

**Небибуллаева Гульназ Кемаловна**

студент магистратуры  
Крымский инженерно-педагогический  
университет имени Февзи Якубова  
Симферополь, Россия

**Данилова Маргарита Александровна**

кандидат психологических наук, доцент  
Крымский инженерно-педагогический  
университет имени Февзи Якубова  
Симферополь, Россия

**ПСИХОЛОГИЧЕСКИЕ ОСОБЕННОСТИ ЭМОЦИОНАЛЬНЫХ ПЕРЕЖИВАНИЙ БЕЖЕНЦЕВ**

---

**Аннотация**

Исследуются основы психологических переживаний беженцев. Проводится теоретический анализ литературы по исследуемой проблематике. Результаты исследования доказывают необходимость психологической помощи детям младшего школьного возраста, находящимся в местах временного пребывания. Сделан вывод о том, что регулярная психологическая помощь данным категориям лиц имеет благоприятное влияние на их адаптацию к новым условиям жизни.

**Ключевые слова:**

младший дошкольный возраст, дети беженцы, психологическая помощь, эмоции

---

В рамках современной жизни, характеризующейся нестабильностью, войнами, болезнями, нищетой, этническими конфликтами понятие «миграция» является как никогда актуальным. Проблеме вынужденной миграции посвящено не так много исследований и в их числе можно выделить следующих ученых: Е.Е. Блинова (2014), В.В. Гриценко (2001; 2002), В.В. Константинова (2005; 2007), Н.М. Лебедева (1993; 1995; 1997), Н.Р. Маликова (2014), Г.В. Солдатова (1998; 2002) и др. В данных работах большое внимание уделяется аспектам социальной адаптации мигрантов.

О.Б. Симатова отмечает, что наиболее важным методологическим аспектом в вопросах миграции является проблема эмоциональной адаптации детей беженцев. Под мигрантами представляют людей переселенцев, которые пребывают в других регионах с целью решения возникающих проблем, таких как: трудоустройство, кризис, улучшение качества жизни и прочие [4, с. 39]

По словам О.Б. Симатовой центральной проблемой мигрантов и беженцев является проблема социально-психологической адаптации у новым, изменившимся условиям жизни. Автор также уверяет, что основной упор специалистов решающих проблемы беженцев заключается в поиске жилья, питания и решения бытовых

вопросов, однако наблюдается значительное отсутствие разработанной стратегии по социальной адаптации [4, с. 39].

О.А. Бахчиева под термином «социальная адаптация» понимает сложный и многогранный процесс, который происходит в различных областях человеческой жизни. Этот процесс включает в себя адаптацию индивида или социальной группы, оказавшейся в сложной ситуации, к существующей на данный момент среде. Начало этого процесса связано с осознанием того, что привычные модели поведения больше не способствуют достижению успеха. В связи с этим возникает необходимость изменения поведения в соответствии с требованиями новой социальной среды [3, с. 106]

Очевидным является и важность психолого-педагогической поддержки детей из таких семей в условиях образовательного процесса. Самостоятельное исследование, проведенное нами в рамках учебной практики, позволило сделать вывод о том, что у младших школьников, находящихся в пунктах временного проживания беженцев, наблюдаются низкая самооценка, возбудимость, недостаточный уровень социальной смелости, высокая чувствительность, тревожность, а также трудности в саморегуляции и повышенное нервное напряжение. Наше исследование показало, что у этих детей в области коммуникации преобладает неуверенность в себе и низкая социальная смелость.

Нами было подчеркнуто, что эти факторы негативно сказываются на общем развитии детей, влияя не только на их школьную успеваемость, но и на межличностные отношения. Младшие школьники в пунктах временного пребывания часто испытывают стресс из-за нестабильной обстановки, что усугубляет их эмоциональное состояние и приводит к возникновению негативных поведенческих реакций. Важно отметить, что подобные переживания могут отразиться на формировании самоидентификации, что, в свою очередь, создает дополнительные барьеры для социализации.

Ситуация требует комплексного подхода, включающего поддержку педагогов, психологов и социальных работников. Наличие комфортной среды, где дети могут выражать свои эмоции и получать необходимые навыки саморегуляции, является ключевым аспектом для повышения их уверенности и социальной смелости.

А.В. Терентьева и Д.А. Ананьина также замечают, что среди особенно неблагоприятных социальных последствий выделяемых относительно детей

беженцев можно считать рост социального стресса в период адаптации к новым условиям [5, с. 95].

Исследователи также замечают, что стратегия успешной эмоциональной составляющей интеграции будет зависеть от ряда следующих факторов:

- качества приема;
- состава семьи, ее целостности или разобщенности;
- наличие серьезной эмоциональной травмы;
- наличие четких целей.

Наиболее распространенные трудности включают в себя: разлуку с родиной и близкими людьми, бюрократические препятствия и недопонимание со стороны властей, различное отношение местного населения, языковые барьеры, нехватку финансовых средств и необходимость оказывать поддержку тем, кто остался на родине [5, с. 95].

По словам Д.М. Абдрахманова дети беженцев испытывают особые трудности ввиду недостатка пищи, воды, отсутствия медицинского обслуживания, что ведет к истощению организма. В таких условиях жизни развитие ребенка замедляется: истощается эмоциональный потенциал. Исходя из этого, основной задачей социального работника или психолога в рамках помощи детям заключается не только в обеспечении элементарных жизненно необходимых ресурсов, но и в успешных условиях для реализации духовно-культурных ценностей [1, с. 129].

С.Ю. Галиева отмечает, что с целью облегчения эмоционального состояния ребенка проводится работа по социально-психологическому направлению и включает в себя:

- консультирование психологического характера;
- психологическая коррекция;
- помощь в социальной адаптации;
- помощь в острых кризисных ситуациях;
- проведение тренингов и обучение саморегуляции;
- диагностика развития ребенка в условиях миграции [2, с. 50];

В результате проведенного нами исследования был сделан вывод о том, что для детей беженцев с высоким уровнем тревожности особенно важны психоэмоциональные поощрения. Также необходимо способствовать развитию их самостоятельности и уверенности, насколько это возможно в данной ситуации.

Взаимодействие с ребенком, должно основываться на признании его мнения и стремлении понять его позицию, предлагая обоснованные ответы на его действия или высказывания.

Важно отметить, что работа по стабилизации эмоционального состояния детей беженцев осуществляется как непосредственно с ними, так и через тех взрослых, которые постоянно находятся рядом и оказывают влияние на их чувства.

Таким образом, мы пришли к выводу, что эмоционально состояние беженцев в условиях миграции – сложный эмоционально психологический феномен. Наиболее подверженной категорией к эмоциональному истощению являются дети. В рамках теоретического анализа и на основе проведенного исследования мы пришли к выводу, что грамотно организованный процесс оказания психологической помощи (которой в настоящее время уделяется меньше всего внимания) позволит ребенку легче пройти путь адаптации к условиям окружающей жизни.

#### **Список использованных источников**

1. Абдрахманов, Д. М. Организация комплексной работы с прихожанами-мигрантами : учебное пособие / Д. М. Абдрахманов. — Уфа : БГПУ имени М. Акмуллы, 2016. — 250 с.

2. Галиева, С. Ю. Работа с детьми и молодежью, находящимися в трудной жизненной ситуации : учебно-методическое пособие / С. Ю. Галиева. — Пермь : ПГГПУ, 2021. — 127 с.

3. Практические основы социальной защиты населения : учебное пособие для вузов / О. А. Бахчиева, И. В. Кислова, С. В. Савенкова, С. Л. Савченко. — 2-е изд., стер. — Санкт-Петербург : Лань, 2022. — 292 с.

4. Симатова, О. Б. Дети группы риска. Характеристика и направления работы с ними в образовательном пространстве : учебное пособие для вузов / О. Б. Симатова. — 2-е изд., стер. — Санкт-Петербург : Лань, 2024. — 116 с.

5. Терентьева, А. В. Социология миграции : учебное пособие / А. В. Терентьева, Д. А. Ананьина. — Чита : ЗабГУ, 2022. — 134 с.