



## ПСИХОЛОГИЧЕСКАЯ ПОДДЕРЖКА МИГРАНТОВ И ИХ СЕМЕЙ В ОБЩЕСТВЕ

*Умарова Ш.А.*

*Чирчикский государственный педагогический университет*

**Tayanch soʻzlar:** psixologiya, migratsiya, mentalitet, ish haqi, qamoqxona, urush, tadqiqot.

**Ключевые слова:** психология, миграция, менталитет, заработная плата, тюрьма, война, исследование.

**Key words:** psychology, migration, mentality, wages, prison, war, research.

**Резюме:**

Maqolada migrantlar va ularning oilalarini jamiyatda psixologik qo'llab-quvvatlash usullari muhokama qilinadi, shuningdek, migratsiya tizimini takomillashtirish tahlil qilinadi.

**Резюме:**

В статье рассматриваются методы о психологическо-социальной поддержке мигрантов и их семей в обществе также сделан анализ усовершенствования системы миграции.

**Summary:**

The article discusses methods of psychological support of migrants and their families in society, and also analyzes the improvement of the migration system.

Процесс адаптации иностранных студентов-мигрантов к новым условиям существования, как правило, весьма длителен и не всегда удачен. Успешная психосоциальная адаптация в образовательном пространстве невозможна без организации действенного сопровождения со стороны учебного заведения страны пребывания (поддержки, помощи, обеспечения и защиты). Учитывая это, требуют рассмотрения научно-практические основы организации деятельности педагогических коллективов по психологической реабилитации студентов-иностранцев и психолого-педагогическому сопровождению процесса их адаптации, с учетом накопленного отечественного опыта и международной практики. Кроме того, неотложной является необходимость разработки для временных мигрантов, как особо незащищенной группы, программ психосоциальной поддержки и социальной помощи, имеющих направленность на преодоление



отчуждения в новой социокультурной среде и способствующих оптимизации адаптационного процесса.

В отечественной и зарубежной психологии и психиатрии понятие психологической защиты (реабилитации) рассматривается как важнейшая форма реагирования сознания человека на психическую травму. Или как направленная на редукцию эмоционального патогенного напряжения своеобразная перестройка, которая происходит в субъективной иерархии ценностей, в системах взаимосвязанных психологических установок и отношений.

Согласно теории когнитивной адаптации, механизмами, с помощью которых психотравмированные индивидуумы восстанавливают свои взгляды на себя и окружающий мир являются позитивное переосмысление, выборочный подход и переоценка. С этой точки зрения, борьба со стрессом, вероятно, будет одним из наиболее результативных паттернов поведения человека в желании получить контроль над ситуацией и повысить самооценку. Важно отметить, что невзирая на фокусированность модели Ш. Тейлор почти исключительно на генерации позитивных когниций (о себе и случившемся травматическом событии), она может быть использована для выработки адаптивного поведения. Исследования показывают, что эти позитивные убеждения могут мотивировать людей к перемене своей жизни к лучшему.

Предоставление индивидам психолого-педагогической поддержки в рамках психосоциального подхода направлено на устранение внешнего или внутреннего конфликта и снижение уровня стресса от проблемной ситуации за счет применения процедур поддержки и модификации.

Основными моделями психосоциального подхода к предоставлению психолого-педагогической поддержки временным мигрантам, посетившим страну пребывания с целью получения образования, можно считать:

1) Метод, центрированный на задании (банк процедур для упрощения перцепции целевых проблем, состоящий из элементов функциональных и проблемно-ориентированных подходов, а также кризисных интервенций). Взаимодействие психолога и студента четко структурировано, директивно и ограничено во времени. Его последовательные шаги предусматривают: исследование специфики проблемной ситуации, планирование и выполнение задания, достижение целевой установки, урегулирование ситуации. Главными составляющими успешности решения проблемы являются определение ее состояния и пунктуальное выполнение заданий

2) Кризисно-ориентированный метод индивидуальной работы (комбинированный краткосрочный подход, использующий приемы практической психологии, психотерапии и рациональных дискуссий). Как правило, длительность основного этапа составляет 3-4 консультативных сессии, но при необходимости он может быть увеличен до 7-8 встреч. Метод обычно применяется в таких кризисных обстоятельствах, как вина, враждебность, тревожность, стыд и тому подобное. Психолог, смягчая социальную и психологическую напряженность студента, помогает ему принимать адекватные решения, подбирает для него релевантные модели поведения в сложившейся ситуации

3) Рациональный метод индивидуальной работы. Базируется на принципах когнитивной теории и предположении, что интенсивность поступков по изменению ситуации зависит от волевого настроя человека. С использованием принципа «здесь и теперь», оценка состояния индивида фокусируется на мышлении, чувствах, поведении в реальном времени. Целью является изменение сознания личности, которое складывается из проявлений эмоций, представлений и поведения. Стратегии взаимодействия направлены на решение проблем; студенту предлагаются модели анализа и способы трансформации поведения в проблемной ситуации. Рациональный метод используется в случаях, когда студент требует помощи в осознании тяжелых жизненных обстоятельств и намеревается их изменить

4) Терапия реальностью. В основе метода индивидуальной работы – стремление индивида чувствовать свою значимость, уважение и любовь со стороны окружающих, что требует определения соответствующих стандартов поведения. Целью является действенная поддержка человека в понимании и принятии ответственности за свои собственные поступки. Взаимодействие направлено на идентификацию каждодневного поведения студента, обучения его производительному общению без агрессии и конфронтации, которое не ограничивает интересы других [4]. Таким образом, целью психосоциального подхода в психолого-педагогической поддержке иностранных студентов является нахождение равновесия между внутренней психической жизнью личности и ее межсистемными отношениями, которые имеют значительное влияние на процесс и качество жизнедеятельности. При таком подходе оптимистично рассматриваются потенции человека, положительно оценивается его личностный потенциал, а также способность к росту и развитию (при наличии достаточных ресурсов, условий и помощи). Сущностью поддержки является, прежде



всего, эффективное участие в решении многочисленных психологических, межличностных и социальных проблем «индивида в ситуации».

В целом, реализацию психолого-педагогической поддержки студентов иностранцев мы рассматриваем как внедрение в учебный процесс лично-ностно ориентированных технологий оптимизации процесса психосоциальной адаптации. Высшему учебному заведению предлагается трехкомпонентная программа психолого-педагогической поддержки временных мигрантов, которая состоит из психолого-диагностического обследования, медико-психологического консилиума и психолого-коррекционной работы.

Подводя итог, можно сделать вывод о том, что основной психологической особенностью мигранта является потребность в улучшении своего существующего положения, стремления к комфорту, как в материальном, так и в психологическом отношении. При этом, в процессе переезда в новое место, в результате интенсивной работы адаптационного аппарата в психологии мигранта могут происходить видимые изменения на личностном уровне, которые, в свою очередь, связаны с получением (развитием) навыков, необходимых для жизни и деятельности в среде.

Уровень развития стресса у мигранта бывает тесно связан его социальной защищенностью (достойное финансовое положение, наличие собственного жилья, родственных и деловых связей, наличия в стране социальных программ по обустройству мигрантов, поддержки национальной общины), коммуникативных навыков, лояльности местного населения, культурной адаптивности (знаний и опыта применения обычаев и традиций, уровня владения языком, схожестью культур, терпимости населения к культурным приоритетам мигранта), индивидуальных особенностей личности (уровня образованности, волевых качеств, кругозора).

Мигрантами становятся люди, по разным причинам не нашедшие своего места в жизни. Они непрерывно пребывают в состоянии поиска лучшей «доли», удовлетворяя потребности путем реализации имеющегося потенциала в чужой стране. В отличие от патриота мигрант не стремится изменить существующего положения на родине, а с удвоенной силой воплощает свои намерения за рубежом. На первом этапе (въезд в страну) он подвержен наибольшему стрессу, поскольку смена обстановки априори заставляет его адаптироваться к новой жизни, перерабатывать и запоминать значительные объемы новой информации, получать, либо оттачивать языковые навыки, знакомиться с новыми людьми и правилами поведения. Столкновение с другой культурой и обычаями, иногда неблагоприятными



климатическими условиями, агрессивным поведением местного населения вызывают значительный стресс, активирующий ранее не используемые возможности психики, необходимые для полноценной адаптации и выживания в среде. В результате может произойти ряд личностных изменений, обусловленных появлением новых элементов в её структуре (к примеру, коммуникативные навыки), развитием или утратой старых привычек и навыков.

Осуществление этого задания возлагается на штатных психологов вуза (работников социально-психологической службы), педагогов и кураторов учебных групп, которые должны обеспечить проведение широкого комплекса запланированных диагностических, реабилитационных и профилактических мероприятий.

#### Литература:

1. Гурович И.Я. Психосоциальная терапия и психосоциальная реабилитация в психиатрии / И.Я. Гурович, А.Б. Шмуклер, Я.А. Сторожакова. – 2-е изд. – М.: Издат. дом «Медпрактика-М», 2007. – 492 с.
2. Жуков Ю.М. Методы практической социальной психологии. Диагностика. Консультирование. Тренинг : Учеб. пособие / Ю.М. Жуков, А.К. Ерофеев, С.А. Липатов и др. ; Под ред. Ю.М. Жукова – М.: Аспект Пресс, 2004. – 256 с.
3. Кагермазова Л.Ц. Социально-психологическая адаптация студента-мигранта в новых социокультурных условиях / Л.Ц. Кагермазова, Л.А. Галачиева // Педагогика и психология «Наука. Инновации. Технологии». – 2013. – №3. – С. 189 – 197.