

УДК 159.923

DOI: 10.31732/2663-2209-2024-76-387-392

## ОСОБЛИВОСТІ ЧАСОВОЇ ПЕРСПЕКТИВИ ОСОБИСТОСТІ У ВИМУШЕНІЙ ЕМІГРАЦІЇ

*Тетяна Моржевська*

*Аспірантка кафедри психології, ВНЗ «Університет економіки та права «КРОК», м. Київ, Україна, e-mail: Morzhevskats@krok.edu.ua, ORCID: <https://orcid.org/0009-0009-6186-915X>*

## SPECIFICS OF THE TEMPORARY PROSPECTIVE OF A PERSON IN FORCED EMIGRATION

*Tetiana Morzevska*

*PhD student of the Department of Psychology, "KROK" University, Kyiv, Ukraine, e-mail: Morzhevskats@krok.edu.ua, ORCID: <https://orcid.org/0009-0009-6186-915X>*

**Анотація.** У статті здійснюється теоретичний аналіз досліджень особливостей прогнозування часової перспективи особистості в умовах вимушеної еміграції. Виокремлено категорії вимушених мігрантів. Поняття «вимушена еміграція» в даній статті розуміється як потенційно критична життєва ситуація.

Виділено основні ознаки, що характеризують вимушену еміграцію як потенційно критичну життєву ситуацію, а саме: 1) еміграція як конкретна подія, що може проявлятися у вигляді труднощів в інтеграції минулого, когнітивних викривлень у теперішньому та прогнозування майбутнього як потенційно негативного; 2) ситуація невизначеності, що впливає на розуміння часової динаміки соціально-культурної та психологічної адаптації; 3) одночасне переживання процесу втрати попереднього образу життя та процесу переживання соціокультурної та психологічної адаптації в новому середовищі, що може стати причиною порушення часової перспективи та значного психологічного напруження; 4) індивідуально-суб'єктивні особливості у проходженні процесу еміграції через врахування характеристик особистості за віком, системою потреб, мотивацією, цінностями, життєвими цілями, прив'язаністю до рідної культури, рівнем домагань, рівнем володіння іноземними мовами, адаптаційним капіталом, матеріальним та соціальним статусом у рідній країні тощо; 5) індивідуальний баланс втрат та здобутків, що може проявлятися як посттравматичне зростання особистості, а життєстійкість бути одним з ключових чинників у прогнозуванні позитивного майбутнього у часовій перспективі особистості та стати ресурсом в інтеграції минулого та прийняття теперішнього в умовах різкої зміни місця проживання та зміни соціального статусу в іншій країні.

Наголошується, що питання часової перспективи розглядається у роботах українських та зарубіжних авторів, проте більшість цих досліджень фокусуються на ролі часової перспективи у прийнятті рішень, здійсненні конкретної поведінки та їх зв'язку з індивідуально-психологічними властивостями особистості та значно менше наукових праць присвячено дослідженню соціально-психологічних чинників їх виникнення. В даному дослідженні розглядається питання, як саме формується часова перспектива в умовах вимушеної еміграції та якими є особливості прогнозування часової перспективи особистості в ситуації термінової зміни місця проживання.

**Ключові слова:** часова перспектива, вимушена еміграція, темпоральна робота особистості.

**Формул:** 0, **рис.:** 0, **табл.:** 0, **бібл.:** 14.

**Abstract.** The article provides a theoretical analysis of studies on the peculiarities of predicting the time perspective of a person in the conditions of forced emigration. The categories of forced migrants are distinguished. The concept of 'forced emigration' in this article is understood as a potentially critical life situation.

The main features that characterise forced emigration as a potentially critical life situation are highlighted, namely: 1) emigration as a specific event, which can manifest itself in the form of difficulties in integrating the past, cognitive distortions in the present and predicting the future as potentially negative; 2) a situation of uncertainty that affects the understanding of the temporal dynamics of socio-cultural and

*psychological adaptation; 3) simultaneous experience of the process of losing the previous way of life and the process of experiencing socio-cultural and psychological adaptation in a new environment, which can cause a violation of the time perspective and significant psychological stress. 4) individual and subjective peculiarities in the emigration process by taking into account the characteristics of the individual in terms of age, system of needs, motivation, values, life goals, attachment to the native culture, level of aspirations, level of foreign language proficiency, adaptation capital, material and social status in the home country, etc; 5) an individual balance of losses and gains, which can manifest itself as post-traumatic growth of the individual, and resilience can be one of the key factors in predicting a positive future in the time perspective of the individual and become a resource in integrating the past and accepting the present in the context of a sharp change of residence and change of social status in another country.*

*It is noted that the issue of time perspective is considered in the works of Ukrainian and foreign authors, but most of these studies focus on the role of time perspective in decision-making, implementation of specific behavior and their relationship with individual psychological properties of a personality, and much less research is devoted to the study of socio-psychological factors of their occurrence. The present study examines how the time perspective is formed in the conditions of forced emigration and what are the peculiarities of predicting the time perspective of a person in a situation of urgent change of residence in accordance with the purpose of the study.*

**Keywords:** *time perspective, forced emigration, temporal work of the individual.*

**Formulas:** 0; **fig.:** 0; **tabl.:** 0; **bibl.:** 14.

**Постановка проблеми.** Поняття «часова перспектива» за останні роки викликає дедалі більший інтерес в науковій спільноті як закордоном, так і в Україні. Зокрема, вчені проводили дослідження зв'язку часової перспективи з мотиваційною сферою, кар'єрним та професійним розвитком особистості, когнітивними аспектами Я-концепції тощо, де вивчались різноманітні характеристики часової перспективи, такі як екстенсивність, протяжність, глибина, ступінь структурованості, насиченості, рівень реалістичності та інше. Проте, на сьогодні залишається актуальним вивчення особливостей часової перспективи особистості в умовах вимушеної еміграції. Постає питання, як минуле, теперішнє та майбутнє відображено в темпоральній структурі особистості під впливом війни в Україні та як саме вимушена еміграція впливає на часову перспективу особистості.

**Аналіз останніх досліджень і публікацій.** Питання часової перспективи розглядаються у роботах українських (Є. Головаха, О. Сенік, Т. Титаренко та ін.) та зарубіжних авторів (Дж. Бойд, А. Вессман, Б. Горман, Т. Гісме, Дж. Едвардс, Д. Закай, З. Залескі, Ф. Зімбардо, К. Левін, В. Ленс, С. Мадді, Ж. Нюттен, Д. Рікс, А. Сирцова, Л. Франк,

Дж. Х'юлет, Дж. Хорнік, Е. Шип, Л. Шрурер-Ламберт та ін.). Проте більшість цих досліджень фокусуються на ролі часової перспективи у прийнятті рішень, здійсненні конкретної поведінки та її зв'язку з індивідуально-психологічними властивостями особистості. Значно менше наукових праць присвячено дослідженню соціально-психологічних чинників її формування. Проблему вимушеної еміграції досліджували О. Блинова, С. Бокнер, Л. Дідковська, А. Дідковський, Ф. Дювель, І. Сингаївська, М. Слюсаревський, А. Фьонем та ін. На даний час залишається відкритим питання, як саме формується часова перспектива в умовах вимушеної еміграції. Якими є особливості часової перспективи особистості в ситуації термінової зміни місця проживання? Та як можна допомогти особистості у сприйнятті власного минулого, теперішнього та майбутнього, враховуючи досвід вимушеної еміграції через війну в Україні?

**Формулювання цілей статті.**

Метою статті є здійснення теоретичного аналізу особливостей часової перспективи особистості в умовах вимушеної еміграції.

**Виклад основного матеріалу дослідження.**

За Л. Дідковською та А. Дідковським (2023) еміграція – це «проблемна, потенційно важка, екстремальна та критична міжкультурна соціальна ситуація, яка перериває звичайний перебіг життя, порушує адаптацію до життя, переживається в індивідуально-суб'єктивний спосіб, характеризується неможливістю реалізації внутрішніх потреб емігранта, полягає у тотальній трансформації його особистості на когнітивному, афективному та поведінкових рівнях, створює реальну загрозу для його соціально-психологічної цілісності, вимагає від нього граничного за масштабом, об'ємом та інтенсивністю психоемоційного навантаження і для участі в якій емігрант протягом попереднього свого життя не міг сформувавши необхідних форм поведінки, які б дозволяли йому успішно виконувати нові соціально-культурні та особистісні ролі».

Відповідно до Женевської Конвенції щодо статусу біженців 1951 року та Протоколу 1967 року виділяють окремі категорії вимушених мігрантів:

1. Біженці (вимушені мігранти, яким до чи після прибуття у приймаючу країну надається «статус біженця»).

2. Особи, що бажають отримати притулок (мігранти, які подають клопотання на отримання притулку не у своїй країні).

3. Іноземці, що отримали тимчасовий статус захисту (даній категорії осіб дозволяється тимчасове перебування у приймаючій країні до тих пір, поки існує реальна загроза їх життю в рідній країні).

4. Особи, прийняті з інших міркувань гуманності.

В даній статті ми розуміємо вимушену еміграцію як потенційно критичну життєву ситуацію особистості. Ознаками потенційно критичної життєвої ситуації є (Дідковська & Дідковський, 2023):

1. Дата та локалізація у часі та просторі.

2. Потреба у якісній реорганізації у структурі "індивід-навколишній світ".

3. Стійкі афективні реакції.

4. Значні психоемоційні затрати.

5. Наявність макростресорів.

6. Потреба у довготривалій адаптації.

Л. Дідковська та А. Дідковський (2023) виділяють основні ознаки, що характеризують еміграцію як потенційно критичну життєву ситуацію («V.U.C.A – світ»), а саме: надзначущість для людини життєвої події «еміграція», еміграційний вибір як вибір в ситуації невизначеності, неможливість отримання у власній країні до виїзду в еміграцію знань та навичок, необхідних для успішної адаптації до нового соціуму, раптовість настання соціокультурної та психологічної адаптації після переміщення до нового соціуму, недостатнє розуміння закономірностей та особливостей матеріальної, соціокультурної і психологічної адаптації у новій країні, імміграція, як процес глибокої трансформації психіки людини на когнітивному, поведінковому та емоційному рівнях, накладання процесу переживання втрат на переживання процесу соціокультурної і психологічної адаптації, індивідуально-суб'єктивний характер протікання процесу еміграції, результат еміграції як індивідуальний баланс втрат та здобутків.

В нашому дослідженні ми розглядаємо деякі з цих ознак через призму формування часової перспективи (Сеник, 2016) особистості у вимушеній еміграції. Отже, при дослідженні формування часової перспективи особистості у еміграції, слід враховувати:

**Надзначущість для людини життєвої події «еміграція».** В ряді досліджень (Buehler & McFarland, 2001; Herman, 1997; Horowitz, 1986) показано, що одним із психологічних наслідків переживання стресових ситуацій є «порушення часової перспективи особистості», «крах життєвих планів» і «часова дезорієнтація суб'єкта».

Темпоральні характеристики екстремальних «модусів існування» включають у себе феномени «обриву часової перспективи», її «звуження» або «життя у відсутності майбутнього з відмовою від його планування». У сучасних класифікаторах травматичного стресу відомо про «нездатність орієнтуватися на тривалу життєву перспективу», наприклад, коли людина не планує займатися кар'єрою, заводити сім'ю, мати дітей, будувати нормальне життя. Психічна травма характеризується вторгненням травматичних спогадів, думок, образів, нав'язливим поверненням і сильним афективним переживанням знову травмуючої ситуації. Крім того, психічна травма характеризується також тенденцією уникнення – спогадів, сцен, думок, поведінки, що нагадують травматичну ситуацію з повною або частковою амнезією, або з нездатністю відтворювати ці спогади. Феномен стиснення часу автори пояснюють тенденцією гіперзбудження, що супроводжується постійним очікуванням загрози, складністю в концентрації уваги. Когнітивні підходи до інтерпретації психічної травми, зокрема феномена кошмарних сновидінь у М. Хоровітца (1986), вказують на те, що травматичні спогади не включені в когнітивну схему індивіда і практично не піддаються змінам із плином часу, де жертви залишаються «застиглими в травмі», як в актуальному переживанні, замість того, щоб прийняти її як щось, що належить минулому. Таким чином, у людини, яка пережила травматичні події, в тому числі у вигляді вимушеної еміграції через війну в Україні, можуть виникати труднощі в інтеграції минулого та когнітивні викривлення у теперішньому, що, у свою чергу, впливає на формування уявлення про майбутнє, або провокує прогнозування власного майбутнього як потенційно фаталістичне.

**Еміграційний вибір як вибір в ситуації невизначеності.** На початку повномасштабного вторгнення російської

федерації в Україну, виїзд закордон супроводжувався для українців надмірними стресовими ситуаціями, та виглядав для частини населення як один з найоптимальніших варіантів для збереження власного життя та життя своїх дітей. За Г. Склярвою (2024) ситуації невизначеності мирного та воєнного часу мають відмінності. Так, ситуації невизначеності мирного часу можуть бути охарактеризовані як: 1) відносно передбачувані; 2) такі, що мають властивість повторюватися й для того, щоб впоратися з ними, людина може скористатися власним або запозиченим досвідом; 3) як правило, мають локальні наслідки, які зачіпають одну людину чи невелике коло людей. Натомість, ситуації невизначеності воєнного часу пов'язані із непередбачуваними, новими, унікальними небезпеками, які загрожують найвищим соціальним цінностям та територіальній цілісності й благополуччю цілої країни. Тому людина в ситуації невизначеності у новому середовищі може не до кінця розуміти часову динаміку соціально-культурної та психологічної адаптації та особливості процесу особистісних трансформацій, які відбуваються на когнітивному, афективному та поведінковому рівнях. Як наслідок, це може призвести до «зависання» в теперішньому та прокрастинації у плануванні та прогнозуванні власного майбутнього.

**Накладання процесу переживання втрат на переживання процесу соціокультурної і психологічної адаптації.** Вимушеним емігрантам доводиться одночасно переживати втрату усього того, що вони залишили в Україні та проходити соціокультурну та психологічну адаптацію у новій країні. Кожен з цих процесів має свої закономірності, інтенсивність та часову динаміку. Одночасне переживання на відносно короткому відрізку часу масштабних і глибоких соціокультурних та психологічних трансформацій вимагає від

людини інколи граничних за масштабом, об'ємом та інтенсивністю психоемоційних зусиль (Дідковська & Дідковський, 2023). Тривале перебування під тиском втрати образу того, що було у минулому, та потреба в забезпеченні для себе та своїх близьких у теперішньому нового образу життя в іншій країні може призвести до складнощів у прогнозуванні власної часової перспективи та провокувати значне психологічне напруження.

**Індивідуально-суб'єктивний характер протікання процесу еміграції.** Емігранти відрізняються одне від одного за низкою характеристик: за віком, системою потреб, мотивацією, цінностями, життєвими цілями, прив'язаністю до рідної культури, рівнем домагань, рівнем володіння іноземними мовами, адаптаційним капіталом, матеріальним та соціальним статусом у рідній країні тощо. Тому процес адаптації у вимушеній еміграції все одно у кожного буде відбуватись індивідуально (Дідковська, 2023). У концепції темпоральної трансформації особистості в потенційно критичних життєвих ситуаціях розриви або зв'язаність досвіду залежать від темпоральної роботи особистості, тобто роботи зв'язування минулого, сьогодення, майбутнього, розірваних самою стресовою подією. Смилова темпоральна робота особистості дає змогу людині наділити сенсом сьогодення та переосмислити майбутнє (Newby-Clark & Ross 2003). Вкрай важлива психологічна підтримка осіб, які перебувають у вимушеній еміграції, для допомоги в інтеграції їхнього минулого, теперішнього та майбутнього, враховуючи травматичний досвід подій в Україні.

**Результат еміграції як індивідуальний баланс втрат та здобутків.** Одним із аспектів вивчення часової перспективи у зв'язку з травматичним досвідом є дослідження не тільки негативних наслідків ситуації, а й явища так званого посттравматичного зростання особистості, тобто інтенсивної

спрямованості людини до пошуку нових цінностей, побудови нових зв'язків та стосунків, орієнтації на сенс людського існування і позитивний погляд на своє життя після пережитих подій. Ця тенденція протилежно спрямована щодо роботи травми, яка темпорально структурує життєвий світ людини: світ «до-травми», «світ-у-травмі» і «пост-світ» (Buehler & McFarland, 2001; Herman, 1997; Horowitz, 1986; Newby-Clark & Ross 2003; Zimbardo & Boyd 1999). І ця протилежна тенденція є такою, що зв'язує розірваний досвід. У концепції життєстійкості С. Мадді (2002) особистість здійснює вибір минулого (звичного і знайомого) і вибір майбутнього (нового, невизначеного і непередбачуваного). Вибір минулого, фіксація на спогадах, провини за те, що сталося, створює безсилля. За С. Мадді «життєстійкість» – ресурс, на який опирається особистість при виборі майбутнього. Концепція С. Мадді підтверджує, що людина може обирати різні види роботи з досвідом, як відчужуючи щось негативне у минулому, так і повторюючи позитивні тенденції, спрямовані на зміцнення життєстійкості (Сингаївська & Страмоусова, 2024). Отже, життєстійкість є одним з ключових чинників у прогнозуванні позитивного майбутнього у часовій перспективі особистості. Саме життєстійкість може допомогти людині в інтеграції минулого та прийнятті теперішнього в умовах різкої зміни місця проживання та зміни соціального статусу в новому середовищі.

**Висновки.** Таким чином, вимушена еміграція є складним міжкультурним соціальним явищем (Слюсаревський & Блинова, 2013), а часова перспектива особистості у вимушеній еміграції має свої особливості. Окрім ознак, що характеризують еміграцію як потенційно критичну життєву ситуацію, варто розглядати вимушену еміграцію як подію, яка супроводжується множинними стресовими подіями та ситуаціями невизначеності. Особистість проходить

процес трансформацій, які відбуваються на когнітивному, афективному та поведінковому рівнях та переживає за відносно короткий період часу масштабні та глибокі соціокультурні та психологічні трансформації, що вимагають від неї часто масштабних та інтенсивних психоемоційних зусиль. В результаті, це може призвести до порушення часової перспективи особистості у вигляді зміни або відсутності власних планів та труднощами в соціально-психологічній

адаптації в іншій країні. При такому порушенні часової перспективи людина може «застрягати» у минулому, відчувати дезорієнтацію у теперішньому та зазнавати труднощів у прогнозуванні та плануванні майбутнього. Вимушена еміграція через війну в Україні може розділити життєвий світ людини на «до-травми», «у-травмі» і «пост-світ», а смислова темпоральна робота особистості може дати їй можливість наділити сенсом сьогодення та переосмислити майбутнє.

### Література:

1. Дідковська, Л. І., & Дідковський, А. П. (2023). *Психологія потенційного емігранта*. Львів: Растр-7.
2. Дідковська, Л. І. (2023). Ставлення до еміграції та ціннісні орієнтації особистості. *Журнал сучасної психології*, 1(28), 51-59. doi: [10.26661/2310-4368/2023-1-6](https://doi.org/10.26661/2310-4368/2023-1-6).
3. Конвенція про статус біженців 28.07.1951 року. *Офіційний портал Верховної ради України (2002)*. URL: [https://zakon.rada.gov.ua/laws/show/995\\_011#Text](https://zakon.rada.gov.ua/laws/show/995_011#Text).
4. Сенік, О. М. (2016). *Соціально-психологічні чинники уявлень студентської молоді про часову перспективу*. (Кандидатська дисертація). Львівський національний університет імені Івана Франка. Доступ через URL: <https://ispp.org.ua/2020/05/06/senik-o-m-socialno-psichologichni-chinniki-uyavlen-studentsko%D1%97-molodi-pro-chasovu-perspektivu/>
5. Сингаївська, І. В., & Страмоусова, І. Є. (2024). Чинники життєстійкості жінок під час війни. *Вчені записки Університету «КРОК»*, 3(75), 231-245. doi: [10.31732/2663-2209-2024-75-231-245](https://doi.org/10.31732/2663-2209-2024-75-231-245).
6. Складарова, Г. О. (2024). До питання про ситуації невизначеності мирного та воєнного часу. *Вчені записки Університету «КРОК»*, 3(75), 254-258. doi: [10.31732/2663-2209-2024-75-254-258](https://doi.org/10.31732/2663-2209-2024-75-254-258).
7. Слюсаревський, М. М., & Блинова, О. Є. (2013). *Психологія міграції*. Кіровоград: ТОВ «Імекс ЛТД».
8. Buehler, R., & McFarland, C. (2001). Intensity bias in affective forecasting the role of temporal focus. *Personality and Social Psychology Bulletin*, 27, 1480-1493.
9. Herman, J. L. (1997). *Trauma and recovery*. New York: Basic books.
10. Horowitz, M. J. (1986). *Stress response syndromes*. (2nd ed.). New York: J. Aronson.
11. Maddi, S. R. (2002). The story of hardiness: twenty years of theorizing, research and practice. *Consulting psychology journal*, 54, 173-185.
12. Magomed-Eminov, M. S. (1997). Post-traumatic stress disorders as a loss of meaning of life. *States of mind*. D. Halpern & A. Voiskunsky. Oxford University Press, 238-250.
13. Newby-Clark, I. R., & Ross, M. (2003). Conceiving the past and future. *Personality and Social Psychology Bulletin*, 29, 807-818.
14. Zimbardo, P. G., & Boyd, J. N. (1999). Putting time in perspective: a valid, reliable individual-differences metric. *Journal of personality and social psychology*, 77, 1271-1288.