

УДК 159.92

DOI <https://doi.org/10.32782/2707-0409.2023.2.3>

Михайлич О. В.

кандидат соціологічних наук, магістрант за спеціальністю «Психологія»

Одеський національний університет імені І. І. Мечникова

e-mail: mykhailych.oleksandr@stud.onu.edu.ua

ORCID ID: 0000-0003-0353-7391

СОЦІАЛЬНО-ПСИХОЛОГІЧНІ ОСОБЛИВОСТІ АДАПТАЦІЇ ВНУТРІШНЬО ПЕРЕМІЩЕНИХ ОСІБ

У статті розглянуто та проаналізовано особливості адаптації внутрішньо переміщених осіб (ВПО) в Україні. Автор аналізує психологічні та соціальні аспекти цього процесу, зосереджуючи увагу на конфліктах, які виникають у разі ухвалення рішення про вимушену зміну місця проживання та стресові ситуації, пов'язані з втратою стабільності й небезпекою. У статті розглядається процес адаптації та його взаємозв'язок з рішенням про переїзд, небезпекою і стресом, які впливають на психологічний стан внутрішньо переміщених осіб. Стаття акцентує увагу на важливості позитивного ставлення приймаючого населення до переселенців та підкреслює значення підтримки та уваги до індивідуальних потреб кожної особи для успішної адаптації. Дослідження відображає необхідність розвитку програм підтримки та розуміння впливу культурних та соціальних чинників на адаптацію внутрішньо переміщених осіб.

Ключові слова: внутрішньо переміщена особа, адаптація, особистість, стрес, психологічне благополуччя, емоційна стійкість, міграція.

Постановка проблеми. Глосарій Міжнародної організації з міграції визначає внутрішньо переміщених осіб (англ. – internally displaced person) як осіб або групи осіб, що були вимушені залишити свої домівки або місця постійного проживання, зокрема через наслідки збройного конфлікту, ситуації загального насильства, порушення прав людини або природних або техногенних катастроф, і які не перетнули міжнародно визнаний державний кордон [1, с. 109].

Повномасштабне вторгнення Росії в Україну призвело до того, що згідно з даними ООН, 3,7 мільйона людей стали внутрішньо переміщеними особами. За оцінками ООН, у 2024 році близько 14,6 мільйона людей в Україні потребуватимуть термінової гуманітарної допомоги [2]. З огляду на поточний статус переговорів війна в Україні, найімовірніше, триватиме у 2024 році, що призведе до все більш тривалого переміщення осіб як у межах України, так і за кордоном.

У зв'язку з цим виникає потреба у більш глибокому розумінні соціально-психологічної адаптації внутрішньо переміщених осіб (ВПО) в Україні. Дослідницька проблема полягає у необхідності вивчення впливу війни на психологічний стан та соціальну взаємодію цих осіб, особливості їхніх стресових реакцій, механізми адаптації до нових умов, а також виявлення шляхів підтримки та покращення їхнього психологічного благополуччя та інтеграції в нове оточення.

Аналіз останніх досліджень. Практично всі основні школи психології внесли вагомий внесок у вивчення явища соціально-психологічної адаптації. Підходи психологів до цієї проблеми можна умовно розділити на три напрями: психоаналітичний (З. Фройд, Е. Еріксон), когнітивний (Л. Фестінгер, Ж. Піаже), гуманістичний (К. Роджерс, А. Маслоу, Г. Оллпорт).

Теоретичні та експериментальні дослідження щодо психічної, психологічної та соціально-психологічної адаптації виконувалися в роботах таких науковців, як Г. Балл, М. Корольчук, А. Налчаджян. Дослідження адаптації в умовах суспільних трансформацій проводили О. Донченко, Є. Головаха, О. Лактіонов, В. Моргун, Л. Орбан-Лембрик, Н. Паніна, Т. Титаренко. М. Слюсаревський та О. Блинова розробляли засади психології міграції.

Е. Бендек та Р. Лазарус досліджували проблему пристосування мігрантів до нового культурного оточення, зосереджуючись на аналізі неконвенційної та антиконформної поведінки мігрантів, а також їх психосоматичних розладах. К. Оберг вважав, що адаптація до нового соціокультурного оточення призводить до психологічного дискомфорту, втрати соціального статусу, особистісної та групової ідентичності.

Дослідженнями особливостей адаптації ВПО в Україні активно займаються вітчизняні науковці. Різні аспекти соціально-психологічної адаптації ВПО в Україні досліджують Л. Гуменюк, А. Бреус, І. Тітар, О. Блинова, З. Спринська, О. Зінченко та інші науковці. І. Трубавіна дослідила основи соціально-педагогічної роботи з внутрішньо переміщеними особами в Україні. В. Кердивар дослідив прояви синдрому жертви у внутрішньо переміщених осіб із зони локального воєнного конфлікту. З. Кісарчук, Я. Омельченко, Г. Лазос, Л. Литвиненко, Л. Царенко розробляють підходи до психологічної допомоги постраждалим внаслідок кризових травматичних подій. Засади психосоціальної допомоги внутрішньо переміщеним дітям та їхнім батькам досліджують М. Грудій, Л. Мельник, Г. Остапчук, Ю. Пилипас, І. Семенко. Клініко-психологічні прояви постстресових розладів у внутрішньо переміщених осіб вивчали Л. Шестопалова, В. Кожевнікова, О. Бородавко, Ю. Бучок та інші вчені.

Мета статті – проаналізувати особливості соціально-психологічної адаптації внутрішньо переміщених осіб (ВПО) в умовах повномасштабного вторгнення Росії в Україну.

Виклад основного матеріалу. Найбільш універсальним визначенням психологічної адаптації, на думку Н. Слюсаревського та О. Блинової, є розуміння її як процесу, під час якого особистість встановлює оптимальну відповідність між собою та навколишнім середовищем. Цей процес відбувається під час реалізації людиною своєї типової діяльності, що дозволяє індивіду задовольняти поточні потреби і досягати важливі цілі (зберігаючи при цьому своє психічне та фізичне здоров'я). Такий підхід забезпечує відповідність між психічною діяльністю особистості та вимогами навколишнього середовища.

Соціальна адаптація має два аспекти. З одного боку, це безперервний процес пристосування особистості до наявних соціальних відносин, норм, моделей та традицій у суспільстві, де живе та функціонує людина. З іншого боку, соціальна адаптація сама є результатом цього процесу. Обидва аспекти (людина і навколишнє середовище) є активними, і соціальна адаптація відбувається на основі взаємодії цих двох явищ.

Якщо взаємодія з навколишнім середовищем стикається з інформацією, що суперечить настановам особистості, це може викликати стан дискомфорту, відомий як когнітивний дисонанс. Цей стан може стимулювати особистість до пошуку адаптивних реакцій, таких як:

- знаходження пояснень, що виправдовують наявну суперечність;
- свідоме фільтрування інформації;
- самостійна зміна настанов особистості [3, с. 162–163].

Аналізуючи соціально-психологічні процеси адаптації, Л. Орбан-Лембрик розглядає соціальне напруження як масовий адаптаційний синдром, що відображає ступінь фізіологічної, психофізіологічної та соціально-психологічної адаптації (часто супроводжується дезадаптацією) різних категорій населення до постійної фрустрації та труднощів. Дослідниця вважає, що можна встановити паралель між поняттями «соціальне напруження» і «соціальний стрес», розглядаючи соціальну дезадаптацію у контексті вчення про стрес, його механізми виникнення, прояви та подолання.

Соціальне напруження виникає унаслідок соціальної дезадаптації, а саме:

- 1) фізіологічної дезадаптації певних верств населення до труднощів, коли неможливо адекватно пристосуватися, наприклад, до підвищення цін без зниження життєвого рівня;
- 2) психофізіологічної дезадаптації населення, що проявляється у вигляді таких масових психічних станів, як тривога, агресія, апатія, під час пристосування населення до труднощів і соціальних змін;
- 3) соціально-психологічної дезадаптації, що відображає свідоме конфліктне ставлення певних верств населення до труднощів і соціальних змін (збільшення політичних конфліктів, страйків, незадоволення, міграції, еміграції, зростання злочинності тощо) [4, с. 176].

Соціально-психологічна адаптація, крім пошуку способів взаєморозуміння з новим соціальним оточенням, передбачає прийняття його соціальних норм, моделей взаємодії та відповідність у статусі та комунікації. Норми на всій території України мають схожість, проте існують і регіональні відмінності.

Адаптація як соціально-психологічне явище характеризується як процес вступу особи до певної групи, засвоєння нею норм і відносин, усвідомлення можливих проблем під час вступу до нового середовища [5, с. 51–52]. Свідомою взаємодією з новим колективом та приймаючою спільнотою сприяє швидшій адаптації. Це досягається шляхом ідентифікації себе як повноцінного члена групи та відпо-

відності особистих цінностей потребам нового соціального середовища. Важливість отримують атитюди, ціннісно-сміслові наповнення, моделі поведінки у різних ситуаціях, реакція приймаючого середовища та збалансованість між очікуваннями особистості та реальними умовами нового життя.

Прийняття рішення про переїзд з місця проживання нерідко викликає внутрішньо-особистісний конфлікт у вимушених переселенців. Цей конфлікт виникає на основі відсутності мотивації для переїзду та фізичною неможливістю залишатися в екстремальних життєвих умовах вдома. Це призводить до формування у них особливого досвіду, що виходить за межі звичайного. Ухвалюючи рішення про виїзд, ці особи опиняються у ситуації, коли їх особистий простір зазнав руйнування: порушилися звичні точки опори в житті, зникли чіткі перспективи майбутнього. Особливість цієї ситуації полягає в необхідності робити вибір, який, незалежно від того, яким він буде, супроводжується тривожною невизначеністю, відчуттям провини за втрачені можливості та неможливістю надійно передбачити результат будь-якого рішення. Внаслідок цього стан внутрішньо переміщених осіб супроводжується інтенсивними емоційними переживаннями, включаючи шок (зумовлений обстрілами, втратою близьких тощо), та надзвичайним стресом, пов'язаним з тривалим перебуванням у небезпечних умовах для життя.

І. Трубавіна зазначає, що психологічні проблеми, які виникають у внутрішньо переміщених осіб (ВПО) в Україні, включають такі аспекти:

– загальні проблеми, що стосуються всієї сім'ї: відсутність перспектив на майбутнє, розбалансованість та розгубленість, психологічні травми, викликані спогляданням воєнних подій та насильства, почуття провини через необхідність звертатися за допомогою до інших людей, втрата групової ідентичності, відчуття себе жертвою, втрата контролю над власним життям, відсутність ідентифікації з новою громадою, відчуття самотності, зниження самооцінки та необхідність адаптації до обмеженого простору;

– чоловічі переживання: почуття провини за неможливість забезпечення безпеки та матеріального благополуччя для сім'ї, неможливість знайти роботу, труднощі в контролі емоцій та виявленні агресії через безпорадність та втрату близьких людей;

– жіночі переживання: страхи, зумовлені пережитими подіями, та тривога за невизначене майбутнє для себе та дітей, що компенсується збільшеним доглядом за родиною, страхи, спричинені зростанням відповідальності за щастя родини та почуття самотності;

– дитячі переживання: розлади психічного розвитку, низька стресостійкість, складнощі з розумінням та виявленням емоцій, відчуття самотності та ізоляції, що виникають через труднощі у спілкуванні з однолітками на новому місці, почуття розгубленості, що пов'язане із втратою колишнього колективу та новим місцем навчання [6, с. 439–441].

В. Кердивар зазначає, що досвід спілкування з внутрішньо переміщеними особами свідчить, що успішна адаптація переселенців виявляється у відчутті гармонії з найближчим оточенням. Тут виникає феномен акультурації у соціальному та психологічному контекстах, який полягає у змінах соціальних настанов особистості, ціннісних орієнтацій та рольової поведінки [7, с. 81]. Щодня людина стикається з різними негативними факторами, із проблемами, переходячи в нові умови життя та нові взаємини з оточенням, що суттєво впливає на особистість. Проте такі умови створюють можливість для особистісного розвитку, взяття відповідальності за свої дії, формування нових патернів поведінки та шляхів розв'язання проблемних ситуацій. Важливо пам'ятати про індивідуально-психологічні особливості кожної особистості, які становлять унікальний набір якостей та характеристик. Не кожна людина готова відмовитися від того, що вона має або мала у рідних краях, та покинути їх, навіть отримавши статус внутрішньо переміщеної особи [7, с. 82].

Результати бесіди та структурованого інтерв'ю з внутрішньо переміщеними особами (ВПО) дали можливість В. Кердивару виявити основні труднощі у взаєминах між переселенцями та приймаючим населенням, які відіграють значну роль у процесі адаптації внутрішньо переміщених осіб та сприйняття нового соціального середовища, зокрема:

- а) розуміння нових ролей та статусу в новому соціальному оточенні;
- б) вибір між довготривалим або тимчасовим перебуванням у новому місці;
- в) можливість спілкування та контакту з іншими людьми, які пережили подібні переїзди;
- г) активність у соціальному житті (спостерігач чи активний учасник) [7, с. 90].

О. Блинова також звертає увагу на важливість того, як приймаюче населення ставиться до переселенців. Вона відзначає, що переселення – це процес, який включає дві сторони: самі переселенці, які виявляють активність у новому місці, та приймаюче населення, яке часто виявляє пасивність. Процес повноцінної адаптації відбувається завдяки їхній взаємодії. Якщо корінне населення ставиться до переселенців негативно, це ускладнює процес адаптації через відчуття втрати дому. Емпіричні дослідження підтверджують, що інколи приймаюче населення може виявляти нетолерантне ставлення до переселенців. Негативні стереотипи й агресивні уявлення можуть викликати непорозуміння та конфлікти між цими групами. Уникнення крайнощів та зайняття більш відкритої та сприятливої позиції під час взаємодії може сприяти побудові більш конструктивних стосунків.

Позитивне ставлення приймаючого населення до внутрішньо переміщених осіб визначається задоволеністю цими особами їхньою роботою та кар'єрним розвитком. Це пов'язано з урегулюванням сфери діяльності, врахуванням інтересів та бажань переселенців, умовами у робочому колективі, фінансовим становищем, можливістю зростання у кар'єрі. Якщо ці аспекти відсутні у характеристиках роботи приймаючого населення, це може спричинити негативне ставлення до

переселенців. О. Блинова наголошує на важливості врахування індивідуальних особливостей переселенців. Вона зауважує, що у переселенців можуть бути різні реакції на стресові ситуації: деякі можуть спокійно вирішувати проблеми, а інші відчують великий стрес через вимушене переселення. Тому важливо вивчати, які особистісні якості та здібності допомагають переселенцям подолати кризові ситуації та розвивати їхні психологічні функції для гармонійного розвитку. Деякі особистісні риси можуть негативно позначитися на процесі адаптації. Наприклад, інтровертність може знизити бажання шукати психологічну допомогу, підвищена нервозність може вплинути на стан афективності та толерантності до оточення. О. Блинова пропонує методи психологічної підтримки, такі як стабілізація емоцій, мотивація внутрішніх ресурсів для подолання стресу та сприяння адаптації. Це може допомогти переселенцям самостійно шукати роботу, відновлювати соціальні зв'язки та отримувати підтримку для емоційного та соціального благополуччя [8, с. 62–66]. Ціннісні розбіжності у взаєминах приймаючих громад та ВПО були зафіксовані також за наслідками результатів соціологічних досліджень [9, с. 93–94].

Л. Гуменюк та А. Бреус зазначають, що швидкість адаптації особи значною мірою залежить від соціальної підтримки, яку вона отримує від свого оточення. Особливо важливою є підтримка від близьких людей (сім'ї, друзів, колег), які розуміють складність ситуації, надихають та допомагають подолати труднощі. Активна участь у міжособистісних взаєминах сприяє покращенню психологічного стану, оскільки доступ до різноманітних соціальних контактів та позитивне сприйняття цих відносин підвищує самопочуття та допомагає використовувати внутрішні ресурси для подолання труднощів у житті [10, с. 112].

Ресурсний підхід до адаптації розглядає процес адаптації як зміну у здатності людини пристосовуватись до втрати важливих ресурсів, які вона мала до переміщення, та отримання доступу до нових ресурсів у новому місці. У цьому контексті переселення викликає втрату або зменшення доступу до різних ресурсів, таких як місце проживання, матеріальні блага, робочі місця, сімейні зв'язки та соціальне спілкування. Ці втрати можуть статися до переїзду чи вже після нього. Наприклад, матеріальні блага на попередньому місці проживання можуть втратити свою цінність через конфліктну ситуацію або військові події. Одним із ключових критеріїв успішної адаптації внутрішньо переміщених осіб до нового соціального оточення є відновлення втрачених ресурсів, що стали результатом переїзду. З огляду на це І. Тітар зазначає, що адаптація внутрішньо переміщених осіб – це процес, коли люди намагаються задовольнити свої потреби, досягнути своїх цілей та відповісти вимогам нової громади після переїзду [11, с. 60–61].

Соціально-психологічні аспекти адаптації внутрішньо переміщених осіб в Україні являють складний процес, який включає втрату стабільності та звичного життя, переживання стресу через переїзд та розрив звичних соціальних зв'язків. Внутрішньо переміщені особи стикаються з труднощами у встановленні нових

стосунків, почуттям втраченості та недостатньої підтримки, що може викликати відчуття самотності, тривоги та відчуженості у новому оточенні. Ці аспекти призводять до психологічних труднощів, змушуючи переселенців шукати способи адаптації, подолання стресових ситуацій та відновлення стабільності в новому житті.

Висновки і перспективи подальших досліджень. Внутрішньо переміщені особи виявляють високу потребу в психологічній та соціальній підтримці для успішної адаптації. Сімейна підтримка, допомога друзів та можливість вступити у нові соціальні зв'язки в новому місці є критичними для покращення їхнього психологічного стану та адаптації. Переселення є складним процесом, що створює серйозні виклики для психологічної та соціальної адаптації. Негативне ставлення приймаючого оточення, втрата навичок та ресурсів у попередньому місці проживання можуть ускладнювати цей процес.

Важливо враховувати індивідуальні риси та особливості переселенців у процесі адаптації. Деякі особистості можуть потребувати більшої психологічної підтримки чи інших методів для успішної адаптації. Дослідження конкретних стратегій адаптації та їх ефективності серед різних груп переселенців є важливим напрямом подальших досліджень для визначення найбільш оптимальних методів підтримки. Більш докладне розуміння впливу культурних та соціальних контекстів на процес адаптації сприятиме створенню більш адаптивних та ефективних програм та ініціатив для підтримки внутрішньо переміщених осіб.

Список використаних джерел і літератури

1. Sironi A., Bauloz C. and Emmanuel M. (eds.) Glossary on Migration. *International Migration Law*, 2019. No. 34. International Organization for Migration (IOM), Geneva: вебсайт. URL: <https://publications.iom.int/books/international-migration-law-ndeg34-glossary-migration> (дата звернення: 05.12.2023).
2. Situation analysis in Ukraine. *United Nations High Commissioner for Refugees*: вебсайт. URL: <https://reporting.unhcr.org/operational/operations/ukraine#:~:text=An%20estimated%203.7%20million%20people,whom%20are%20women%20and%20children> (дата звернення: 05.12.2023).
3. Слюсаревський М.М., Блинова О.Є. Психологія міграції. Кіровоград : ТОВ «Імекс ЛТД», 2013. 244 с.
4. Орбан-Лембрик Л.Е., Подгурецькі Ю. Психологічні засади спілкування. Івано-Франківськ : Нова Зоря, 2008. 416 с.
5. Зінченко О.С. Теоретичні засади дослідження соціально-психологічної адаптації внутрішньо переміщених осіб. *Актуальні проблеми соціології, психології, педагогіки*. Київ, 2015. № 4 (29). С. 47–53.
6. Трубавіна І.М. Проблеми внутрішньо переміщених осіб в Україні як основа соціально-педагогічної роботи з ними. *Педагогічні науки: теорія, історія, інноваційні технології*. Суми, 2015, № 8 (52). С. 434–446.
7. Кердивар В.В. Синдром жертви у внутрішньо переміщених осіб із зони локального воєнного конфлікту : дисертація на здобуття наукового ступеня доктора філософії у галузі знань 05 «Соціальні та поведінкові науки», спеціальність 053 «Психологія». Національний університет цивільного захисту України, Харків, 2020.

8. Блинова О.Є. Соціально-психологічні засади адаптації вимушених мігрантів. *Актуальні проблеми психології* : збірник наукових праць Інституту психології імені Г.С. Костюка НАПН України. Київ : Танком, 2016. Т. IX. *Загальна психологія. Історична психологія. Етнічна психологія*. Вип. 9. С. 58–66.
9. Вимушені переселенці та приймаючі громади: уроки для ефективної суспільної адаптації й інтеграції : наукова доповідь / за ред. канд. соціол. наук О.М. Балакірева. НАН України, ДУ «Ін-т екон. та прогноз. НАН України». Київ, 2016. 140 с.
10. Гуменюк Л.Й., Бреус А.О. Соціально-психологічна адаптація вимушених переселенців в Україні. *Науковий вісник Львівського державного університету внутрішніх справ*. Львів, 2017. № 2. С. 108–122.
11. Титар І.О. Поняття та критерії адаптації й інтеграції внутрішньо переміщених осіб і умови скасування статусу переселенця. *Соціологія. Український соціум*. Київ, 2016. № 4 (59). С. 57–68.

References

1. Sironi, A., Bauloz, C., & Emmanuel, M. (Eds.). (2019). Glossary on Migration (International Migration Law, No. 34). International Organization for Migration (IOM), Geneva. Retrieved from: <https://publications.iom.int/books/international-migration-law-ndeg34-glossary-migration>.
2. United Nations High Commissioner for Refugees. (n.d.). Situation analysis in Ukraine. Retrieved from: <https://reporting.unhcr.org/operational/operations/ukraine#:~:text=An%20estimated%203.7%20million%20people,whom%20are%20women%20and%20children>.
3. Slyusarevskiy, M.M., & Blynova, O.Ye. (2013). *Psykhologhiia migratsii [Psychology of Migration]*. Kirovohrad: TOV “Imeks LTD” [in Ukrainian].
4. Orban-Lembryk, L.E., & Podhuretsky, Y. (2008). *Psykhologhichni zasady spilkuvannia [Psychological Foundations of Communication]*. Ivano-Frankivsk: Nova Zoria [in Ukrainian].
5. Zinchenko, O.S. (2015). Theoretical foundations of research on the socio-psychological adaptation of internally displaced persons. *Aktual'ni Problemy Sotsiologii, Psykhologii, Pedagogiky – Current Issues in Sociology, Psychology, and Pedagogy*, 4(29), 47–53 [in Ukrainian].
6. Trubavina, I.M. (2015). Problemy vnutrishno peremishchenykh osib v Ukraini yak osnova sotsialno-pedahohichnoi roboty z nymy [Problems of internally displaced persons in Ukraine as the basis for social-pedagogical work with them]. *Pedahohichni nauky: Teoriia, Istorii, Innovatsiini Tekhnologii – Pedagogical Sciences: Theory, History, Innovative Technologies*, 8(52), 434–446 [in Ukrainian].
7. Kerdivar, V.V. (2020). Syndrom zhertvy u vnutrishno peremishchenykh osib iz zony lokalnoho voiennoho konfliktu [Victim syndrome in internally displaced persons from the area of local armed conflict]. *Doctoral dissertation*. National University of Civil Defence of Ukraine, Kharkiv [in Ukrainian].
8. Blynova, O.Ye. (2016). Sotsialno-psykhologhichni zasady adaptatsii vymushenykh mihrantiv [Socio-psychological principles of adaptation of forced migrants]. *Aktual'ni Problemy Psykhologii: Zb. nauk. pr. Instytutu psykhologii imeni H.S. Kostyuka NAPN Ukrayiny – Current Issues in Psychology: Collection of Scientific Papers H.S. Kostyuk Institute of Psychology National Academy of Educational Sciences of Ukraine*, 9, 58–66 [in Ukrainian].
9. Balakireva, O.M. (Eds.). (2016). *Vymusheni pereselentsi ta pryimayuchi hromady: uroky dlya efektyvnoyi suspil'noyi adaptatsiyi y integratsiyi: naukova dopovid' [Forced Migrants and Host Communities: Lessons for Effective Social Adaptation and Integration: Scientific Report]*. National Academy of Sciences of Ukraine, Institute of Economics and Forecasting [in Ukrainian].
10. Humeniuk, L.Y., & Breus, A.O. (2017). Social-psychological adaptation of forced migrants in Ukraine. *Naukovyi visnyk Lvivskoho Derzhavnoho Universytetu Vnutrishnikh Sprav – Scientific Bulletin of Lviv State University of Internal Affairs*, 2, 108–122 [in Ukrainian].

11. Tytar, I.O. (2016). Poniattia ta kryterii adaptatsii y integratsii vnutrishno peremishchenykh osib i umovy skasuvannia statusu pereselentsia [Concepts and criteria of adaptation and integration of internally displaced persons and conditions for cancelling the status of a displaced person]. *Sotsiologhiia. Ukrainskyi Sotsium – Sociology. Ukrainian Society*, 4(59), 57–68 [in Ukrainian].

Mykhailych O. V.

Ph.D. in Sociology, Master's degree Student in "Psychology"

Odesa I. I. Mechnikov National University

SOCIAL-PSYCHOLOGICAL FEATURES OF ADAPTATION AMONG INTERNALLY DISPLACED PERSONS

The article examines and analyzes the peculiarities of adaptation among internally displaced persons (IDPs) in Ukraine. The author analyzes the psychological and social aspects of this process, focusing on the conflicts arising in the decision-making about relocation and the stressful situations associated with loss of stability and danger. The article examines the adaptation process and its correlation with the decision to relocate, the dangers, and the stress affecting the psychological state of internally displaced persons. It emphasizes the importance of a positive attitude from the host population towards the displaced and underscores the significance of support and attention to individual needs for successful adaptation. The research highlights the necessity of developing support programs and understanding the impact of cultural and social factors on the adaptation of internally displaced persons.

Key words: internally displaced person, adaptation, personality, stress, psychological well-being, emotional stability, migration.