінної комунікації на психоемоційний стан

Групове дослідження на тему "Вплив міжпоколінної комунікації на психоемоційний стан родини в умовах вимушеної міграції" проводилося з метою дослідження є вивчення характеру міжпоколінної комунікації в родинах вимушених мігрантів та її впливу на психологічний стан їхніх членів. В ході дослідження були реалізовані наступні завдання:

- виконано аналіз особливостей взаємодії між поколіннями;
- виявлено бар'єри та ресурси міжпоколінної комунікації;
- до та після участі в програмі проведена оцінка рівня стресу, тривожності та депресії у членів родин в умовах вимушеної міграції;
- визначення впливу міжпоколінної комунікації на психоемоційний стан.

Проаналізувавши результати опитувальника збору загальної інформації маємо характеристику нашої групи:

- діти віком до 12 років – 5 хлопчиків та 4 дівчинки
- підлітковий вік від 12 до 18 років - 5 хлопців та 4 дівчинки
- середній вік від 30 до 45 років - 4 чоловіка та 10 жінок
- старшого віку від 55 до 75 років - 6 чоловіків та 26 жінок

Всього 64 респонденти, серед яких 48 члени родин та 16 люди старшого віку які перебувають в умовах вимушеної міграції самі без родини.

1. Опитувальник для збору інформації про учасників

На основі даних, отриманих за допомогою опитувальника збору інформації, проведено аналіз сімейного стану дорослих респондентів (всього 46 осіб). До вибірки входили:

- чоловіки похилого віку (55-75 років): 6 осіб;
- чоловіки середнього віку (31-45 років): 4 особи;
- жінки старшого віку (55-75 років): 26 осіб;
- жінки середнього віку (30-45 років): 10 осіб.



Рис.3.3 Порівняння дорослих респондентів за сімейним станом

Серед усіх дорослих респондентів 34 особи (73,9%) перебувають у шлюбі, тоді як 12 осіб (26,1%) не одружені (рис 3.3). Неодружені респонденти включають переважно жінок старшого віку (вдов) через специфічні демографічні тенденції та триваліший середній вік життя жінок.

При поєднанні двох критеріїв гендерного та сімейного стану ми бачимо, що

- Серед чоловіків 10 осіб - 100% перебувають у шлюбі.
- Серед жінок (36 осіб):
  - 24 особи – це 66,7% перебувають у шлюбі.
  - 12 осіб – це 33,3% не одружені, серед яких більшість складають жінки похилого віку (вдові).

Результати можуть бути пояснені соціально-демографічними тенденціями, такими як триваліший середній вік життя жінок та вища ймовірність вдівства серед жінок похилого віку. Одружений статус у більшості респондентів може бути ключовим ресурсом для міжособистісної підтримки, що варто враховувати при розробці програм, спрямованих на підтримку психосоціального благополуччя. Таким чином, отримані дані дозволяють зробити висновок про важливість врахування сімейного стану

при формуванні програм взаємодії та підтримки для різних вікових і соціальних груп.

Досвід міграції учасників дослідження був досліджений на основі періоду їх перебування у новій країні, причин міграції, а також наявності документів, що підтверджують статус мігранта. Завдяки аналізу опитувальника ми з'ясували, що всі учасники групи були вимушені покинути рідні домівки через військовий стан та небезпечне середовище, всі мають підтверджуючі документи.

На момент аналізу (15 березня 2024 року) розподіл респондентів за періодом перебування у новій країні виглядає таким чином:

- перебування в новій країні менше 3 місяців:
  - 1 родина (5 осіб).
  - 1 особа старшого віку.
  - Усього: 6 осіб (9,4%).
- від 3 до 6 місяців:
  - 3 родини (15 осіб).
  - 3 особи старшого віку.
  - Усього: 18 осіб (28,1%).
- від 6 до 9 місяців:
  - 1 родина (5 осіб).
  - 3 особи старшого віку.
  - Усього: 8 осіб (12,5%).
- від 9 до 12 місяців:
  - 3 родини (12 осіб).
  - 2 особи старшого віку.
  - Усього: 14 осіб (21,9%).
- перебування в новій країні більше року:
  - 2 родини (11 осіб).
  - 7 осіб старшого віку.
  - Усього: 18 осіб (28,1%).



Рис.3.4 Порівняння досвіду міграції

На рисунку 3.4 кругова діаграма наочно ілюструє досвід міграції респондентів. Загальна структура вибірки: 48 осіб членів родин та 16 осіб старшого віку, які перебувають в новій країні без родини

Дослідження виявило, що більшість респондентів (28,1%) перебувають у новій країні більше року, що свідчить про їх тривалу адаптацію до нових умов. Водночас значна частина (28,1%) перебуває менше півроку, що може вказувати на актуальні проблеми раннього етапу міграції, такі як пошук житла, оформлення документів та соціальна інтеграція.

Особливої уваги заслуговує група старших людей, які перебувають у вимушеній міграції без родинної підтримки (16 осіб). Їхній досвід адаптації є важливим для оцінки психологічного стану та потреб в додаткових соціальних ресурсах.

Аналіз досвіду міграції респондентів показав важливість розгляду періоду перебування у новій країні як ключового фактора адаптації. Довший термін міграції часто корелює із більшою стабільністю, тоді як коротші терміни можуть вказувати на початкові труднощі, пов’язані з адаптацією.

Аналіз інформації про учасників, зібраної завдяки опитувальнику, дозволив нам дослідити профіль групи за віковими та гендерними критеріями, сімейним станом, соціальним статусом, досвідом міграції.

Під час реалізації програми «Єдність поколінь: активізація міжпоколінної комунікації для зміцнення сімейних зв'язків» (Додаток) було використано три відомих стандартизованих опитувальника для визначення оцінки сімейної структури та рівня стресу, виміру сімейної комунікації. Завдяки, яким було визначено:

- Ступінь задоволення сімейним життям: Оцінка членів сім'ї щодо загального задоволення сімейним життям та стану взаємин між ними.

- Рівень стресу: Оцінка рівня стресу, з яким стикаються члени сім'ї внаслідок міграції та перебування в новому середовищі.

- Емоційний стан: Оцінка емоційного стану (такого як тривога, депресія, розлади сну тощо) кожного члена родини.

- Рівень підтримки та комунікації в родині: Оцінка рівня підтримки, яку отримують члени родини один від одного, а також якість комунікації між ними.

- Сприйняття оточуючого середовища: Думки та почуття щодо оточуючого середовища, включаючи адаптацію до нового культурного, мовного та соціального контексту.

2. Методика оцінки рівня тривоги за шкалою Бека

Шкала тривоги Бека (англ. The Beck Anxiety Inventory, скор. BAI) – це клінічна тестова методика, яка призначена для скринінгу тривоги та оцінки ступеня її виразності. Шкала використовується для оцінки рівня тривоги у різних категоріях осіб, включаючи молодь віком від 12 років, дорослих і літніх людей. Вона складається з 21 твердження та розроблена аналогічно з методикою BDI (Шкала депресії Бека). Заповнення опросника займає не більше 10 хвилин та може бути проведене самим респондентом. Кожне з тверджень представляє собою типовий симптом тривоги, який може бути фізичного або психологічного характеру.

Аналіз результатів оцінки рівня тривоги за шкалою Бека проводився до і після участі в програмі міжпоколінної комунікації. У дослідженні взяли участь 55 респондентів:

- підліткового віку (12-18 років): 5 хлопців та 4 дівчинки (9 осіб, 16.4%).

- середнього віку (30-45 років): 4 чоловіки та 10 жінок (14 осіб, 25.5%).

- старшого віку (55-75 років): 6 чоловіків та 26 жінок (32 особи, 58.1%).

Учасникам було надано всю інформацію про методику та мету використання.

Проаналізувавши данні 55 анкет ми маємо наступні данні про рівень тривожності до участі в програмі:

- низький рівень тривожності: 8 осіб (14.5%);

- середній рівень тривожності: 22 особи (40.0%);

- високий рівень тривожності: 25 осіб (45.5%).

Показники тривожності перед програмою були найвищими серед респондентів старшого віку (55-75 років). Серед них 20 осіб мали високий рівень тривожності (62.5%), що пояснюється високим рівнем стресу через вимушену міграцію, втрату соціальних зв’язків та складнощі адаптації. У середній віковій групі 10 осіб (71.4%) демонстрували середній рівень тривожності. У підлітків частка осіб із середнім і високим рівнем тривожності розподілилася порівну.

Проаналізувавши анкети учасників після участі в програмі ми отримали данні рівня тривожності:

- низький рівень тривожності: 22 особи (40.0%).

- середній рівень тривожності: 27 осіб (49.1%).

- високий рівень тривожності: 6 осіб (10.9%).

Після тримісячної програми відбулося суттєве зниження рівня тривожності серед учасників усіх вікових груп. Порівнюємо отримані результати в таблиці. Найзначніші позитивні зміни спостерігалися у групі старшого віку: частка осіб із високим рівнем тривожності зменшилася з

62.5% до 12.5%, а частка осіб із низьким рівнем зросла до 37.5%. У середній віковій групі кількість осіб із високим рівнем тривожності знизилася до 7.1%, натомість більшість учасників досягли середнього рівня. У підлітків рівень тривожності знизився, і в групі вперше з'явилися учасники з низьким рівнем тривожності.

Таблиця 3.2

Порівняння рівня тривожності у респондентів

Рівень тривожності	До програми (%)	Після програми (%)
Низький	14.5	40.0
Середній	40.0	49.1
Високий	45.5	10.9

Отримані результати свідчать, що програма міжпоколінної комунікації виявилася ефективною у зниженні рівня тривожності серед усіх вікових груп. Особливо значущі результати спостерігалися серед людей старшого віку, які завдяки програмі отримали підтримку, можливість відновити почуття приналежності та сенсу життя. Позитивний вплив програми на підлітків та осіб середнього віку пояснюється залученням до колективних активностей, які сприяли розвитку соціальних зв'язків, зміцненню почуття безпеки та взаємодопомоги. Ці результати підтверджують, що міжпоколінна взаємодія є ефективним інструментом зниження тривожності та покращення психоемоційного стану учасників.

3. Шкала сімейної адаптації та згуртованості FACES-3 для визначення сімейної структури.

Шкала сімейної адаптації та згуртованості (FACES-3) являє собою один з найбільш відомих стандартизованих опитувальників, призначених для оцінки сімейної структури. Авторами даного опитувальника є Д.Х. Олсон, Дж. Портнером та І. Лаві. В основі створення методики лежить «циркулярна модель» («кругова модель») Д.Х. Олсона. Програма була адаптована у Науково-дослідному психоневрологічному інституті ім.В.Бехтерева). Ця

модель включає в себе три найважливіших параметра сімейного поведінки: згуртованість, адаптація та комунікація. FACES-3 є третім варіантом серій шкал FACES, розробленим для оцінки двох основних параметрів структури сім'ї, представлених графічно в «циркулярної моделі», - сімейної згуртованості та сімейної адаптації.

Сімейна згуртованість - це ступінь емоційного зв'язку між членами сім'ї: при максимальній виразності цього зв'язку вони емоційно-взаємозалежні, при мінімальній – автономні і віддистанційовані один від одного. Для діагностики сімейної згуртованості використовуються наступні показники: «емоційний зв'язок», «сімейні кордону», «прийняття рішень», «час», «друзі», «інтереси і відпочинок».

Сімейна адаптація - характеристика того, наскільки гнучко або, навпаки, ригідно здатна сімейна система пристосовуватися, змінюватися при впливі на неї стресорів. Для діагностики адаптації використовуються такі параметри: «лідерство», «контроль», «дисципліна», «правила та ролі в сім'ї». У «циркулярної моделі» розрізняють чотири рівня сімейної згуртованості від екстремально-низького до екстремально-високого. Вони отримали такі назви: роз’єднаний, розділений, пов’язаний і зчеплений. Аналогічно діагностують чотири рівня сімейної адаптації: ригідний, структурований, гнучкий і хаотичний.

Оцінка сімейної структури за методикою FACES-3: аналіз результатів

Метою використання шкали сімейної адаптації та згуртованості (FACES-3) було оцінити реальний та ідеальний рівень сімейної згуртованості та адаптації у 10 родинах, які брали участь у спільних міжпоколінних активностях. У дослідженні аналізувалися відмінності між сприйняттям реального функціонування сім’ї та її бажаним станом, а також визначався ступінь задоволеності учасників сімейним життям. Визначення рівня адаптації, згуртованості та гнучкості в родинній системі допоможе нам оцінити вплив взаємодії різних вікових груп.

У дослідженні взяли участь 10 родин, які пройшли оцінювання за шкалою FACES-3 до і після участі у програмі міжпоколінної взаємодії. Загальна вибірка становила 39 осіб, розділених на три вікові групи:

- Підлітковий вік (12-18 років): 5 хлопців та 4 дівчинки (9 осіб, 23.1%).

- Середній вік (30-45 років): 4 чоловіки та 10 жінок (14 осіб, 35.9%).

Сімейна згуртованість

Показники	Родина 1	Родина 2	Родина 3	Родина 4	Родина 5	Родина 6	Родина 7	Родина 8	Родина 9	Родина 10	Середнє	Різниця з ідеалом
Емоційний зв'язок	7	6	5	6	9	10	3	4	8	7	6.5	2.5
Сімейні кордони	4	5	4	6	7	8	3	4	7	5	5.3	1.8
Прийняття рішень	2	3	2	3	4	4	1	2	4	3	2.8	2.2
Час	3	4	3	4	5	6	2	3	5	4	3.9	1.6
Друзі	3	3	2	4	5	5	1	2	4	3	3.2	1.8
Інтереси та відпочинок	4	5	4	5	6	7	3	4	6	5	4.9	1.6
Сімейна згуртованість	23	26	20	28	36	40	13	19	34	27	26.6	8.4

Сімейна адаптація

Показники	Родина 1	Родина 2	Родина 3	Родина 4	Родина 5	Родина 6	Родина 7	Родина 8	Родина 9	Родина 10	Середнє	Різниця з ідеалом
Лідерство	5	6	4	6	8	9	3	4	7	5	5.7	2.3
Контроль	4	5	3	5	6	7	2	3	5	4	4.4	2.6
Дисципліна-роли	3	4	2	4	5	6	2	3	4	3	3.6	2.4
Правила	5	6	4	6	7	8	3	5	6	5	5.5	2.5
Сімейна адаптація	17	21	13	21	26	30	10	15	22	17	19.2	7.8

- Старший вік (55-75 років): 6 чоловіків та 10 жінок (16 осіб, 41.0%).

Рис. 3.5 Порівняння результатів за методикою FACES-3

Результати опитування та підрахунки балів дозволяють (рис. 3.5) провести аналіз рівня сімейної згуртованості та адаптації для кожної з десяти сімей, а також визначити тип структури сім'ї. Результати до участі в програмі

1. Рівень сімейної згуртованості:

- Роз'єднаний рівень: 4 родини (40%) мали низький рівень емоційного зв'язку, що проявляється відстороненістю членів сім'ї. Це родини 3, 7, 8, 10.

- Розділений рівень: родини (30%) демонстрували помірну автономність. Родини 1, 2, 9.

- Пов'язаний рівень: 2 родини 4 і 5 (20%) мали емоційно-залежні відносини.

- Зчеплений рівень: 1 родина – родина 6 (10%) відзначалася надмірною взаємозалежністю.

У 5 родинах спостерігалася збалансована згуртованість (пов’язаний і розділений рівні), що свідчить про здорову емоційну взаємодію. У 5 родинах виявлено екстремальні рівні (зчеплений або роз’єднаний рівень). Зчеплені сім’ї характеризуються надмірною залежністю між членами, а роз’єднані — ізоляцією. За очікуваннями всі учасники прагнули до більшої згуртованості, але в межах збалансованих рівнів.

Завдяки спостереженням було виявлено:

- Підлітки бажали більше часу проводити з родиною та відчувати більшу емоційну підтримку.

- Люди середнього віку прагнули до зменшення залежності в родинах із зчепленим рівнем та посилення емоційного зв’язку в роз’єднаних сім’ях.

- Старші учасники демонстрували високу задоволеність у випадках, коли згуртованість була збалансованою.

2. Рівень сімейної адаптації:

- Ригідний рівень: 3 родини (30%) мали складнощі з адаптацією до змін, чіткі правила та контроль. Родини 3, 7, 10

- Структурований рівень: 4 родини (40%) проявляли помірну адаптивність. Родини 1, 2, 4, 9

- Гнучкий рівень: 2 родини (20%) демонстрували високу адаптивність. Родини 5, 6.

- Хаотичний рівень: 1 родина (10%) мала нестабільну структуру та нерегулярний розподіл ролей. Родина 8.

У 6 родинах зафіксовано збалансовані рівні адаптації (гнучкий і структурований рівні), що свідчить про адекватну здатність пристосовуватися до стресів. У 4 родинах виявлено екстремальні рівні (ригідний або хаотичний рівень). Ригідність вказує на брак гнучкості, хаотичність — на нестабільність у прийнятті рішень. Учасники демонстрували прагнення до гнучкішої та структурованої адаптації. Найбільші розбіжності між реальними та ідеальними оцінками спостерігалися серед родин із хаотичною системою.

3. Рівень задоволеності сімейною системою: У 70% респондентів виявлена значна різниця між реальними показниками сімейної згуртованості та адаптації та їх ідеальними уявленнями, що свідчить про потенційний рівень незадоволеності станом сімейних відносин.

У сім’ях із збалансованими рівнями згуртованості та адаптації показники задоволеності були значно вищими, ніж у родинах із крайніми рівнями. Найменшу задоволеність висловили члени сімей із ригідною та роз’єднаною структурою.

Збалансовані рівні цих показників є ключовими для здорового функціонування родин. Учасники прагнуть до змін, які сприяють зменшенню емоційної ізоляції та ригідності.

Участь у спільних заходах позитивно вплинула на емоційний зв’язок між членами сімей, особливо в групах із підлітками та людьми старшого віку. Результати після участі в програмі «Єдність поколінь: активізація міжпоколінної комунікації для зміцнення сімейних зв’язків»

1. Рівень сімейної згуртованості(рис.3.6):

- Роз'єднаний рівень: знизився до 1 родини (10%).

- Розділений рівень: 4 родини (40%) досягли помірного рівня автономності. Це родини 1, 3, 8, 10

- Пов'язаний рівень: 4 родини (40%) досягли балансу в емоційних зв'язках. Родини 2, 4, 5, 9

- Зчеплений рівень: 1 родина – родина 6 (10%) залишилася надмірно залежною.

Сімейна згуртованість

Показники	Родина 1	Родина 2	Родина 3	Родина 4	Родина 5	Родина 6	Родина 7	Родина 8	Родина 9	Родина 10	Середнє	Різниця з ідеалом
Емоційний зв'язок	8	8	7	8	10	12	6	7	9	8	8.3	0.7
Сімейні кордони	6	7	6	7	8	9	5	6	8	7	6.9	0.7
Прийняття рішень	4	5	4	5	6	6	3	4	5	5	4.7	0.3
Час	5	5	4	6	7	8	4	5	7	6	5.7	0.2
Друзі	4	5	4	5	6	6	3	4	5	5	4.7	0.3
Інтереси та відпочинок	5	6	5	6	7	8	5	5	7	6	6.0	0.5
Сімейна згуртованість	32	36	30	37	44	49	26	31	41	37	36.3	4.7

Рис.3.6 Показники сімейної згуртованості після участі в програмі

2. Рівень сімейної адаптації (рис. 3.7.) :

- Ригідний рівень: зменшився до 1 родини (10%). Родина 7

- Структурований рівень: збільшився до 6 родин (60%). Це родини 1, 2, 4, 5, 8 та 9.

- Гнучкий рівень: зберігся у 3 родин (30%). Родини 3, 6, 10.

- Хаотичний рівень: зник - 0 родин (0%).

Сімейна адаптація

Показники	Родина 1	Родина 2	Родина 3	Родина 4	Родина 5	Родина 6	Родина 7	Родина 8	Родина 9	Родина 10	Середнє	Різниця з ідеалом
Лідерство	6	7	5	7	9	10	5	6	8	7	7.0	1.0
Контроль	5	6	4	6	7	8	4	5	6	5	5.6	1.4
Дисципліна-роли	4	5	3	5	6	7	3	4	5	4	4.6	1.4
Правила	6	7	5	7	8	9	5	6	7	6	6.6	1.4
Сімейна адаптація	21	25	17	25	30	34	17	21	26	22	23.7	3.3

Рис. 3.7. Показники сімейної адаптації після участі в програмі

3. Рівень задоволеності сімейною системою: У 85% респондентів спостерігається значне скорочення розбіжності між реальними та бажаними показниками сімейної згуртованості та адаптації. Це свідчить про підвищення рівня задоволеності сімейною системою.

Для наглядності та кращого розуміння результатів дослідження побудуємо діаграму(рис. 3.8.), на якій відображені показники сімейної згуртованості та адаптації для кожної з десяти родин. Діаграма є потужним інструментом візуалізації даних, який дозволяє швидко та зрозуміло представити результати дослідження для подальшого аналізу та висновків. Для створення діаграми скористаємось стовпчиковою діаграмою.

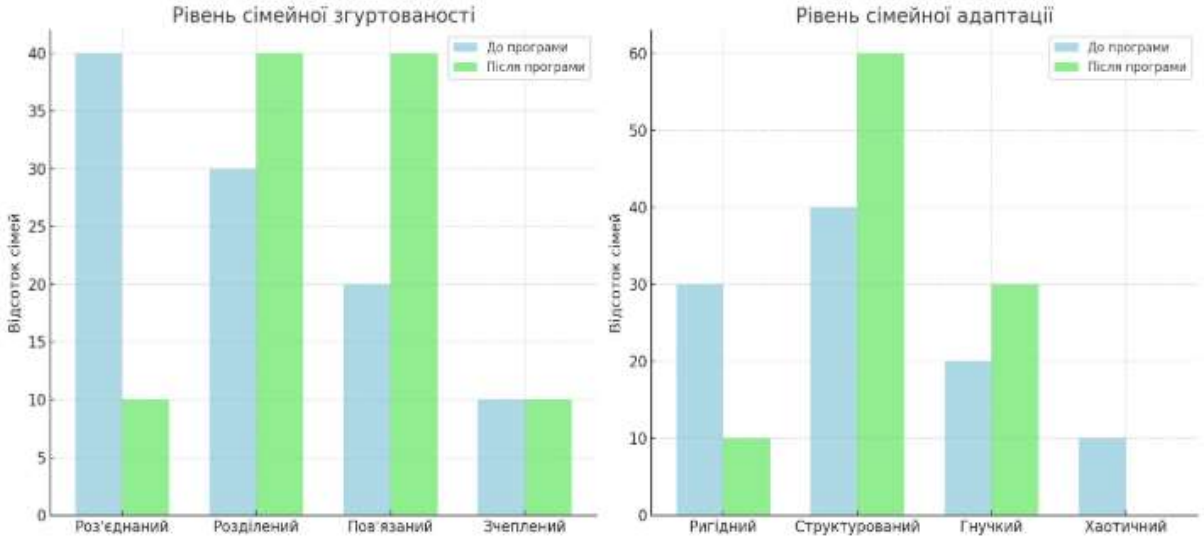


Рис. 3.8. Графіки порівняння результатів до та після участі в програмі

На графіках показано порівняння рівнів сімейної згуртованості та адаптації до і після участі в програмі «Єдність поколінь».

Лівий графік демонструє рівень сімейної згуртованості.

Після участі в програмі «Єдність поколінь» спостерігається зменшення частки родин із роз'єднаним рівнем згуртованості з 40% до 10%, що вказує на покращення емоційних зв’язків між членами сімей. Частка родин із розділеним рівнем (помірна автономність) зросла з 30% до 40%, що свідчить

про досягнення більшого балансу між автономією та близькістю. Кількість родин із пов'язаним рівнем (емоційний баланс) зросла з 20% до 40%, що є позитивним результатом програми. Зчеплений рівень залишився без змін, охоплюючи 10% родин, які характеризуються надмірною взаємозалежністю.

Правий графік показує як змінився рівень сімейної адаптації.

Частка родин із ригідним рівнем знизилася з 30% до 10%, що демонструє зменшення складнощів із пристосуванням до змін. Структурований рівень, який свідчить про помірну адаптивність, зріс із 40% до 60%, що відображає стабілізацію правил та ролей у родинах. Гнучкий рівень залишився стабільним на рівні 30%, що свідчить про збереження високої адаптивності у третини родин. Хаотичний рівень повністю зник (з 10% до 0%), що є значним позитивним досягненням програми.

Результати свідчать про підвищення рівнів згуртованості та адаптації в більшості родин, які взяли участь у програмі. Це демонструє ефективність ініціативи «Єдність поколінь» у зміцненні сімейних зв’язків та покращенні їх функціонування. Ми бачимо, що програма міжпоколінної взаємодії сприяла підвищенню рівня сімейної згуртованості та адаптації у більшості родин. Особливо помітними зміни були серед підлітків та людей старшого віку, для яких такі активності допомогли зменшити дистанцію у спілкуванні та зміцнити емоційний зв'язок. Родини стали більш структурованими та гнучкими у реагуванні на зміни, а рівень сімейної задоволеності значно зріс.

Таким чином, FACES-3 підтвердив ефективність програми у покращенні функціонування сімейної системи, зокрема в умовах вимушеної міграції.

4. Шкала Family Communication Patterns Scale (FCPS)

Шкала Family Communication Patterns Scale (FCPS) використовується для оцінки моделей комунікації у сім’ї, що сприяє розумінню взаємовідносин між членами сім’ї та їхнього впливу на сімейне функціонування. Нам цей інструмент дозволяє реалізувати дослідження сімейних комунікацій у контексті міжпоколінних взаємодій у сім’ях вимушених мігрантів.

Спосіб обробки результатів за методикою Family Communication Patterns Scale (FCPS) передбачає кілька етапів, що дозволяють оцінити стилі комунікації у сім'ї:

1. Розрахунок загальних показників

- Орієнтація на діалог: Сумуються бали за всіма твердженнями з 1 по 15. Максимальний бал — 75, мінімальний — 15. Вищі значення вказують на переважання відкритої, підтримуючої комунікації між членами родини.

- Орієнтація на конформізм: Сумуються бали за твердженнями з 16 по 26. Максимальний бал — 55, мінімальний — 11. Вищі значення свідчать про акцент на традиціях, правилах і авторитеті.

2. Інтерпретація загальних показників

- Висока орієнтація на діалог: Сім'я демонструє відкритість, взаємоповагу та спільне ухвалення рішень. Підтримуються дискусії, що сприяють вирішенню проблем.

- Висока орієнтація на конформізм: Сім'я орієнтована на авторитарні моделі взаємодії, збереження гармонії та підпорядкування. Такий стиль може сприяти уникненню конфліктів, але обмежує індивідуальне вираження.

3. Типологія стилів сімейної комунікації

На основі поєднання показників виділяються чотири основні стилі:

- Плюралістичний стиль (висока орієнтація на діалог, низька на конформізм):

Родини цього типу відзначаються свободою у вираженні думок і відсутністю жорстких правил. Створюється середовище, що сприяє розвитку індивідуальності.

- Консенсусний стиль (висока орієнтація і на діалог, і на конформізм): Родини прагнуть до гармонії між традиціями і відкритою комунікацією. Вирішення конфліктів здійснюється через обговорення, але з урахуванням сімейних цінностей.

- Ліберальний стиль (низька орієнтація і на діалог, і на конформізм): Характеризується мінімальною взаємодією. Члени родини демонструють

незалежність, але можливі недоліки в емоційному зв’язку.

- Протективний стиль (низька орієнтація на діалог, висока на конформізм):

Це родини, де домінує авторитарний підхід. Відсутність відкритої комунікації може призводити до прихованих конфліктів.

4. Аналіз індивідуальних відповідей

Окрім загальних показників, аналізуються відповіді на окремі твердження. Це дозволяє виявити конкретні аспекти, які потребують покращення (наприклад, недостатнє обговорення важливих тем або надмірний акцент на правилах). А також зрозуміти вплив міграційних чинників на комунікацію, зокрема, які аспекти порушуються найчастіше.

Цей підхід забезпечує як кількісний, так і якісний аналіз сімейних комунікативних процесів, що робить його цінним у психологічній та соціальній практиці.

Дослідження з використанням методики Family Communication Patterns Scale (FCPS) було проведене серед 55 респондентів різного віку та статі, які перебувають у стані вимушеної міграції, з метою оцінки моделей комунікації у сім’ї та їхнього впливу на адаптацію до змінних умов.

Загальний склад вибірки:

- Підлітковий вік (12-18 років): 5 хлопців та 4 дівчинки (9 осіб, 16,4%).

- Середній вік (30-55 років): 4 чоловіки та 10 жінок (14 осіб, 25,5%).

- Старший вік (55-75 років): 6 чоловіків та 26 жінок (32 особи, 58,2%).

У результаті аналізу отриманих даних були виявлені наступні тенденції:

Аналіз загальних результатів на початку програми показав:

1. Типи сімейної комунікації::

- Консенсуальний тип (орієнтація на спілкування і відповідність): спостерігається у 35% респондентів (19 осіб, більшість жінок середнього віку). Така комунікація позитивно впливає на психоемоційний стан, сприяючи зниженню тривожності. Родини підтримують як відкриту

комунікацію, так і повагу до сімейних традицій. Консенсусні родини мають значний потенціал для адаптації, оскільки підтримують як відкриту комунікацію, так і повагу до сімейних традицій, які можуть забезпечити почуття стабільності. Однак вони можуть стикатися з викликами, якщо звичні цінності чи структури піддаються сильному зовнішньому впливу. Важливо, щоб такий стиль комунікації не перетворився на надмірний контроль, який стримує адаптацію молодших членів родини до нових умов.

- Протективний тип (висока орієнтація на відповідність, низька — на комунікацію): у 20% респондентів(11 осіб, здебільшого старшого віку). Домінує авторитарний підхід, відсутність відкритої комунікації, що може ускладнювати вирішення сімейних проблем. Ці сім'ї відчували більший рівень стресу, особливо серед підлітків, через відсутність обговорення емоцій. Протективні родини можуть стикатися з труднощами адаптації через фіксацію на традиційних нормах і відсутність відкритості до змін. Участь у програмах, спрямованих на розвиток комунікації, може допомогти таким сім’ям переходити до більш гармонійних стилів, таких як консенсусний або плюралістичний.

- Плюралістичний тип (висока орієнтація на спілкування, низька — на відповідність): у 25% респондентів (14 осіб, переважно підлітки та люди середнього віку). Цей стиль характеризується високою орієнтацією на діалог та низькою на конформізм, що сприяє обговоренню проблем та адаптації до змін. Плюралістичні родини мають гарні ресурси для адаптації до змін, таких як наприклад вимушена міграція. Відкритий стиль комунікації дозволяє їм ефективніше обговорювати проблеми, пов’язані з міграцією, та шукати спільні рішення. Однак для забезпечення стабільності таким родинам може бути корисно працювати над визначенням базових сімейних цінностей, які допоможуть у складних життєвих ситуаціях.

- Ліберальний тип (низька орієнтація на комунікацію і відповідність): Відзначений у 20% респондентів (11 осіб, переважно підлітки). Характеризується низькою взаємодією, що може свідчити про психологічну

дистанцію між членами родини. Ця категорія виявила найвищий рівень емоційної ізоляції серед респондентів. Ліберальні родини можуть стикатися з труднощами через брак згуртованості, що важливо для подолання життєвих змін. Такі сім’ї часто залишають членів наодинці з проблемами, що може поглиблювати їхній стрес. Програми, спрямовані на розвиток діалогу та спільних цінностей, можуть допомогти ліберальним родинам стати більш гармонійними та інтегрованими.

У респондентів з високим рівнем комунікації між поколіннями спостерігався нижчий рівень тривожності, депресії, та краще суб'єктивне відчуття благополуччя. У сім'ях із протективним або ліберальним типом частіше спостерігалися випадки розладів сну та емоційного виснаження.

2. Орієнтація на діалог:

- Підлітки вік від 12 до 18 років: Показали середні значення орієнтації на діалог (54/75 балів). Це свідчить про достатню відкритість у спілкуванні, хоча помітна певна стриманість у висловлюванні особистих почуттів через стрес, спричинений міграційним досвідом.

- Середній вік (30-55 років): Високі показники орієнтації на діалог (62/75 балів) свідчать про прагнення підтримувати відкриті дискусії та спільно вирішувати сімейні питання, що є важливим для адаптації сім’ї до нових умов.

- Старший вік 55-75 років: Помірно низькі показники (48/75 балів) свідчать про обмежену відкритість у спілкуванні, ймовірно, через традиційні установки щодо сімейних ролей та впливу культурного контексту.

3. Орієнтація на конформізм:

- Підлітки вік від 12 до 18 років: Низькі значення орієнтації на конформізм (32/55 балів) відображають прагнення до більшої свободи у висловлюванні власної думки та меншої залежності від авторитетів.

- Середній вік(30-45 років): Середні показники 40/55 балів демонструють рівновагу між підтримкою традиційних правил та прагненням до адаптивності.

- Старший вік 55-75 років: Високі показники (49/55 балів) вказують на сильну орієнтацію на традиції, суворе дотримання правил і авторитету, що може перешкоджати швидкій адаптації до нових умов.

Співвідношення результатів за віковими групами

- В групі підлітки (12–18 років) спостерігається високий рівень орієнтації на діалог і низький рівень конформізму, що вказує на потребу у підтримці відкритого спілкування для подолання міжпоколінних бар'єрів. У сім'ях із низькою комунікацією спостерігався емоційний регрес.

- Середній вік(30-55 років): Найвищий рівень тривожності через відповідальність за забезпечення родини. Баланс між діалогом та конформізмом свідчить про важливість підтримки традицій за умови адаптивності до нових умов. Важливість конструктивної комунікації для зниження стресу.

- Старший вік 55-75 років: Продемонстрували високу орієнтацію на конформізм і низька на діалог може бути викликом для адаптації, оскільки традиційний підхід до комунікації не завжди відповідає вимогам сучасних умов. Високий рівень задоволеності комунікацією в родинах з плюралістичним типом. Почуття ізоляції в ліберальних моделях.

Учасники групи заповнювали опитувальник після першої зустрічі програми. Під час попередньою розмови більшість респондентів визначили причини участі в програмі, серед яких покращення комунікації мж членами родини різного віку, надію що програма сприятиме підвищенню емоційної відкритості, гнучкості у вирішенні проблем та зменшенню конфліктів між поколіннями.

Під час десятого заняття учасники пройшли повторне опитування для оцінки результатів після участі в програмі взаємодії різних поколінь. Аналіз результатів свідчить:

1. Розподіл стилів сімейної комунікації після участі в програмі:

- Плюралістичний стиль: Частка сімей із плюралістичним стилем зросла з 25% (14 осіб) до 45% (25 осіб). Спостерігається покращення

відкритості у спілкуванні та зменшення бар’єрів у взаємодії між поколіннями.

- Консенсусний стиль: Частка сімей із консенсусним стилем зросла з 35% (19 осіб) до 40% (22 осіб). Родини збережуть повагу до традицій при одночасному розвитку адаптивності.

- Ліберальний стиль: Частка родин із ліберальним стилем зменшилась з 20% (11 осіб) до 10% (6 осіб). Спостерігається підвищення рівня взаємодії між членами сімей.

- Протективний стиль: Частка сімей із протективним стилем знизилась з 20% (11 осіб) до 5% (2 особи). Зменшення авторитарності завдяки навчальним та терапевтичним сесіям.

2. Орієнтація на діалог: У всіх вікових групах помітно зростання середніх показників.

- Підлітки: з 54 до 65/75 балів — розвиток відкритого спілкування, усвідомлення потреб інших членів сім’ї.

- Середній вік: з 62 до 70/75 балів — зміцнення навичок обговорення складних питань та пошуку спільних рішень.

- Старший вік: з 48 до 58/75 балів — поступове зниження традиційної стриманості у вираженні почуттів та відкритості до нового досвіду.

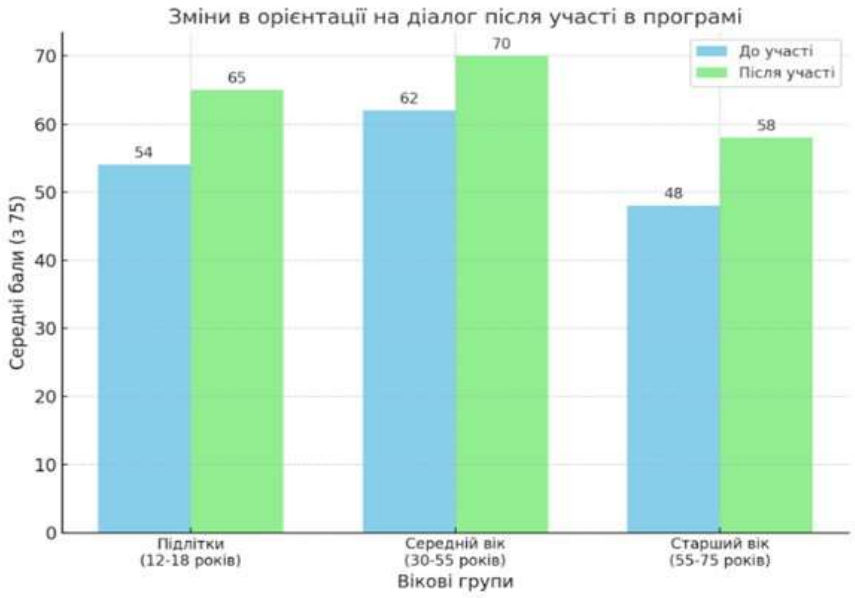


Рис. 3.9. Порівняння показника «Орієнтація на діалог»

На графіку (рис.3.9.) показано зміни в середніх балах орієнтації на діалог серед різних вікових груп до та після участі в програмі взаємодії різних поколінь. Цей графік ілюструє загальне зростання відкритості в комунікації внаслідок участі в програмі.

Порівняльний аналіз середніх показників

- свідчить про помітне покращення у відкритості спілкування серед груп підлітків (12-18 років);

- демонструє прогрес у навичках обговорення та вирішення питань серед людей середнього віку(батьки від 30 до 55 років);

- свідчить про зменшення стриманості та більшу готовність до нових підходів у спілкуванні серед людей старшого віку(55-75 років).

3. Орієнтація на конформізм: Спостерігається зниження показників у старшого покоління при збереженні стабільності у підлітків та дорослих.

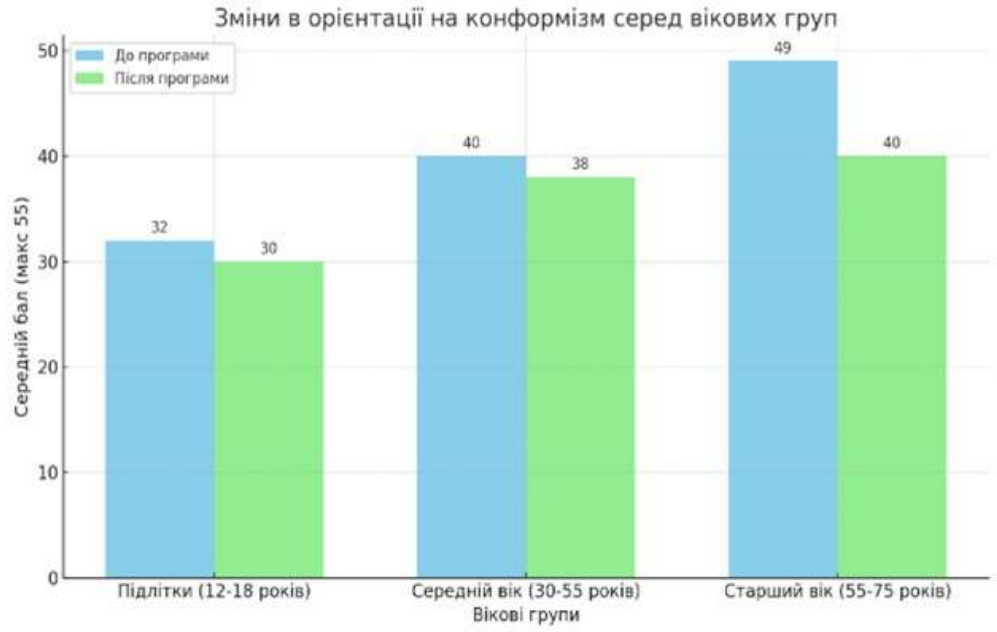


Рис.3.10. Порівняння показника «Орієнтація на конформізм»

На графіку (рис. 3.10) представлено зміни в орієнтації на конформізм серед трьох вікових груп до та після участі у програмі:

- Підлітки (12-18 років): Невелике зниження показників із 32 до 30/55 балів, що свідчить про зменшення суворості правил і стимулювання свободи висловлювань в родині.

- Середній вік (30-55 років): Показники знизилися з 40 до 38/55 балів, демонструючи баланс між традиціями та інноваціями.

- Старший вік(55-75 років): Значне зниження з 49 до 40/55 балів, що відображає ослаблення жорсткого контролю і покращення адаптації.

Аналізуючи соціально-психологічний ефект програми ми бачимо:

- у підлітків покращення емоційного зв'язку з батьками та старшими членами сім'ї. Розвиток навичок асертивного спілкування, що знижує конфліктність.

- у батьків формування кращих навичок вирішення сімейних конфліктів. Посилення ролі як медіаторів між підлітками та старшими членами сім'ї.

- у старшого покоління зниження рівня напруженості у спілкуванні з молодшими членами сім'ї. Відчуття більшої підтримки та визнання з боку родини.

Отримані результати підтверджують, що міжпоколінна комунікація виконує важливу роль у стабілізації психоемоційного стану вимушених мігрантів. Її вплив варіюється залежно від сімейної моделі спілкування та вікової категорії респондентів. Проте загальні результати підтверджують підвищення взаєморозуміння між поколіннями та зміцнення емоційних зв'язків та довіри у сім'ї, формування більш адаптивних та відкритих моделей комунікації. Результати програми стануть основою для створення гармонійного сімейного середовища, що допоможе сім'ям краще долати виклики вимушеної міграції.

ВИСНОВКИ

У ході дослідження було досягнуто головної мети — визначено, як міжпоколінна комунікація впливає на психоемоційний стан родин у ситуації вимушеної міграції, а також виявлено специфічні чинники, що сприяють або перешкоджають збереженню позитивних сімейних зв'язків у нових умовах.

У процесі дослідження було уточнено ключові поняття, які формують концептуальну основу роботи, забезпечуючи чітке розуміння основних термінів та їх значення в контексті вимушеної міграції. Зокрема, поняття «покоління» було визначено як соціально-демографічну групу людей, які об'єднані не лише спільними віковими характеристиками, але й схожими історичними умовами, культурним досвідом і соціальними реаліями, що формують їхні цінності, світогляд та поведінкові особливості. Це визначення дозволяє розглядати покоління не тільки як вікову категорію, але й як носіїв унікального досвіду, який впливає на їхню взаємодію з іншими групами.

Міжпоколінна комунікація трактується як складна сукупність комунікаційних, соціальних і психологічних процесів, які забезпечують зв'язок між різними віковими групами в межах родини чи суспільства. Ця взаємодія включає обмін досвідом, передавання цінностей і традицій, а також надання підтримки в емоційному, практичному та культурному аспектах. Взаємодія поколінь є критично важливим фактором для зміцнення соціальних зв'язків і підтримки стабільності родинних відносин, особливо в умовах кризи, таких як вимушена міграція. Це не просто передача знань, але й створення емоційного зв'язку, який сприяє збереженню стабільності в родинних стосунках. Міжпоколінна комунікація відіграє ключову роль у забезпеченні адаптації родин до нових умов, а також у формуванні емоційної підтримки для всіх її членів. Особливо важливою вона є у кризових умовах, коли комунікація між поколіннями допомагає знижувати рівень тривожності, посилювати відчуття єдності та сприяти психологічному благополуччю

родини чи спільноти.

Поняття «вимушена міграція» визначається як особливий вид міграції, пов’язаний із кризовими обставинами, такими як війна, збройні конфлікти, природні катастрофи чи інші непередбачувані загрози. Вона характеризується не лише зміною місця проживання, але й значними емоційними та психологічними випробуваннями для людей, включаючи розрив звичних соціальних зв’язків, втрату відчуття стабільності та необхідність адаптації до нових соціокультурних умов.

Теоретичний аналіз показав, що вимушена міграція чинить значний тиск на психоемоційний стан людей різного віку. Найбільш поширеними проблемами є підвищений рівень тривожності, депресії та соціальна ізоляція. Розрив звичних соціальних зв’язків та необхідність адаптації до нових умов посилюють ці труднощі. У молодших поколінь спостерігаються тривожність, порушення адаптації та проблеми із соціалізацією. У старших поколінь частіше виникають депресивні стани, емоційне виснаження та труднощі в інтеграції через різницю в культурних і соціальних контекстах. Однак позитивний вплив міжпоколінної комунікації сприяє зниженню негативного емоційного навантаження.

Ці уточнення стали важливою теоретичною базою для аналізу впливу міжпоколінної комунікації на психоемоційний стан родин у ситуації вимушеної міграції, а також для розробки програми підтримки сімей у кризових обставинах.

Дослідження міжпоколінної комунікації в умовах вимушеної міграції дало змогу проаналізувати вплив цього явища на психоемоційний стан родин, які переживають кризові обставини. У кризових умовах ефективна комунікація між поколіннями сприяє збереженню емоційних зв’язків у родині, полегшує процес адаптації до нових соціокультурних умов і знижує рівень стресу. Старше покоління забезпечує емоційну підтримку та передає життєвий досвід, тоді як молодші покоління допомагають в інтеграції до сучасного середовища. Отримані результати підтвердили актуальність

розгляду міжпоколінної взаємодії як ключового фактора, що впливає на адаптацію та емоційний добробут членів сім'ї.

Завдяки спостереженням виявлено, що в сім'ях, де взаємодія між поколіннями є розвиненою, рівень стресу значно нижчий. Спільне вирішення проблем, взаємопідтримка та відкритий обмін емоціями сприяють збереженню єдності родини. У той же час недостатність комунікації може призводити до конфліктів, ізоляції старших членів родини або емоційного відчуження. Зокрема, виявлено специфічні механізми взаємодії між поколіннями, що сприяють збереженню емоційної стійкості родин у складних соціально-економічних обставинах.

На якість взаємодії між поколіннями впливають такі чинники, як різниця в цінностях, культурний бар'єр, мова спілкування, досвід пережитих травматичних подій і соціально-економічне становище родини. Подолання цих бар'єрів потребує усвідомлених зусиль з боку кожного члена сім'ї.

Емпіричне дослідження підтвердило, що розвинена міжпоколінна комунікація є важливим фактором зниження тривожності, стресу та сприяє адаптації в умовах нових соціокультурних викликів. Також встановлено, що специфічні механізми взаємодії між поколіннями сприяють збереженню емоційної стійкості родин у складних соціально-економічних обставинах.

Міжпоколінна комунікація є важливим інструментом для збереження родинної цілісності та емоційного благополуччя в умовах вимушеної міграції. Її розвиток сприяє успішній адаптації родин до нових обставин, зменшенню рівня стресу та покращенню якості життя. Отримані результати можуть стати основою для подальших наукових розробок і практичних ініціатив у сфері психологічної підтримки сімей мігрантів.

СПИСОК ВИКОРИСТАНИХ ДЖЕРЕЛ

1. Аксентьєва О. М. Психологічні особливості дитячо-батьківських взаємин у сім'ях, які перебувають у складних життєвих обставинах : кваліфікаційна робота. Кривий Ріг : КДПУ, 2022. 93 с

2. Балабанова Л.М. Психологічні особливості рефлексії вимушених переселенців. *Проблеми екстремальної та кризової психології. Збірник наукових праць.* Вип. 22. Харків: НУЦЗУ, 2017. С. 51-58.

3. Бачинська М. В. Міграція як детермінанта якості життя осіб похилого віку. *Соціально економічні проблеми сучасного періоду України*, Вип. 3(101). 2013,

4. Блинова О. Є. Соціально-психологічні засади адаптації вимушених мігрантів. URL: http://www.appsychology.org.ua/data/jrn/v9/i9/10.pdf (дата звернення: 14.08.2024).

5. Блинова О. Є. Психологічне здоров'я мігрантів: результати емпіричного дослідження. *Освіта регіону : політологія, психологія, комунікації.* Вип. № 2 (32). 2013. С. 244–248.

6. Блинова О. Є. Емпіричне дослідження соціально-психологічної адаптації трудових мігрантів України в інокультурному середовищі. *Збірник наукових праць: філософія, соціологія, психологія.* Івано-Франківськ : Вид-во Прикарпатського національного університету імені Василя Стефаника. Вип. 16, ч. 1. 2011. С. 24–33.

7. Венгер О. П., Мисула Ю. І. Структура та особливості психопатологічної симптоматики у вимушених мігрантів на сучасному етапі. Тернопільський національний медичний університет імені І.Я. Горбачевського МОЗ України. С. 60–67.

8. Вознесенська О. Арт-терапія в роботі з вимушеними переселенцями. *Простір арт-терапії*. Вип. 2(18). 2015. С. 23-41.

9. Гуляєва А. С. Психологічні особливості вимушеного переселення. *Збірник наукових праць Кам'янець-Подільського національного університету імені Івана Огієнка, Інституту психології імені Г. С. Костюка НАПН України*. С. 66–75.

10. Гурлєва Т. С., Журавльова Н. Ю. Довіра до себе як важливий атрибут стресостійкості особистості в умовах інформаційної війни: взаємозв'язок понять. *Вчені записки ТНУ імені В. І. Вернадського.* Серія: Психологія. 2022. С. 76-82. URL: https://psych.vernadskyjournals.in.ua/journal/4_2022/14.pdf (дата звернення: 12.05.2024).

11. Діденко Г. О. Теоретичний аналіз сучасних моделей посттравматичного зростання. *Науковий вісник Херсонського державного університету.* 2022. С. 35-39.

12. Довгань Н. О. Психологія соціокультурної взаємодії поколінь: монографія. Київ : Талком, 2020. 539 с.

13. Еріксон Е. 8 стадій психосоціального розвитку. URL: http://web.cortland.edu/andersmd/ERIK/stageint.HTML (дата звернення: 12.10.2024).

14. Еріксон, Е. Дослідження стадій соціально-емоційного розвитку. URL: http://surl.li/lifyva (дата звернення: 30.09.2024).

15. Звєрєва І. Д. Тренінговий курс «Основ батьківської компетентності». Соціально-педагогічна та психологічна робота з дітьми трудових мігрантів: науково-методичний посібник / За ред. К. Левченка, І. Трубавіної. Харків, 2008. 384 с.

16. Зливков В. Л., Лукомська С. О., Федан О. В. Психодіагностика особистості у кризових життєвих ситуаціях. Київ: Педагогічна думка, 2016. 219 с.

17. Калька Н., Ковальчук З. Практикум з арт-терапії: навчально-методичний посібник. Ч. 1. Львів: ЛьвДУВС, 2020. 232 с.

18. Кількість українців та їх міграція закордон через війну. Укрінформ. URL: http://surl.li/kphsdn (дата звернення: 8.10.2024).

19. Кікінежді О. М. Психологія сімейного виховання: традиції та сучасність. Тернопіль : Видавництво, 2019. 256 с.

20. Кісарчук З. Г., Єрмусевич О. І. Психологічна допомога сім'ї: навчальний посібник. Київ: Главник, 2006. 127 с.

21. Климчук В. О. Психологія посттравматичного зростання: монографія. Кропивницький: Імекс-ЛТД. 2020. 125 с.

22. Корольчук М. С. Психологія сімейних взаємин. Київ: Ніка-центр, 2011. 296 с.

23. Кучеренко С.В. Соціальна установка: адаптиційна класифікація особистостей. *Психологія і суспільство*. Вип. № 1. 2015. С. 92–101.

24. Кхасраві О. З. Співвідношення понять «мігрант», «біженець», «переселенець», «внутрішньо переміщена особа». *Науковий вісник Міжнародного гуманітарного університету*. Серія: Юриспруденція. Вип. № 20. 2016. С. 73–76.

25. Лазарюк В. Колективна психологічна травма в умовах надзвичайної ситуації російської збройної агресії проти України. *ІІІ Міжнародна наукова конференція «Воєнні конфлікти та техногенні катастрофи: історичні та психологічні наслідки*. С.174-176. URL: http://surl.li/laydqb (дата звернення: 12.10.2024).

25. Лібанова Е., Позняк О., Цимбал О. Масштаби та наслідки вимушеної міграції населення України внаслідок збройної агресії Російської Федерації. *Демографія та соціальна економіка*. Вип. № 2. 2022. С. 37–42. DOI: https://doi.org/10.15407/dse2022.02.037 .

26. Леонова І. М. Теоретичний аналіз проблеми соціальнопсихологічної адаптації вимушених переселенців в Україні. *Актуальні проблеми соціології, психології, педагогіки.* . Вип. №4 (29). 2015С. 94–100

27. Лефтеров В. О., Короход Я. Д. Психоемоційний стан та психологічна адаптація вимушено переміщених осіб в Україні. *Європейський вибір України, розвиток науки та національна безпека в реаліях масштабної військової агресії та глобальних викликів XXI століття»* (до 25-річчя Національного університету «Одеська юридична академія» та 175-річчя Одеської школи права): у 2 т.: матеріали Міжнар.наук.-практ. конф. (м. Одеса, 17 червня 2022 р.); за ред. С. В. Ківалова. Одеса: Гельветика, 2022. Т. 1. С. 291–294.

28. Малиновська О. Міграційна політика: глобальний контекст та українські реалії. НІСД. 2018. 472 с. URL: http://surl.li/rriksj

29. Маргашинський А. Сімя в циркулярній моделі і FACES IV Девіда Харків. Олсона. URL: http://surl.li/djbsyo

30. Меліченко Т.Д. Психологічна допомога суб'єктам змушеної міграції. *Модернізація українського суспільства в умовах євроінтеграції*: збірник наукових робіт / за заг. ред. Т.В. Семенюк, С.М. Коляденко, Н.П. Павлик. Житомир: Вид-во Житомирського державного університету імені Івана Франка, 2016. 130 с.

31. Мельник Ю. Б., Стаднік А. В. Шкала депресії, тривоги та стресу: метод. посіб. (укр. версія). Харків: ХОГОКЗ. 2023. 12 с. URL: https://doi.org/10.26697/sri.krpoch/melnyk.stadnik.4.2023

32. Мельничук Д. П., Сапон Д. М., Черниш О. А. Психічне здоровя, соціальні установки та уявлення щодо якості життя: гуманітарна експертиза міжпоколінних комунікацій інструментами психологічного аналізу: монографія. URL: https://doi.org/10.30525/978-9934-26-262-3-11 (дата звернення 04.04.2024)

33. Міграційні процеси в сучасному світі: світовий, регіональний та націо- нальний виміри: понятійний апарат, концептуальні підходи, теорія та практика: енциклопедія / НАН України, Ін-т держави і права ім. В.М. Корецького. Київ. Довіра, 1998. С. 124.

34. Мушкевич М. І., Чагарна С. Є. Основи психотерапії: навчальний посібник. Луцьк: Вежа-Друк, 2017. 420 с.

35. Найбільша міграційна криза з часів Другої світової: в ООН назвали кількість переселенців в Україні. Gazeta.ua. URL: http://surl.li/rqkouq (дата звернення: 27.04.2024)

36.Овчаренко О. Ю. Психологія стресу та стресових розладів: навчальний посібник. Університет «Україна», 2023. 266 с.70

37. Оніщенко А. С. Покоління як соціологічна категорія. URL: http://surl.li/jtzyjo (дата звернення: 07.10.2024)

38. Орбан-Лембрик Л. Е. Соціальна психологія: Підручник: У 2 кн. Кн. 2: Соціальна психологія груп. *Прикладна соціальна психологія*. Київ: Либідь, 2006. 560 с.

39. Смаль В., Позняк О. Внутрішньо переміщені особи: соціальна та економічна інтеграція в приймаючих громадах. URL: http://pleddg.org.ua/wp-content/uploads/2016/10/IDP_REPORT_by_V.Smal_09.06.2016_Ukr.pdf (дата звернення: 27.04.2024).

40. Столярчук О. А. Психологія сучасної сім'ї: навчальний посібник. Кременчук: ПП Щербатих О. В., 2015. 136 с.

41. Стець В. Особливості процесу соціально-психологічної адаптації мігрантів до нових умов життя. *Проблеми гуманітарних наук*. Психологія, 2016. С. 16-25.

42. Титаренко Т. М. Стратегії сприяння посттравматичному зростанню особистості. Київ. 2018. С. 217-232.

43. Титаренко Т. Особистісна криза в сучасній родині: теоретичні та емпіричні дослідження. Київ: Інститут соціальної та політичної психології, 2010. 236 с.

44. Українське лонгітюдне дослідження Ukrainian Longitudinal Study (ULS): Методичні рекомендації з використання психодіагностичних інструментів другої хвилі дослідження. URL: https://doi.org/10.32631/uls2021 (дата звернення: 30.09.2024).

45. Українські вимушені мігранти: інтеграція, ідентичність, повернення: Збірник матеріалів Міжнародної науково-практичної конференції. 25 травня 2023 р. Львів: МІОК, 2023. 315 с. URL: https://miok.lviv.ua/?p=22856 (дата звернення: 08.05.2024).

46. Чорна Л. Г., Горностай П. П., Вус В. І., Коробанова О. Л., Плетка О. Т. Психологія міжгрупової взаємодії у вимірах війни і миру: навчальний посібник. За ред. Л. Г. Чорної. Кропивницький: Імекс-ЛТД, 2023. 118 с.

47. Федан, О. В. Психодіагностика особистості у кризових життєвих ситуаціях. Київ: Педагогічна думка, 2016. 219 с. URL: https://core.ac.uk/download/pdf/77241343.pdf (дата звернення: 30.09.2024).

48 Bowen, J. «Вперед». Витоки сімейної психотерапії: Проект сімейних досліджень NIMH. Lanham, MD: Джейсон Аронсон. 2013. С. 2. ISBN 978-0-7657-0975-2.

49. Bowen, M. Family Therapy in Clinical Practice. New York: Jason Aronson. 1978.

50. Braun-Galkowska, M. Psychologiczna analiza systemow rodzinnych osob zadowolonych i niezadowolonych z malzehstwa. Lublin: Towarzystwo Naukowe KUL. 1992.

50. Brzezinski, J. Metodologia badah psychologicznych. Warszawa: Wydawnictwo Naukowe PWN. 1999

51. Fisher, C. L., & Roccotagliata, T. (n.d.). Interpersonal Communication Across the Life Span. URL: https://doi.org/10.1093/acrefore/9780190228613.013.201 (дата звернення: 08.09.2024).

52. International Organization for Migration Ukraine. International Organization for Migration. URL: https://ukraine.iom.int / (дата звернення: 23.05.2024).

53. Social Learning Theory of Albert Bandura – College NP. URL: https://www.collegenp.com/article/social-learning-theory-of-albert-bandura (дата звернення: 30.09.2024).

ДОДАТКИ

Додаток 1

Інформаційна згода учасника дослідження

Шановний/а учаснику(учаснице),
ми запрошуємо вас взяти участь у дослідженні, яке вивчає взаємозв'язок міжпоколінної комунікації та психоемоційного стану членів українських родин, що перебувають під тимчасовим захистом у Словаччині. Ваше розуміння і співпраця допоможуть нам краще зрозуміти та підтримати громаду українських мігрантів.

Назва дослідження: Вивчення взаємозв'язку міжпоколінної комунікації та психоемоційного стану членів українських родин під тимчасовим захистом у Словаччині

Мета дослідження: Дослідити, як міжпоколінна комунікація впливає на психоемоційний стан членів українських родин, що перебувають під тимчасовим захистом у Словаччині.

Процедура дослідження: Учасники будуть залучені до різноманітних активностей, занять та екскурсій, спрямованих на покращення взаємодії між членами родин різного віку. Ці активності можуть включати спільні заходи, бесіди, групові заняття та інші види спільного проведення часу.

Участь у дослідженні: Ваша участь у цьому дослідженні є добровільною. Ви можете відмовитися від участі або припинити участь у будь-який момент без будь-яких негативних наслідків.

Участь неповнолітніх осіб: Неповнолітні особи від 12 років можуть брати участь у дослідженні за умови отримання письмової згоди від їхніх батьків або законних опікунів. Участь неповнолітніх також є добровільною, і вони можуть відмовитися від участі або припинити її у будь-який момент.

Конфіденційність: Вся інформація, отримана під час дослідження, буде конфіденційною. Ваші персональні дані будуть захищені відповідно до чинного законодавства та використовуватимуться лише з науковою метою.

Можливі ризики та користь: Участь у дослідженні не передбачає значних ризиків. Учасники можуть отримати користь від підвищення рівня комунікації та покращення психоемоційного стану.

Згода на обробку персональних даних: Згідно з чинним законодавством про захист персональних даних, надаю згоду на обробку моїх персональних даних з науковою метою у рамках цього дослідження.

Якщо у вас виникли питання щодо дослідження, ви можете зв'язатися з координатором дослідження за наступною контактною інформацією:
Координатор: Тетяна Сисоєва
Контактний телефон: +380951310819
Електронна адреса: tatynka2801@gmail.com

Заява про згоду
на участь у дослідженні та обробку персональних даних:

Я, _____ , підтверджую, що ознайомлений/а .
ПІ учасника
з метою, процедурою, можливими ризиками та користю дослідження. Я також розумію, що моя участь є добровільною, і я можу відмовитися від участі або припинити її в будь-який момент. Я розумію, що мої відповіді будуть оброблятися конфіденційно і використовуватимуться лише для наукових цілей. Надаю згоду на обробку моїх персональних даних для наукових цілей у рамках цього дослідження.

Дата: _____ Підпис: _____.

Додаток 2

Комплексна анкета
вступного опитування та збору інформації

1. Інформація про учасника

Напишіть ваші ім'я та прізвище або вигадайте набір символів, який буде замінює Ваше ім’я протягом дослідження

_____

1. Вік: _____ років
2. Місто та країна народження:_____ _____
3. Стать:

Жінка Чоловік Інше

4. Сімейний стан:

одружена / одружений
вдова / вдовець
розлучена / розлучений
неодружена / неодружений

5. Кількість членів сім'ї:

Маю _____.

6. Кількість дітей:

не маю дітей
одна дитина
дві дитини
три дитини і більше

7. Наявність та кількість онуків:

не маю онуків
маю одного
маю двох онуків
маю трьох онуків та більше

8. С ким Ви перебуваєте на території Словаччини?

._____.

№	ім'я та прізвище	вік	стать	статус рідства
1				
2				
3				
4				
5				
6				

2. Соціальний статус

9. Освіта:

- Навчаюсь у школі
- Студент
- Початкова
- Середня
- Вища
- Післядипломна

10. Професійний статус:
- Школяр / школярка
- Працевлаштований/ Працевлаштована
- Студент / студентка
- Пенсіонер / пенсіонерка
- Безробітний / безробітна
- Маю підробіток

11. Мовні навички:
- розмовляю рідною мовою
- добре володію рідною та однією іноземною мовою
- володію рідною та декількома іноземними мовами

12. Заняття / хобі:

._____.

3. Соціальна підтримка та взаємодія

13. Тривалість перебування у Словаччині _____років _____місяців

14. Чи відчуваєте ви підтримку родини? Підтримка спільнотою:
- Так
- Ні

15. Чи відчуваєте ви підтримку спільнотою?
- Так
- Ні

16. Як часто ви зустрічаєтеся з іншими українцями, які також знаходяться у Словаччині?
- Раз на тиждень
- Раз на місяць
- Раз на два тижні
- Не зустрічаюсь

17. Чи взаємодієте ви з місцевим населенням та в якому обсязі?
- Раз на тиждень
- Раз на місяць
- Раз на два тижні
- Не зустрічаюсь

18. Як ви оцінюєте рівень соціальної підтримки, яку отримуєте у Словаччині від місцевих організацій, друзів, сусідів тощо?
- Високий рівень
- Середній рівень
- Низький рівень

19. Можливості отримання підтримки та послуг у новій країні:
- Легко доступні
- Помірно доступні
- Важко доступні
- Недоступні

4. Досвід міграції

20. Період перебування у новій країні:
- Менше 6 місяців
- 1-2 роки
- 6-12 місяців
- Більше 2 років

21. Причини міграції:
- Вимушена міграція
- Тимчасовий виїзд
- Запланована міграція до більш развинутої країни

- Трудова міграція
- Власний варіант._____.

22. Ступінь адаптації до нових умов:
   - Повністю адаптований/а
   - Частково адаптований/а
   - Не адаптований/а

5. Адаптація до нових умов життя

23. Як ви оцінюєте вашу загальну задоволеність життям у Словаччині?
(Від 1 до 10, де 1 – дуже не задоволений, 10 –дуже задоволений)
*Ваша відповідь*_____

24. Які аспекти життя у Словаччині ви вважаєте найбільш позитивними та допоміжними у процесі адаптації?_____.
_____
_____

25. Які аспекти життя у Словаччині ви вважаєте негативними у процесі адаптації?_____.
_____
_____

26. Чи знайомі ви з культурними традиціями Словаччини?
_____

27. Чи знайомі ви з культурними традиціями Словаччини? Чи долучились до них? Як це впливає на вашу адаптацію?
_____
_____

6. Загальне здоров'я та самопочуття

28. Як ви оцінюєте свій стан здоров’я?
- відмінно
- добре
- задовільно
- незадовільно

29. Чи маєте ви які-небудь хронічні захворювання або обмеження? Як вони впливають на вашу адаптацію та як ви з ними впоралися?
_____
_____
_____

30. Які фізичні та психологічні зміни ви помічаєте в собі після переїзду до Словаччини?
- погіршення стану здоров’я
- стрес
- тривожні стани
- втома

31. Чи були ви коли-небудь у стані стресу або тривожності через переїзд до іншої країни?

_____

32. Як ви це подолали?

_____

_____

_____

33. Чи користуєтесь ви психологічною підтримкою або консультуванням? Якщо так, то які саме послуги ви використовуєте?

_____

_____

_____

Учасник:

Дата: _____.

Підпис:_____.

Підпис батька/матері або законного опікуна (для неповнолітніх):

- ПІБ батька/матері або законного опікуна: _____

_____

Дата: _____

Підпис _____

Дякуємо за вашу участь у дослідженні!

Отримані результати сприятимуть кращому розумінню динаміки сімейних відносин у контексті міграції та допоможуть розробити рекомендації з покращення психологічної підтримки для мігрантів.

Додаток 3

Шкала Тривоги Бека

Шкала тривожності Бека (Beck Anxiety Inventory, BAI) використовується для вимірювання тяжкості тривоги у підлітків і дорослих.

Нижче наведено перелік поширених симптомів тривоги. Будь ласка, вкажіть, наскільки сильно вас турбував той чи інший симптом протягом останнього місяця, зокрема сьогодні.

Прізвище, ім’я _____
Вік учасника _____
Дата дослідження _____
Потрібно обрати одну з можливостей відповіді на кожне запитання. Намагайтесь відповідати швидко.

№	Симптоми	0.Зовсім не турбує	1.Злегка турбує	2.Середньо турбує	3.Дуже турбує
1	Відчуття оніміння та поколювання в тілі				
2	Відчуття жару				
3	Тремтіння в ногах				
4	Неможливість розслабитись				
5	Страх, що станеться найгірше				
6	Головокружіння				
7	Прискорене серцебиття				
8	Нестійкість, нестабільність				
9	Відчуття жаху, це кінець				
10	Дратівливість				
11	Тремтіння в руках				
12	Відчуття задухи				
13	Нерівна хода				
14	Страх втрати контролю				
15	Труднощі з диханням				
16	Страх смерті				
17	Переляк				
18	Шлунково-кишкові розлади				
19	Непритомність				
20	Прилив крові до обличчя				
21	Посилене потовиділення (непов’язане зі спекою)				

Тривога — це природна реакція організму на стрес. Почуття страху, невпевненості або передчуття чогось поганого, яке супроводжується душевним дискомфортом.

0–5 норма

Можливо, іноді ви відчуваєте тривогу. Відчувати та проживати різні емоції — це показник здорової психіки. А особливо у складний час, в якому ми живемо. Ваша здатність зберігати спокій у вирі життєвих викликів є вашою силою.

6-8 легкий рівень тривог

Іноді ви відчуваєте тривогу. Іноді зміни в способі життя ефективно усувають тривогу без причини. Більшість природних способів лікування включають турботу про свій організм, здоровий спосіб життя і відмову від шкідливих звичок.

Можна спробувати виконувати наступні правила:

•Здоровий сон в достатній кількості
•Фізична активність і спорт
•Відмова від алкоголю і кофеїну
•Відмова від куріння

Існує безліч шляхів для особистісного розвитку та самовдосконалення.

9-18 середній рівень тривоги

Ваш результат може сигналізувати про те, що тривога впливає на ваше емоційний стан та може потребує вашої уваги. Тривожні думки не повинні заважати вам насолоджуватися життям. Важливо пам’ятати, що тест не є діагнозом.

Більше 19 балів – високий рівень тривоги

Ваш результат може свідчити про те, що рівень тривоги впливає на ваше фізичне та психічне здоров'я. Не вагайтеся шукати підтримку!

Додаток 4

Шкала сімейної адаптації та згуртованості FACES-3 для визначення сімейної структури

Шкала сімейної адаптації та згуртованості (FACES-3) являє собою один з найбільш відомих стандартизованих опитувальників, призначених для оцінки сімейної структури.

Опис методики. Методика складається зі списку тверджень (від 1 до 20). Завдання випробуваного полягає в тому, щоб двічі оцінити кожне твердження за ступенем його виразності, використовуючи п'ятибальну шкалу: – майже ніколи - 1, – рідко - 2, – час від часу - 3, – часто - 4, – майже завжди - 5. У першому випадку завдання випробуваного оцінити реальний сімейне функціонування, у другому - ідеальне, тобто таке, яким хотілося б його бачити.

Обробка й інтерпретація результатів

1. Визначення типу структури сім'ї. При обробці підраховується кількість балів, отриманих при підсумовуванні парних і непарних тверджень. Кількість балів, отримана при підсумовуванні непарних пунктів, визначає рівень сімейної згуртованості, парних - рівень сімейної адаптації. Тип сімейної системи визначається двома параметрами - сумарними оцінками за шкалами згуртованості та сімейної адаптації відповідно до норм оцінок, стандартизованих на різних вибірках.

2. Визначення рівня задоволеності сімейним життям. Різниця між ідеальними і реальними оцінками за двома шкалами (згуртованості і адаптації) визначає ступінь задоволеності випробуваного сімейним життям. В даний час не існує ніяких емпіричних норм для визначення оцінки розбіжності ідеального і усвідомлюваного. Висока оцінка розбіжності вказує на низьку 116 сімейну радість. Розбіжність має бути розраховане для кожного індивідуума за згуртованості та адаптації, а загальна оцінка може бути отримана в результаті складання цих двох оцінок. Зворотна залежність отриманих результатів є оцінкою сімейної задоволеності

Інструкція

Варіант А. Опишіть Вашу реальну сім'ю (подружжя і діти). Прочитайте наступні вислови і оцініть їх за допомогою представленої шкали.

Варіант Б. Тепер оцініть ці висловлювання з точки зору ідеальної сім'ї, тобто такою, про яку Ви мрієте.

Стимулюючий матеріал:

Бланк для визначення сімейної структури

Шкала сімейної адаптації та згуртованості (FACES-3)

Прізвище, ім’я _____

Вік учасника _____

Дата дослідження _____

Ствердження	Майже ніколи	Рідко	Час від часу	Часто	Майже завжди
1. Члени нашої родини звертаються один до одного за допомогою					
2. При вирішенні проблем враховуються пропозиції дітей					
3. Ми схвально ставимося до друзів інших членів сім'ї					
4. Діти самостійно вибирають форму поведінки					
5. Ми вважаємо за краще спілкуватися тільки у вузькому сімейному колі					
6. Кожен член нашої сім'ї може бути лідером					
7. Члени нашої родини ближчі із сторонніми, ніж один з одним					
8. У нашій сім'ї змінюється спосіб виконання повсякденних справ					
9. Ми любимо проводити вільний час всі разом					
10. Покарання обговорюються батьками і дітьми разом					
11. Члени нашої родини відчувають себе дуже близькими один одному					
12. У нашій сім'ї більшість рішень приймається батьками					
13. На сімейних заходах присутні більшість членів сім'ї					
14. Правила в нашій сім'ї змінюються					
15. Нам важко уявити собі, що ми могли б зробити всією сім'єю					

16. Домашні обов'язки можуть переходити від одного члена сім'ї до іншого					
17. Ми радимося один з одним при прийнятті рішень					
18. Важко сказати, хто у нас в сім'ї лідер					
19. Єдність дуже важливо для нашої родини					
20. Важко сказати, які обов'язки у домашньому господарстві виконує кожен член сім'ї					

Конкретні результати дослідження можуть бути корисні при наданні психологічної допомоги сім'ям, які перебувають у кризовому стані, при висуненні гіпотез і визначенні напрямів подальшої роботи. У рамках психопрофілактики сімейних порушень подібна методика допомагає швидко виявити сім'ї з групи ризику, розробити конкретні прийоми психокорекційної роботи

Оцінка параметрів FACES-3

№	Діагностичні параметри	№ тверджень	Шкала
1	Емоційний зв'язок	1,11,19	Сімейна згуртованість
2	Сімейні кордону	5,7	
3	Прийняття рішень	17	
4	Час	9	
5	Друзі	3	
6	Інтереси та відпочинок	13, 15	
7	Лідерство	6,18	Сімейна адаптація
8	Контроль	2, 12	
9	Дисципліна	4,10	
10	Ролі	8,16,20	
11	Правила	14	

Додаток 5

Тест для оцінки стилів комунікації в сім'ї

Family Communication Patterns Scale (FCPS)

Шкала Family Communication Patterns Scale (FCPS) – це методика, створена для оцінки стилів комунікації в сім'ї, розроблена Кернером та Фіцпатріком (Koerner & Fitzpatrick) у 2002 році. Шкала базується на теорії сімейних комунікаційних патернів, яка визначає дві основні орієнтації: орієнтація на діалог (dialogue orientation) та орієнтація на конформізм (conformity orientation). Ця методика використовується для визначення стилю спілкування в родині, який впливає на прийняття рішень, адаптацію до змін і психологічний комфорт членів родини.

Компоненти шкали

- Орієнтація на діалог(питання розділу 1 з 1 по 15): Характеризує відкрите обговорення між членами родини. Вимірює рівень залученості всіх учасників до обміну думками. Сім'ї з високою орієнтацією на діалог схильні до прийняття різних точок зору, що створює емоційну близькість.
- Орієнтація на конформізм (питання розділу 2, з : Оцінює схильність сімей до дотримання єдиної думки, підтримки ієрархії та підпорядкування. Високі показники свідчать про важливість єдності.

Структура опитувальника: Опитувальник складається з 26 тверджень, які респонденти оцінюють за 7-бальною шкалою.

Обробка результатів

- Розрахунок балів за підшкалами: Пункти, пов'язані з орієнтацією на діалог, підсумовуються бали за твердженнями 1–15 для отримання загального балу. Аналогічно підраховуються пункти для орієнтації на конформізм, сумуються бали за твердженнями 16–26
- Інтерпретація результатів: Високий бал за орієнтацією на діалог: свідчить про відкритість та рівноправність у комунікації, де всі учасники залучені до прийняття рішень. Високий бал за орієнтацією на конформізм: вказує на авторитарну структуру сімейних стосунків, на значущість традицій, правил і авторитету, де важлива єдність.

Комбінація результатів дозволяє віднести сім'ю до одного з типів:

1. Консенсусні сім'ї: високі показники за обома орієнтаціями.
2. Плюралістичні сім'ї: високий діалог, низький конформізм.
3. Протективні сім'ї: високий конформізм, низький діалог.
4. Ліберальні сім'ї: низькі показники за обома шкалами.

- Застосування: Результати можуть використовуватися для діагностики сімейних взаємин, планування терапевтичних втручань і підвищення якості комунікації.

Переваги методу

- Надійність: підтверджена високими коефіцієнтами внутрішньої узгодженості ($\alpha > 0.7$).
- Універсальність: застосовується для різних культур і вікових груп.
- Практичність: дає змогу отримати як кількісні, так і якісні результати для розробки індивідуальних стратегій підтримки сімейного клімату.

Цей інструмент є ефективним для вивчення особливостей сімейної взаємодії та аналізу міжпоколінної комунікації, зокрема у контексті вимушеної міграції.

Анкета для оцінки сімейної комунікації (FCPS)

Дата _____
(день, місяць, рік)

Напишіть Ваше Ім'я або (якщо не бажаєте писати ім'я) слово, яке охарактеризує, з чим ви себе асоціюєте_____

Оберіть стать

Чоловік Жінка Не визначився

Оцініть ступінь своєї згоди з кожним твердженням, використовуючи шкалу:

1 — Абсолютно не згоден
2 — Скоріше не згоден
3 — Трохи не згоден
4 — Нейтрально
5 — Трохи згоден
6 — Скоріше згоден
7 — Абсолютно згоден

Розділ 1:

1. У нашій родині всі мають можливість висловлювати свою думку.
2. Ми відкрито обговорюємо теми, які є важливими для кожного члена сім'ї.
3. У нашій родині прийнято вислуховувати кожного, незалежно від його віку.
4. Ми обговорюємо суспільні події та ділимося думками з цього приводу.
5. Ми часто збираємося разом, щоб обговорити важливі події дня.
6. У нас у сім'ї кожен відчуває підтримку під час обговорення своїх проблем.
7. Обговорення важливих питань у нашій сім'ї зазвичай ведеться в спокійній та доброзичливій атмосфері.
8. Ми заохочуємо відкритість у висловлюванні емоцій та думок.
9. У нашій родині обговорюють навіть ті теми, які можуть викликати труднощі чи незручності.
10. Ми часто ділимося своїми досягненнями та переживаннями з усією родиною.
11. У нашій родині кожен може висловлювати свої переконання без страху осуду.
12. У нас прийнято ділитися особистими почуттями й переживаннями.
13. Ми зазвичай разом шукаємо рішення, коли стикаємося з проблемами.
14. Важливі рішення в сім'ї ухвалюються на основі спільного обговорення.
15. Ми намагаємося уникати непорозумінь через відсутність діалогу.

Розділ 2:

16. У нашій родині дуже важливо дотримуватися встановлених правил і традицій.
17. Ми очікуємо, що молодші члени сім’ї будуть поважати рішення старших.
18. Ми намагаємося уникати обговорень, які можуть викликати суперечки.
19. У нашій родині зазвичай приймається думка голови сім’ї.
20. Діти повинні дотримуватися вказівок батьків навіть у складних ситуаціях.
21. У нашій родині важливо підтримувати єдину точку зору.
22. Ухвалення рішень зазвичай залежить від авторитетних членів родини.
23. Ми намагаємося уникати обговорення проблем, які можуть викликати конфлікти.
24. У нашій родині часто наголошується на важливості збереження гармонії.
25. Старше покоління зазвичай визначає загальний напрямок розвитку сім’ї.
26. Ми зазвичай слідуємо традиціям і звичаям, навіть якщо вони викликають певні труднощі.

Дякуємо за вашу участь у дослідженні!

Отримані результати сприятимуть кращому розумінню динаміки сімейних відносин у контексті міграції та допоможуть розробити рекомендації з покращення психологічної підтримки для мігрантів.