

<https://doi.org/10.32999/2663-970X/2024-11-2>

How to Cite (Style APA):

Plokhikh, V., Kireieva, Z., & Skoromna, M. (2024). Emotional Accompaniment of the Organization of Time Perspective of Forced Ukrainian Migrants Staying Abroad. *Insight: the psychological dimensions of society*, 11, 15–37. <https://doi.org/10.32999/2663-970X/2024-11-2>

Як цитувати (Стиль ДСТУ 8302: 2015):

Плохїх В., Кіреєва З., Скоромна М. Емоційний супровід організації часової перспективи українських вимушених мігрантів за кордоном. *Інсайт: психологічні виміри суспільства*. 2024. № 11. С. 15–37. <https://doi.org/10.32999/2663-970X/2024-11-2>

UDC [159.937.53:314.151.3-054.73]:364-787.3

Emotional Accompaniment of the Organization of Time Perspective of Forced Ukrainian Migrants Staying Abroad

Емоційний супровід організації часової перспективи українських вимушених мігрантів за кордоном

Received: October 02, 2023

Accepted: April 26, 2024

Viktor Plokhikh*

Doctor of Psychology, Full Professor,
Department of General Psychology
V. N. Karazin Kharkiv National University, Ukraine
<https://orcid.org/0000-0001-7897-3417>

Zoia Kireieva

Doctor of Psychological Sciences, Full
Professor,
Department of General Psychology
and Psychological Counseling,
Odesa I. I. Mechnikov National University, Ukraine
<https://orcid.org/0000-0001-5061-8413>

Marianna Skoromna

Candidate of Pedagogical Sciences,
Associate Professor,
Department of Pedagogical Technologies
of Primary Education,
South Ukrainian National Pedagogical
University named after K. D. Ushynsky
<https://orcid.org/0000-0003-1824-4110>

Віктор Плохїх*

доктор психологічних наук, професор,
кафедра загальної психології,
Харківський національний університет
імені В. Н. Каразіна, Україна
<https://orcid.org/0000-0001-7897-3417>

Зоя Кіреєва

доктор психологічних наук, професор,
кафедра загальної психології
і психологічного консультування,
Одеський національний університет імені
І. І. Мечникова, Україна
<https://orcid.org/0000-0001-5061-8413>

Маріанна Скоромна

кандидат педагогічних наук, доцент,
кафедра педагогічних технологій
початкової освіти,
Південноукраїнський національний
університет імені К. Д. Ушинського
<https://orcid.org/0000-0003-1824-4110>

* Corresponding Author: plokhikh_v@ukr.net

* Автор-кореспондент: plokhikh_v@ukr.net

Abstract

The aim. Determination of the specificity of a correlation between the organization of time perspective and emotional experiences of forced Ukrainian migrants staying abroad in terms of their orientation toward adaptation in a critical situation of life activity. **Methods.** 77 forced Ukrainian migrants in the countries of Europe and North America (aged from 19 to 48 years) were research participants. The following instruments were used in the research: "Time Perspective Inventory" P. Zimbardo; "Differential Emotions Scale" C. Izard; The Freiburg Personality Inventory (FPI, Form B); the method of C. Spielberger for determining the level of personal and reactive anxiety; the scale "time competence" of the self-actualization test by E. Shostrom. **Results.** It was found that the indicators of acute negative emotions ($Me = 27.00$) and personal anxiety ($Me = 45.00$) are high in the researched participants. The Friedman test allowed identifying statistical differences in the intensity of manifestations of different emotions in the total sample ($\chi^2 = 33,693$; $df = 9$; $p < .001$) through the most expressive emotion of interest ($Me = 8.00$). It was established that manifestations of emotions have statistical correlations with time perspectives in the following way: interest with the negative past ($r_s = -.294$; $p = .009$), the hedonistic present ($r_s = -.264$; $p = .020$) and the future ($r_s = .376$; $p = .001$); anger with the negative past ($r_s = .499$; $p < .001$), the hedonistic present ($r_s = .266$; $p = .019$) and the fatalistic present ($r_s = .228$; $p = .046$); contempt with the negative past ($r_s = .427$; $p < .001$) and the future ($r_s = -.321$; $p = .004$). It was also found that anxiety correlates with time perspective in the following way: reactive anxiety with the negative past ($r_s = .319$; $p = .005$) and the future ($r_s = -.234$; $p = .041$); personal anxiety with the negative past ($r_s = .452$; $p < .001$) and the future ($r_s = -.251$; $p = .027$). **Discussion and conclusions.** The degree of expressiveness of negative emotions and personal anxiety in forced Ukrainian migrants staying abroad prevents efficient determination of the future perspective and results in proneness to a fatalistic attitude towards the current circumstances. The researched migrants' increased orientation towards the current hedonistic satisfaction of their needs does not contribute to adaptation and correlates with expressive negative experiences of the past and present circumstances and restricts determination of the future perspective. High expressiveness of the emotion of interest contributes to evident adaptation-based orientation of forced migrants towards eliminating uncertainty of the future perspective. **Keywords:** adaptation, time orientation, mental health, psychological well-being, critical situation, stress, basic emotions.

Анотація

Мета. Визначення особливостей зв'язку організації часової перспективи й емоційних переживань вимушених українських мігрантів за кордоном в аспекті їх зорієнтованості на адаптацію в критичній ситуації життєдіяльності. **Методи.** Досліджуваними були 77 українських вимушених мігрантів у країнах Європи та Північної Америки (вік – від 19 до 48 років). У дослідженні використано: "Опитувальник часової перспективи" Ф. Зімбардо; "Шкалу диференціальних емоцій" К. Ізард; Фрайбургський особистісний опитувальник (FPI, форма B); методу Ч. Спілбергера для визначення рівня особистісної та реактивної тривожності; шкалу "компетентність у часі" з тесту самоактуалізації особистості Е. Шострома. **Результати.** Встановлено, що у групі досліджуваних є високими індекс гострих негативних емоцій ($Me = 27.00$) і особистісна тривожність ($Me = 45.00$). Критерієм Фрідмана з'ясовано статистичні розбіжності в інтенсивності проявів різних емоцій у загальній групі досліджуваних ($\chi^2 = 33,693$; $df = 9$; $p < .001$) через найбільшу виразність емоції інтересу ($Me = 8.00$). Для групи встановлено, що прояви емоцій статистично пов'язані з часовими орієнтаціями таким чином: інтерес із негативним минулим ($r_s = -.294$; $p = .009$), гедоністичним теперішнім ($r_s = -.264$; $p = .020$), майбутнім ($r_s = .376$; $p = .001$); гнів із негативним минулим ($r_s = .499$; $p < .001$), гедоністичним теперішнім ($r_s = .266$; $p = .019$), фаталістичним теперішнім ($r_s = .228$; $p = .046$); презирство з негативним минулим ($r_s = .427$; $p < .001$) і майбутнім ($r_s = -.321$; $p = .004$). Також визначено, що тривожність пов'язана з часовими орієнтаціями в такий спосіб: реактивна тривожність із негативним минулим ($r_s = .319$; $p = .005$) і майбутнім ($r_s = -.234$; $p = .041$); особистісна тривожність із негативним минулим ($r_s = .452$; $p < .001$) і майбутнім ($r_s = -.251$; $p = .027$). **Дискусія і висновки.** У вимушених українських мігрантів за кордоном високий рівень виразності негативних емоцій і особистісної тривожності перешкоджає раціональному визначенню перспективи майбутнього і сприяє схильності до фаталістичного налаштування на поточні обставини. Підвищена орієнтація досліджуваних мігрантів на поточне гедоністичне задоволення потреб не сприяє адаптації і пов'язується з виразними негативними переживаннями обставин минулого та теперішнього, є стримуючою щодо визначення перспективи майбутнього. Суттєва виразність емоції інтересу сприяє явній, вмотивованій адаптацією орієнтації вимушених мігрантів на усунення невизначеності перспективи майбутнього. **Ключові слова:** адаптація, часова орієнтація, психічне здоров'я, психологічне благополуччя, критична ситуація, стрес, базові емоції.

Introduction

Since the beginning of full-scale military actions, migration of Ukrainians abroad has become widespread. Due to tragic events, substantial material losses, a real threat to life and health, destruction of usual social relationships, complication of professional self-realization, financial self-support, exhaustion caused by long-term stress have become essential problems for most sufferers. Finding themselves under pressure of critical circumstances, a considerable number of forced Ukrainian migrants left for the countries of America, Central and Western Europe. Staying in the places of temporary residence abroad, most Ukrainian migrants received sufficiently safe living conditions, substantial financial and social support. The latter has contributed to a decrease in the level of severity of a life situation and has become a means of maintaining mental health for the war sufferers. However, the general uncertainty of the future perspective related to the necessity of searching for solutions and making crucial decisions is still topical for most Ukrainian migrants.

Forced Ukrainian migrants staying abroad have suffered from different stressogenic impacts for a long time (for over a year). It puts much pressure on mental health of the war sufferers (Kireeva et al., 2023; Plokhikh & Chipilenko, 2023; Schneiderman et al., 2005). In this aspect, as shown in the research of Iraqi migrants' state in Australia, long-term migration can exacerbate stress and cause distress in sufferers (Uribe Guajardo et al., 2016). According to the stress theory by H. Selye (1975), distress occurs as a consequence of a long-term effect of stressogenic factors related to a reduction in a subject's resource status and their weaker ability to resist destructive circumstances. The situation with stress-resistance resources for Ukrainian migrants was complicated before the beginning of military actions. The cause of this complication was the fact that, like in many countries, most Ukrainians suffered from the COVID-19 pandemic, from the quarantine restrictions on usual social contacts, from problems in professional self-realization for about two years (Pfeifer et al., 2021; Plokhikh & Suponeva, 2021). Many people's physical and mental health worsened under the pandemic pressure. The latter has become a burdening precondition for further life's ordeals and experiences.

Вступ

З початком повномасштабних воєнних дій міграція українців за межі країни стала масовою. Через трагічні події для більшості постраждалого населення суттєвими проблемами стали великі матеріальні втрати, реальна загроза життю і здоров'ю, руйнування звичних соціальних зв'язків, ускладнення професійної самореалізації й матеріального самозабезпечення, виснаження від тривалого стресового напруження. Значна кількість вимушених українських мігрантів під тиском критичних обставин опинилася в країнах Америки, Центральної та Західної Європи. У місцях тимчасового перебування за кордоном українські мігранти у своїй більшості отримали достатньо безпечні умови проживання, суттєву матеріальну й соціальну підтримку. Останнє для постраждалих від війни посприяло послабленню рівня критичності життєвої ситуації, засобом підтримки психічного здоров'я. Однак, поряд із цим загальна невизначеність перспективи майбутнього, пов'язана з необхідністю пошуку і прийняття життєво важливих рішень, залишається актуальною для більшості українських мігрантів.

Вимушені українські мігранти за кордоном тривалий час потерпають від різноманітних стресогенних впливів (рік і більше). Означене чинить суттєвий тиск на психічне здоров'я потерпілих (Кіреєва та ін., 2023; Плохих, Чіпіленко, 2023; Schneiderman et al., 2005). У цьому аспекті, як свідчать дослідження стану іракських мігрантів в Австралії, тривала міграція для постраждалих може обернутися посиленням стресового стану, розвитком дистресу (Uribe Guajardo et al., 2016). Згідно з теорією стресу Н. Сельє (1975) дистрес виникає внаслідок тривалої дії стресогенних факторів, пов'язаних зі зниженням ресурсного статусу суб'єкта, з послабленням його здатності чинити опір деструктивним обставинам. Для українських мігрантів ситуація з ресурсами стресостійкості видалася ускладненою ще до початку воєнних дій. Причиною означеного ускладнення стало те, що, як і в багатьох країнах, упродовж майже двох років більшість українського населення потерпала і виснажувалася від захворювання на COVID-19, від карантинних обмежень на звичні соціальні контакти, від ускладнень у професійній самореалізації (Pfeifer et al., 2021; Плохих, Супонєва, 2021). Під тиском пандемії в багатьох людей фізичне і психічне здоров'я

The theory of R. Lazarus and S. Folkman (1987) focuses on a subject's cognitive evaluation of the current situation in terms of stressfulness and available resources for coping with stress. In addition, emotional reactions are also considered in psychology of emotions in terms of immediate expression of subjective significance of the current impacts. Emotional experiences are regarded as certain fundamental human reactions which, through their specificity (in relation to basic emotions) and intensity of manifestation, encourage and motivate organization or disorganization of actions and behavior (Izard, 2011). Thorough generalized examination of these opinions shows that, at the initial stage of a reaction to stressogenic impacts, information about specificity of the emotional experience itself is combined, but it is not always consistent with cognitive evaluation of a situation on the basis of accumulated experience. The result of this combination becomes a precondition for a subject's further search of necessary solutions and actions, given the available mental and material resources. In turn, appropriateness and adequacy of a subjects' solutions in a stressful state also depend on their ability to cope with initial emotional reactions.

Severity of the current situation and uncertainty of the future perspective have become a significant problem for forced Ukrainian migrants, and elimination of this problem requires responsible comprehensive decisions. Being under the pressure of harsh experiences, forced migrants should set requirements for the actual conditions and evaluate the relevance of their available experience in solving different problems to the current situation. The latter requires moderation, a certain amount of time, considerable volitional and intellectual efforts for its realization. Consequently, extreme severity of the current situation orientates forced migrants not only towards comprehension of the present and prediction of the future, but also towards reconsideration of the previously formed behavioral models and the understanding of the world. In other words, in the situation of forced migration, like in other critical situations, sufferers face the problem of reconsideration and reconstruction of life time perspective (Bajec, 2019; Cheban et al., 2020; Kireeva & Kushnerov, 2020; Przepiorka et al., 2020; Zimbardo & Boyd,

було вочевидь послаблене. Останнє для українських мігрантів стало обтяжуючою передумовою щодо наступних життєвих випробувань і переживань.

У теорії R. Lazarus, S. Folkman (1987) наголошено на когнітивній оцінці суб'єктом поточної ситуації в аспекті стресогенності і наявних ресурсів для долання стресу. Поряд із цим у психології емоцій емоційні реакції також розглядають з боку безпосереднього виразу суб'єктивної значущості поточних впливів. В останньому варіанті емоційні переживання представлено як певні фундаментальні реакції людини, які через свою специфіку (в опорі на базові емоції) й інтенсивність прояву орієнтують і мотивують організацію або дезорганізацію дій і поведінки (Izard, 2011). У поглибленому узагальненому розгляді наведених поглядів виявляється, що на первинному етапі реагування на стресогенні впливи поєднується, але не завжди узгоджується інформація про специфіку самого безпосереднього переживання з когнітивною оцінкою ситуації на основі накопиченого досвіду. Результат означеного поєднання і стає передумовою для подальшого пошуку суб'єктом необхідних рішень та дій, з огляду на наявні психічні й матеріальні ресурси. У свою чергу виваженість і адекватність рішень суб'єкта в стресовому стані також залежить від його здатності впоратися з первинними емоційними реакціями.

Для українських вимушених мігрантів критичність поточної ситуації і невизначеність перспективи майбутнього стали значною проблемою, усунення якої вимагає відповідальних життєво важливих рішень. Під тиском важких переживань для вимушених мігрантів насамперед є необхідним встановлення вимог актуальних умов і оцінка відповідності поточній ситуації наявного власного досвіду з розв'язання різноманітних протиріч. Останнє вимагає для своєї реалізації виваженості, певного часу, значних вольових і інтелектуальних зусиль. При цьому життєвизначальна критичність поточної ситуації спрямовує вимушених мігрантів не тільки на осмислення теперішнього і прогнозування майбутнього, а й на переосмислення сформованих у минулому способів поведінки і навіть самого образу світу. Тобто в ситуації вимушеної міграції, як і в інших критичних ситуаціях, для постраждалих повною мірою постає проблема перегляду й перебудови часової перспективи життя (Bajec, 2019; Cheban et al.,

1999). Such reconstruction of time perspective by a subject involves synthesis on the basis of new meanings and experiences of the duration and time sequence of actions taking into consideration internal and external processes which are crucial for life organization (Lavoie et al., 2022, Plokhikh et al., 2022). Successfulness of this time synthesis is a fundamental precondition for improving mental health and psychological well-being of an individual (Deci & Ryan, 2008; Seligman et al., 2004; Seligman & Csikszentmihalyi, 2014; Shepherd, 2022).

Living conditions in western countries are quite familiar to Ukrainian migrants in terms of their main characteristics. Modern mass media, Internet, close social context, experience of tourist journeys and temporary employment have actively contributed to it. In addition, in many cases, in the places of temporary residence, Ukrainian migrants are given substantial financial support, affordable accommodation and are offered free language courses and job opportunities in order to satisfy their basic psychological needs for further successful social-economic and cultural adaptation. Such support for sufferers contributes to rehabilitation of their mental and physical resources, reduces psychological stress and improves their mental health. However, such aid does not solve fundamental migration problems and does not guarantee psychological well-being.

Reconsideration of the past life for successful adaptation to new conditions seems a very complicated process for forced Ukrainian migrants (Blynova et al., 2022; Plokhikh & Chipilenko, 2023; Popovych et al., 2023). In this case, two main principally different strategies of coping with a critical migration situation with possible in-between compromise variants are distinguished by the criterion of readiness for adaptation changes. The first strategy means appropriate adaptation through active reconsideration of the past experience and real demands of the current situation through the formation of new principles and behavioral models. The second strategy does not relate to appropriate adaptation to migration life circumstances, since it is oriented towards reproduction of past relationships and behavioral models which are inconsistent with actual situations and does not involve adequate evaluation of objective tendencies for changes in the future.

2020; Кіреєва, Кушнеров, 2020; Przepiorka et al., 2020; Zimbardo, Boyd, 1999). Указана перебудова суб'єктом часової перспективи передбачає синтез на основі нових визначених смислів і переживань тривалості та часової послідовності дій і вчинків з урахуванням ключових для організації життя внутрішніх і зовнішніх процесів (Lavoie et al 2022; Plokhikh et al., 2022). Успішність означеного часового синтезу є фундаментальною передумовою посилення психічного здоров'я і психологічного благополуччя особистості (Deci, Ryan, 2008; Seligman et al., 2004; Seligman, Csikszentmihalyi, 2014; Shepherd, 2022).

Для українських мігрантів умови життя в західних країнах за основними своїми ознаками є достатньо відомими. Цьому активно посприяли сучасні засоби масової інформації, Інтернет, тісні соціальні контакти, досвід туристичних подорожей і тимчасового працевлаштування. До того ж у більшості випадків у місцях тимчасового перебування українським мігрантам із метою їх підтримки в задоволенні базових фізіологічних потреб і для наступної успішної соціально-економічної та культурної адаптації надають суттєву матеріальну допомогу, доступне житло, організують безкоштовне мовне навчання, пропонують варіанти можливого працевлаштування. Така допомога постраждалим сприяє відновленню ними своїх психічних і фізичних ресурсів, сприяє послабленню в них психічної напруги, зміцненню їхнього психічного здоров'я. Разом із цим сама по собі стороння допомога принципово не вирішує фундаментальні проблеми міграції й не гарантує психологічне благополуччя.

Для українських вимушених мігрантів переосмислення минулого життя задля успішності адаптації до нових умов видається дуже складним процесом (Blynova et al., 2022; Пlochix, Чіпіленко, 2023; Popovych et al., 2023). І в цьому випадку за критерієм готовності до адаптаційних змін виокремлюють дві основні принципово різні стратегії долання критичної ситуації міграції з можливими проміжними компромісними варіантами. Перша стратегія передбачає досить повноцінну адаптацію через активне переосмислення минулого досвіду й реальних вимог поточної ситуації через формування нових принципів і способів поведінки. Друга стратегія не пов'язана з повноцінною адаптацією до життєвих обставин міграції, вона зорієнтована на нескоректоване

Using the first strategy, a subject directs their efforts towards eliminating uncertainty of a critical situation through purposeful activation of cognitive activity and solving urgent problems of adaptation to new conditions. Applying this strategy, forced migrants energetically study their social environment and different aspects of life organization in the country of their temporary residence, intensively take free foreign language courses and try to find employment whenever possible. A desire to live permanently in the country of temporary residence may not arise when this approach serves as leading motivation. In this case, many migrants are mainly motivated by aspiration to efficiently take opportunities for gaining new experience, accumulating new resources for successful organization of their life activity in a wider circle of circumstances and for improving self-efficacy (Bandura, 1977). Performing cognitive activities, migrants acquire new understanding of life interrelations, learn new principles and behavioral models, improve approaches to solving problems, reorganize the structure of their past experience and generally enrich the world picture and make it more consistent with their reality. Successful cognitive activity is usually accompanied by positive emotional experiences (Chebykin, 2023; Izard, 2011; Prokhorov et al., 2015).

The users of the second strategy are not oriented towards radical changes in organizing their life. They are inclined to firmly and uncompromisingly retain the opinions, approaches and behavioral models formed in the past. In this rigid variant, in order to avoid unpleasant information and undesirable impressions, migrants fully activate different psychological defenses and non-productive coping strategies previously formed (Plokhikh & Suponeva, 2021; Plokhikh et al., 2023). Migrants are mainly inclined to ignore the demands put in the places of their temporary residence or meet them formally not to lose financial support. The latter also concerns language courses, maintenance of social contacts and employment. Under such conditions, all the fundamental current problems are not solved and get more exacerbated. In this situation, migrants' emotional background of life activities becomes negative because of exacerbated contra-

під актуальні запити відтворення минулих відносин і способів поведінки та не передбачає адекватної оцінки об'єктивних тенденцій змін у майбутньому.

У межах першої стратегії зусилля суб'єкта спрямовуються на усунення невизначеності критичної ситуації через цілеспрямовану активацію пізнавальної активності й вирішення нагальних завдань пристосування до нових умов. Дотримуючись цієї стратегії, вимушені мігранти енергійно вивчають соціальне оточення й різні аспекти організації життя в країні перебування, інтенсивно навчаються на безкоштовних курсах місцевої мови, за можливістю намагаються працевлаштуватися. При такому підході в якості провідного мотиву може й не виступати бажання оселитися на постійній основі в країні тимчасового перебування. У цьому випадку для багатьох провідним спонуканням стає устремління до того, щоб із найбільшим для себе позитивним результатом скористатися наданими можливостями щодо набуття нового досвіду, накопичення нових ресурсів для успішної організації життєдіяльності в розширеному колі обставин, підвищення самоефективності (Bandura, 1977). Реалізуючи пізнавальну активність, мігранти дістаються нового розуміння життєвих зв'язків, засвоюють нові принципи і способи поведінки, вдосконалюють підходи до вирішення завдань, реорганізують структуру минулого досвіду й у цілому збагачують та роблять більш адекватним до реальності свій образ світу. Сама ж успішна пізнавальна діяльність зазвичай супроводжується позитивними емоційними переживаннями (Chebykin, 2023; Izard, 2011; Prokhorov et al., 2015).

Прихильники другої стратегії принципово не налаштовані на кардинальні зміни в організації життя. Вони схильні твердо й переважно безкомпромісно дотримуватися сформованих у минулому поглядів, підходів і способів поведінки. У такому ригідному варіанті для того, щоб відсторонитися від неприємної інформації й небажаних вражень, повною мірою активуються сформовані раніше різноманітні психологічні захисти й непродуктивні копінг-стратегії (Плохих, Супонева, 2021; Plokhikh et al., 2023). Вимоги, які висувують у місцях тимчасового перебування, мігранти з означеною установкою здебільшого вочевидь або приховано ігнорують, або виконують

dictions and uncertainty (Izard, 2011). Returning to the past circumstances with the hope of renewing usual relationships and processes becomes a guide for migrants. The possibility of returning is considered by them as a favorable coincidence in a new place of residence or as life restoration in their native country after the war and an expectation that everything can be like in the past times.

These strategies of adaptation to migration conditions can intersect in life attitudes of some forced migrants. However, under the pressure of a critical situation, migrants mostly put principal emphasis on one of the above strategic approaches. As a result, migrants gain corresponding orientations in the organization of time perspective and characteristic experiences concerning radical life changes.

The aim of the research is to establish specificity of the correlation between organization of time perspective and emotional experiences of forced Ukrainian migrants staying abroad in terms of their orientation towards adaptation in a critical situation of life activity.

Hypothesis of the research – characteristic emotional experiences of forced Ukrainian migrants staying abroad, which accompany the organization of time perspective in the process of adaptation to a critical migration situation, have a correlation with orientation towards either the use of previously formed behavioral models, or the formation of new behavioral models consistent with the development of a life situation in the future.

Methods

Methodology. Methodological fundamentals of the empirical research involve ideas of the following theoretical studies: the systemic approach, the concept of time perspective and duration of the moment in the organization of psychological time flow, the concept of basic emotions by C. Izard (2011), the concepts of stress by H. Selye (1975), R. Lazarus and S. Folkman (1987), the concepts of mental health and psychological well-being of an individual.

Participants. The research participants were 77 forced Ukrainian migrants in the countries of Europe and North America (aged: $M = 33.50$; $min = 19.00$; $max = 48.00$). Females comprised

більш формально й так, щоб не втратити матеріальної підтримки. Останнє стосується і мовного навчання, і налагодження соціальних контактів, і працевлаштування. У межах означеного підходу всі фундаментальні протиріччя сьогодення не тільки не розв'язуються, а зазвичай загострюються. У такій ситуації для мігрантів емоційний фон життєдіяльності з великою ймовірністю сповнюється негативом від загострених протиріч і невизначеності (Izard, 2011). При цьому орієнтиром для мігрантів стає повернення до обставин минулого зі сподіваннями на відновлення звичних зв'язків і процесів. І таке повернення більше вбачають або через сприятливий збіг обставин у новому місті проживання, або через відновлення життя на Батьківщині після завершення воєнних дій і з очікуванням того, що все начебто знову буде, як у минулі часи.

У життєвих установках окремих українських вимушених мігрантів наведені стратегії адаптації до умов міграції можуть різним чином перетинатися. Однак під тиском критичної ситуації з часом принципові акценти здебільшого розставляють на користь одного з представлених крайніх стратегічних підходів. Унаслідок останнього в мігрантів з'являються і відповідні орієнтації в організації часової перспективи, і характерні емоційні переживання щодо радикальних життєвих змін.

Гіпотеза дослідження – характерні емоційні переживання українських вимушених мігрантів за кордоном, що супроводжують організацію часової перспективи в адапційному процесі до критичної ситуації міграції, пов'язані з орієнтацією або на принципове дотримання сформованих у минулому способів поведінки, або на формування нових способів поведінки, адекватних розвитку життєвої ситуації на майбутнє.

Мета дослідження – визначення особливостей зв'язку організації часової перспективи й емоційних переживань вимушених українських мігрантів за кордоном в аспекті їх зорієнтованості на адаптацію в критичній ситуації життєдіяльності.

Методи

До методологічної основи емпіричного дослідження увійшли положення таких теоретичних напрацювань: системного підходу, концепцій часової перспективи і тривалості моменту в організації плинного психологічного часу,

two-thirds of the total sample. The duration of the research participants' staying abroad was more than a year. Participation in the research was voluntary.

Variables. Indicators of the organization of forced migrants' time perspective (five variants of time orientation and the indicator "time competence" as a generalized indicator of consistency of time dimensions of the personal past, present and future) were identified in the empirical research. Expressiveness of ten basic emotions were determined in the research participants. A long-term impact of stressogenic factors on migrants with considerable losses of different resources leads to steady changes in their personal characteristics and states with high probability. Given the latter, the level of reactive and personal anxiety, stable mental states and personal characteristics were determined in the research participants.

Organization of Research. The empirical research is correlational by its organizational scheme. The research participants were tested in a distance format given possibilities of efficient use of new information technologies for examining human mental states (Pfeifer et al., 2021). Participation in the research was voluntary. The empirical data were obtained in the third quarter of 2023.

Procedures and Instruments. All the research participants were asked to do tasks of five standardized test methods. Each participant was sent: a form with tables to fill out by each method, tests with corresponding guidelines. Having received the materials, the research participants did the tasks at a suitable time and sent the completed forms back to the researcher.

The organization of psychological time of the research participants was examined in terms of expressiveness and correlations of certain time orientations, and in a generalized variant – by the indicator "time competence" from the test of self-actualization by E. Shostrom (1964). Time competence characterizes completeness of a subject's living in the current moment with taking into consideration the significant past and the significant probable future. Such living in the moment reflects a subject's approaching optimal compatibility of their attitudes, intentions and methods of self-realization with the processes of reality (Lavoie et al 2022; Plokhikh et al., 2022).

концепції базових емоцій С. Izard (2011), концепцій стресу Н. Selye (1975) та R. Lazarus, S. Folkman (1987), концепцій психічного здоров'я та психологічного благополуччя особистості.

Учасники. В емпіричному дослідженні взяли участь 77 вимушених мігрантів з України до країн Європи та Північної Америки (вік у роках: $M_e = 33.50$; $min = 19.00$; $max = 48.00$). Дві третини від загального складу вибірки були жінки. Тривалість перебування досліджуваних за кордоном – більше одного року. Участь у дослідженні була добровільною.

Змінні. В емпіричному дослідженні було визначено показники організації часової перспективи вимушених мігрантів (п'ять варіантів часової орієнтації й показник "компетентність у часі" як узагальнений показник узгодженості часових вимірів особистого минулого, теперішнього, майбутнього). Визначали виразність у досліджуваних десяти емоцій, що належать до базових. Тривале перебування мігрантів під впливом стресогенних факторів із суттєвими втратами різноманітних ресурсів із великою ймовірністю призводить до стійких змін їхніх особистісних властивостей і станів. Зважаючи на останнє, в досліджуваних діагностували стійкі психічні стани й особистісні властивості, визначали рівень реактивної та особистісної тривожності.

Організація дослідження. Представлене емпіричне дослідження за своєю організаційною схемою є кореляційним. З урахуванням можливостей плідного використання нових інформаційних технологій для дослідження психічного стану людини (Pfeifer et al., 2021) тестування досліджуваних проводили в дистанційному режимі. Участь у дослідженні була добровільною. Емпіричні дані отримано у третьому кварталі 2023 року.

Процедура та інструменти. Усім досліджуваним було запропоновано опрацювати матеріали п'яти стандартизованих тестових методик. Для опрацювання кожному з учасників надсилали: бланк із таблицями для заповнення за кожною з методик, тестовий матеріал із відповідними інструкціями. Досліджувані, отримавши матеріали, у зручному для себе режимі виконували запропоновані завдання й повертали заповнені бланки досліднику.

Five time orientations of the research participants were diagnosed using “Time Perspective Inventory” of P. Zimbardo (adapted by O. Senyk, 2012). According to theoretical fundamentals, the following time orientations are considered: the negative past, the positive future, the hedonistic present, the fatalistic present and the future. In order to create conditions for quantitative comparison of expressiveness of time orientations, the calculated initial points for each of the corresponding scales of the method were divided into the number of questions by the scale.

In order to diagnose expressiveness of the current emotional experiences of the forced migrants, “Differential Emotions Scale” of C. Izard (adapted by Antonovych, 2020) was applied. Using a five-point scale (the scale grading: 1 ÷ 5), we determined the degree of expressiveness of the following emotions: interest, joy, surprise, sorrow, anger, contempt, disgust, fear, shame and guilt. Moreover, the following indicators were calculated: of positive emotions – as a sum of values of the expressiveness of interest, joy and surprise; of acute negative emotions – as a sum of values of the expressiveness of sorrow, anger, disgust and contempt; anxious-depressive emotions – as a sum of values of the expressiveness of fear, shame and guilt.

In order to identify consequences of a long-term impact of stressogenic factors, the research participants did the tasks of the Freiburg Personality Inventory (FPI, Form B). This inventory allowed diagnosing the following states and characteristics with obtaining a significant result: depressiveness, irritability, spontaneous aggressiveness, openness and extraversion (Lutsenko, 2016). The initial points by the above parameters were converted into standard scores. The degree of expressiveness of the research participants’ states and characteristics was determined by standard scores according to: 1 ÷ 3 – low; 4 ÷ 6 – medium; 7 ÷ 9 – high. Personal and reactive anxiety of the research participants was determined by the method of C. Spielberger (Kolesnichenko et al., 2020). The obtained values of anxiety indicators were compared with the following level scale: 20 ÷ 30 – low anxiety; 31 ÷ 44 – moderate anxiety, 45 and more – high anxiety.

Statistical Analysis. Quantitative analysis of the empirical data was performed using

Організацію психологічного часу досліджуваних розглядали в аспекті виразності і зв’язків окремих часових орієнтацій та в узагальненому варіанті – за показником “компетентність у часі” з тесту самоактуалізації особистості Е. Шостром (1964). Компетентність у часі певним чином характеризує повноту проживання суб’єктом поточного моменту з урахуванням значущого минулого і значущого можливого майбутнього. Таке проживання відповідає наближенню суб’єкта до оптимального узгодження його установок, намірів та способів самореалізації з процесами дійсності (Lavoie et al 2022; Plokhikh et al., 2022). П’ять часових орієнтацій досліджуваних діагностували, застосовуючи “Опитувальник часової перспективи” Ф. Зімбардо (адаптація О. Сенік, 2012). Згідно з теоретичним підґрунтям у методиці розглядають такі часові орієнтації: негативне минуле, позитивне минуле, гедоністичне теперішнє, фаталістичне теперішнє, майбутнє. Для забезпечення можливостей кількісного співставлення виразності окремих часових орієнтацій розраховані первинні бальні оцінки за кожною з відповідних шкал методики ділили на кількість запитань за шкалою.

Для діагностування виразності поточних емоційних переживань вимушених мігрантів використано “Шкалу диференціальних емоцій” К. Ізард (адаптація Antonovych, 2020). За п’ятибальною шкалою (градація шкали: 1 ÷ 5) визначено рівень виразності таких емоцій: інтересу, радості, здивування, горя, гніву, презирства, відрази, страху, сорому, провини. Також вираховували такі індекси: позитивних емоцій – як суми значень виразності емоцій інтересу, радості і здивування; гострих негативних емоцій – як суми значень виразності емоцій горя, гніву, відрази і презирства; три-возможно-депресивних емоцій – як суми значень виразності емоцій страху, сорому і провини.

Для виявлення наслідків тривалого впливу стресогенних факторів досліджувані виконували завдання Фрайбургського особистісного опитувальника (FPI, форма В). За допомогою вказаного опитувальника діагностовано з отриманням значущого результату такі стани і властивості: депресивність, дратівливість,

the statistical package IBM SPSS Statistics 20. Cluster analysis (k-means clustering); Spearman's correlation analysis (r_s); the Mann-Whitney U-test for comparing two independent samples; Friedman's criterion (χ^2) for comparing several correlated samples were also used. Using cluster analysis by the parameters of the three time orientations (the positive past, the hedonistic present, the future), whose balance is considered significant for an individual's well-being (Senyk, 2017; Zimbardo & Boyd, 1999), two sub-groups of research participants were selected in the total sample: Subgroup 1 ($n = 52$) and Subgroup 2 ($n = 25$). Two subgroups of research participants ($n = 27$ and $n = 50$) were also selected in the other variant using cluster analysis by the parameter "time competence". The research procedure involved comparison of the subgroups' results by significant indicators.

Results

Analysis of the intensity of manifestation of different emotions showed that the indicator of acute negative emotions is quite high ($Me = 27.00$; $min = 13.00$; $max = 37.00$) in the researched forced migrants. The most intensive emotions of the research participant were identified using Friedman's criterion. Statistical differences in the intensity of emotion manifestation were found in the total sample ($\chi^2 = 33,693$; $df = 9$; $p < .001$). The positive emotion of interest is the most intensive in the group ($Me = 8.00$; $min = 4.00$; $max = 15.00$). Statistical dominance of the intensity of interest over other emotions was established. According to this, using Friedman's criterion, we identified no differences (the null hypothesis was confirmed) in the intensity of manifestation of all the diagnosed emotions, except the emotion of interest ($\chi^2 = 11.851$; $df = 8$; $p = .158$).

Correlation analysis of relationships between time competence and manifestations of different emotions showed a significant inverse correlation solely in the case of "interest" ($r_s = -.266$; $p = .019$). Time competence also has an inverse statistical correlation of the respondents' orientation towards the fatalistic present ($r_s = -.394$; $p < .001$). It was also found that time orientations have many correlations with different emotions, acute negative emotions being dominant (Tabl. 1).

спонтанна агресивність, відкритість, екстраверсія (Луценко, 2016). Установлені за означеними параметрами первинні бальні оцінки переводили в стандартні оцінки. Рівень виразності властивостей та станів досліджуваних визначали за стандартними оцінками відповідно до: $1 \div 3$ – низький; $4 \div 6$ – середній; $7 \div 9$ – високий. Особистісну та реактивну тривожність досліджуваних визначали за методикою Ч. Спілбергера (Колесніченко та ін., 2020). Отримані значення показників тривожності зіставляли з такою рівневою шкалою: $20 \div 30$ – низька тривожність; $31 \div 44$ – помірна тривожність, 45 і більше – висока тривожність.

Статистичне аналізування. Кількісний аналіз емпіричних даних виконано із застосуванням статистичного пакету IBM SPSS Statistics 20. Було реалізовано: кластерний аналіз (метод k-середніх); кореляційний аналіз за Спірменом (r_s); U-критерій Манна-Уїтні для порівняння двох незалежних вибірок; критерій Фрідмана (χ^2) для порівняння декількох зв'язаних вибірок. З використанням кластерного аналізу за параметрами трьох часових орієнтацій (позитивне минуле, гедоністичне теперішнє, майбутнє), збалансованість яких розглядають як значущу для психологічного благополуччя особистості (Сеник, 2017; Zimbardo, Boyd, 1999), у загальній вибірці було виділено дві підгрупи досліджуваних: підгрупа 1 ($n = 52$) і підгрупа 2 ($n = 25$). В іншому варіанті з використанням кластерного аналізу за параметром "компетентність у часі" також було виділено дві підгрупи досліджуваних ($n = 27$ і $n = 50$). Процедура дослідження передбачала порівняння результатів підгруп за значущими показниками.

Результати

Аналізування інтенсивності прояву різних емоцій показало, що в досліджуваних вимушених мігрантів індекс гострих негативних емоцій є досить високим ($Me = 27.00$; $min = 13.00$; $max = 37.00$). Через застосування критерію Фрідмана визначали найбільш інтенсивні емоції досліджуваних. Установлено статистичні розбіжності в інтенсивності проявів емоцій у загальній діагностованій сукупності ($\chi^2 = 33,693$; $df = 9$; $p < .001$). Найбільш виразною емоцією в групі

Forced migrants very often experience stress, as a result, their anxiety is quite intensive (reactive anxiety: $Me = 38.00$; $min = 13.00$; $max = 66.00$; personal anxiety: $Me = 45.00$; $min = 23.00$; $max = 69.00$). Accordingly, negative emotions and anxiety expectedly have statistical correlations with stable mental states and personal characteristics in the researched group (Tabl. 2, Tabl. 3). The research participants' anxiety also correlates with their time orientations (see Tabl. 3).

Consistency of the most intensive time orientations related to psychological well-being was determined in the research participants by Friedman's criterion (Zimbardo & Boyd, 1999). Differences in the intensity of orientation towards the positive past ($Me = 3.33$; $min = 1.89$; $max = 4.78$), the hedonistic present ($Me = 3.27$; $min = 1.73$; $max = 4.93$) and the future ($Me = 3.31$; $min = 2.00$; $max = 4.85$) can be considered superficial ($\chi^2 = 4.70$; $df = 2$; $p = .096$). Correlation analysis in the total sample showed multidirectional correlations of the time orientation towards the negative past with time orientations towards the hedonistic present ($r_s = .327$; $p = .004$) and the future ($r_s = -.351$; $p = .002$).

виявляється позитивна емоція інтересу ($Me = 8.00$; $min = 4.00$; $max = 15.00$). Визначено наявність статистичного переважання виразності емоції інтересу над іншими емоціями. Відповідно до цього за критерієм Фрідмана було визначено відсутність розбіжностей (нуль-гіпотезу підтверджено) у виразності проявів усіх діагностованих емоцій, але за виключенням емоції інтересу ($\chi^2 = 11.851$; $df = 8$; $p = .158$).

Кореляційний аналіз зв'язків компетентності в часі з проявами різних емоцій показав наявність значущого оберненого зв'язку тільки у випадку емоції "інтерес" ($r_s = -.266$; $p = .019$). Компетентність у часі також обернено статистично пов'язана з часовою орієнтацією досліджуваних на фаталістичне теперішнє ($r_s = -.394$; $p < .001$). Поряд із цим було встановлено, що часові орієнтації в досить великому обсязі корелюють із різними емоціями, серед яких переважають гострі негативні емоції (табл. 1).

Вимушені мігранти тривалий час перебувають у суттєвому напруженні, внаслідок чого їхня тривожність є досить виразною

Table 1. Statistical correlations of the intensity of emotional experiences with time orientations in the total sample ($n = 77$)

Таблиця 1. Статистичні зв'язки інтенсивності емоційних переживань з часовими орієнтаціями в загальній групі досліджуваних ($n = 77$)

Emotional parameter Емоційний параметр	Statistical parameter Статистичний параметр	Negative past Негативне минуле	Hedonistic present Гедоністичне теперішнє	Future Майбутнє	Fatalistic present Фаталістичне теперішнє
Interest Інтерес	r_s	-.294**	-.264*	.376**	-.039
	p	.009	.020	.001	.734
Anger Гнів	r_s	.499**	.266*	-.099	.228*
	p	.000	.019	.392	.046
Contempt Презирство	r_s	.427**	.040	-.321**	.191
	p	.000	.728	.004	.096
Index of acute negative emotions Індекс гострих негативних емоцій	r_s	.502**	.142	-.187	.170
	p	.000	.218	.104	.140
Shame Сором	r_s	.064	.037	-.133	.330**
	p	.579	.749	.247	.003
Indicator of anxious-depressive emotions Індекс тривожно-депресивних емоцій	r_s	.100	-.051	.034	.325**
	p	.387	.660	.771	.004

Note: * - $p < .050$; ** - $p < .001$.

Примітка: * - $p < .050$; ** - $p < .001$.

In order to reveal specificity of the distribution of the research participants in terms of approaching to the compatibility of time orientations towards the positive past, the hedonistic present and the future which is the best one for psychological well-being, through cluster analysis, the group was divided into two subgroups: Subgroup 1 (n = 52) and Subgroup 2 (n = 25). In the subgroups there are considerable differences in the obtained configurations of the basic time orientations. In Subgroup 1, in comparison with Subgroup 2, time orientations towards the positive past

(реактивна тривожність: Me = 38.00; min = 13.00; max = 66.00; особистісна тривожність: Me = 45.00; min = 23.00; max = 69.00). Відповідно до цього для групи очікувано виявляються статистично пов'язаними емоції негативного спектру і тривожність зі стійкими станами та особистісними властивостями (табл. 2, табл. 3). Тривожність досліджуваних також корелює з їхніми часовими орієнтаціями (див. табл. 3).

За критерієм Фрідмана визначено узгодженість найбільш виразних часових орієнтацій

Table 2. Statistical correlations of the intensity of emotional experiences with stable mental states and personal characteristics in the total sample (n = 77)

Таблиця 2. Статистичні зв'язки інтенсивності емоційних переживань з стійкими психічними станами і властивостями особистості в загальній групі досліджуваних (n = 77)

Emotional parameter Емоційний параметр	Statistical parameter Статистичний параметр	Spontaneous aggressiveness Спонтанна агресивність	Depressiveness Депресивність	Irritability Дратівливість	Openness Відкритість	Extraversion Екстраверсія
Anger Гнів	r_s	-.227*	.116	-.302**	-.405**	-.259*
	p	.047	.313	.008	.000	.023
Disgust Відраза	r_s	-.275*	-.045	-.282*	-.104	-.073
	p	.015	.696	.013	.368	.530
Contempt Презирство	r_s	-.088	.166	-.227*	-.273*	-.274*
	p	.449	.148	.047	.016	.016
Indicator of acute negative emotions Індекс гострих негативних емоцій	r_s	-.245*	.225*	-.291*	-.272*	-.212
	p	.032	.050	.010	.017	.065

Note: * - $p < .050$; ** - $p < .001$.

Примітка: * - $p < .050$; ** - $p < .001$.

Table 3. Statistical correlations of anxiety indicators with the expressiveness of time orientations and emotions in the total sample (n = 77)

Таблиця 3. Статистичні зв'язки показників тривожності з виразністю часових орієнтацій і емоцій у загальній групі досліджуваних (n = 77)

Anxiety Тривожність	Statistical parameter Статистичний параметр	Time orientations Часові орієнтації			Emotions Емоції		
		Negative past Негативне минуле	Future Майбутнє	Fatalistic present Фаталістичне теперішнє	Anger Гнів	Contempt Презирство	Indicator of acute negative emotions Індекс гострих негативних емоцій
Reactive Реактивна	r_s	.319**	-.234*	.204	.012	.070	.058
	p	.005	.041	.075	.919	.546	.614
Personal Особистісна	r_s	.452**	-.251*	.125	.219	.308**	.291*
	p	.000	.027	.277	.055	.006	.010

Note: * - $p < .050$; ** - $p < .001$.

Примітка: * - $p < .050$; ** - $p < .001$.

and the future are the most expressive ones, whereas the correlation is inverse for the hedonistic present (Tabl. 4). Differences in the intensity of certain emotions and depressiveness between the sub-groups were also identified (Tabl. 5).

Cluster analysis was used to identify the degree of compatibility of the time perspective components belonging to the past, present and future by the parameter “time competence” in the group of research participants. There were two sub-groups: 27 research participants with high time competence (T-points = 76; Me = 13.00; min = 10.00; max = 17.00); 50 research participants with low time competence (T-points = 41; Me = 7.00; min = 2.00; max = 9.00). It was established that the time orientation towards the fatalistic present

у досліджуваних, що в комплексі пов’язуються з психологічним благополуччям (Zimbardo, Boyd, 1999). Розбіжності у виразності орієнтацій на позитивне минуле (Me = 3.33; min = 1.89; max = 4.78), гедоністичне теперішнє (Me = 3.27; min = 1.73; max = 4.93) і майбутнє (Me = 3.31; min = 2.00; max = 4.85) можна вважати поверховими ($\chi^2 = 4.70$; $df = 2$; $p = .096$). При цьому кореляційний аналіз у загальній групі показав характерну різноспрямованість зв’язків часової орієнтації на негативне минуле з часовими орієнтаціями на гедоністичне теперішнє ($r_s = .327$; $p = .004$) і на майбутнє ($r_s = -.351$; $p = .002$).

Для визначення специфіки розподілу досліджуваних в аспекті наближення до найкращого для психологічного благополуччя

Table 4. Statistical comparison of the expressiveness of time orientations in the research participants of Subgroup 1 (n = 52) and Subgroup 2 (n = 25)

Таблиця 4. Статистичне порівняння виразності часових орієнтацій у досліджуваних підгруп 1 (n = 52) і 2 (n = 25)

Subgroup Підгрупа	Statistical parameter Статистичний параметр	Negative past Негативне минуле	Hedonistic present Гедоністичне теперішнє	Future Майбутнє	Positive past Позитивне минуле	Fatalistic present Фаталістичне теперішнє
1	Me	2.80	3.04	3.54	3.50	3.00
	min	1.10	1.73	2.15	1.89	1.33
	max	4.30	4.53	4.85	4.78	4.56
2	Me	3.10	3.53	2.77	3.00	3.11
	min	1.20	2.40	2.00	1.89	1.33
	max	4.70	4.93	4.08	4.22	4.78
	U	474.50	217.50	222.00	279.00	605.00
	p	.056	.000	.000	.000	.624

Table 5. Statistical comparison of the intensity of emotion manifestations and the expressiveness of the mental state of depressiveness in the research participants of Subgroup 1 (n = 52) and Subgroup 2 (n = 25)

Таблиця 5. Статистичне порівняння інтенсивності емоційних проявів і виразності психічного стану депресивності в досліджуваних підгруп 1 (n = 52) і 2 (n = 25)

Subgroup Підгрупа	Statistical parameter Статистичний параметр	Interest Інтерес	Indicator of positive emotions Індекс позитивних емоцій	Anger Гнів	Depressiveness Депресивність
1	Me	8.00	22.00	7.00	4.00
	min	5.00	17.00	3.00	1.00
	max	15.00	29.00	11.00	8.00
2	Me	6.00	20.00	7.00	6.00
	min	4.00	13.00	3.00	4.00
	max	11.00	28.00	12.00	9.00
	U	353.50	452.00	492.00	355.50
	p	.001	.030	.082	.001

is considerably less in the research participants with high time competence ($U = 393.00$; $p = .003$) in comparison with the others, and the expressiveness of the emotion of interest is also noticeably less ($U = 515.00$; $p = .083$). Additionally, the research participants with higher time competence had more expressive emotions of contempt ($U = 493.50$; $p = .050$).

Discussion

In the average variant, according to the result of the total sample, the ratio and considerable expressiveness of time orientations towards the positive past, the hedonistic present and the future are close to the declared level corresponding to psychological well-being (Senyk, 2017; Zimbardo & Boyd, 1999). When thoroughly analyzing the accents in actual attitudes and in the content of time perspective components in the researched forced migrants, we can observe a distinct differentiation between the group representatives by their attitude towards themselves and towards the actual critical life situation. This differentiation largely corresponds to many people's inclination to choose the extreme variants of reactions in critical situations. One of the extreme variants in the respondents' reaction to the migration situation was dominant hedonistic orientation towards satisfying the current needs with a possibility of situational elimination of mental strain and avoidance of making personally important decisions concerning the uncertain future (see Tabl. 4). The other variant of the respondents' reaction (Subgroup 1) to the critical migration situation means their attempts to define the desirable realistic content of the future on the basis of their positive impressions from the past, their experience and despite harsh conditions of the present (see Tabl. 4). Time orientations toward the positive past, the hedonistic present and the future in the research participants of Subgroup 1 are entirely consistent in their expressiveness and the ratio with the results of O. Senyk (2017) in the configuration regarded by her as "balanced time perspective". The indicators of the research participants of Subgroup 1 are considerably lower by other time orientations in comparison with those given above, however, they are somewhat higher than the values in "balanced

узгодження часових орієнтацій на позитивне минуле, гедоністичне теперішнє, майбутнє саме за цими часовими орієнтаціями як базовими через застосування кластерного аналізу групу було поділено на дві підгрупи: підгрупа 1 ($n = 52$) і підгрупа 2 ($n = 25$). У підгрупах наявне суттєве розходження в отриманих конфігураціях базових часових орієнтацій. У підгрупі 1, порівняно з підгрупою 2, найбільш виразними є часові орієнтації на позитивне минуле та майбутнє, тоді як для гедоністичного теперішнього співвідношення – зворотне (табл. 4). Було також встановлено розбіжності між підгрупами за виразністю окремих емоцій і стану депресивності (табл. 5).

У групі досліджуваних ступінь узгодженості складових часової перспективи, що належать до минулого, теперішнього і майбутнього, за параметром "компетентність у часі" також виявлено із застосуванням кластерного аналізу. Було виділено дві підгрупи: 27 досліджуваних із високою компетентністю в часі (Т-бали = 76; $Me = 13.00$; $min = 10.00$; $max = 17.00$); 50 досліджуваних зі зниженою компетентністю в часі (Т-бали = 41; $Me = 7.00$; $min = 2.00$; $max = 9.00$). Установлено, що в досліджуваних із високою компетентністю в часі, порівняно з іншими, є суттєво меншою часова орієнтація на фаталістичне теперішнє ($U = 393.00$; $p = .003$), а також помітно менша виразність емоції інтересу ($U = 515.00$; $p = .083$). Поряд із цим у більш компетентних у часі досліджуваних виявилися виразніші прояви емоції презирства ($U = 493.50$; $p = .050$).

Дискусія

Вусередненому варіанті за результатом усієї групи досліджуваних співвідношення і суттєва виразність часових орієнтацій на позитивне минуле, гедоністичне теперішнє і майбутнє наближені до рівня декларованої відповідності психологічному благополуччю особистості (Сеник, 2017; Zimbardo, Boyd, 1999). Разом із цим при більш детальному аналізі акцентів в актуальних установках і в змістовному наповненні складових часової перспективи досліджуваних вимушених мігрантів спостерігаємо виразне розшарування представників

time perspective". The latter can be attributed to the impact of the critical migration situation.

With substantial financial and psychological support from "hosts", without immediate long-term threat to life and health of forced migrants staying abroad, the criticality of the situation related to considerable losses of different resources and uncertainty of their life perspective is not eliminated entirely and reflected in high anxiety and considerable negative emotional strain (see Tabl. 1 and Tabl. 3). The empirically established variants of the respondents' time orientations largely correspond to the above strategic adaptation tendencies in the organization of behavior in the migration situation. On the one hand, the present hedonistic orientation conforms with the inclination towards maintenance of the previously formed and practiced stereotypical opinions in interaction with the surrounding and despite changes in the situation. On the other hand, orientation towards the future based on the positive past can be regarded as implementation of the strategy aimed at fundamental meaningful personal changes, changes in relationships with reality given the specificity of a new life situation. Each of the above variants conform with specific accents in organization of the content of the respondents' time perspective components in both rational and emotional dimensions.

On the whole, the research participants have a negative attitude towards the current contradictory situation which manifests itself in the emotions of anger, contempt and disgust. The above emotions, in essence, are indicators of rejection of the current situation by the forced migrants. In this case, an emotional reaction with a considerable level of strain, related to anxiety (see Tabl. 3) is a method of emotional discharge for many research participants. This method, as shown in the results, prevents essential negative transformations in an individual's qualities and states (see Tabl. 2). The latter testifies that many forced migrants still have a sufficient volume of personal and external resources to resist distress development after a year of migration. The above result somewhat contradicts to the published data on evident deterioration of the Iraqi migrants' state after several years of their staying in Australia and can be regarded as specificity of Ukrainians'

групи за їхнім ставленням до себе й до актуальної критичної ситуації життя. Означене розширення значною мірою відповідає схильності багатьох людей до обрання крайніх варіантів реагування в критичних ситуаціях. Для досліджуваних одним із крайніх варіантів зорієнтованості реагування на ситуацію міграції виявився переважний гедоністичний вихід на задоволення сьогодення з можливістю ситуативного позбавлення психічної напруги й відсторонення від пошуку особисто значущих рішень щодо охопленого невизначеністю майбутнього (див. табл. 4). Інший варіант зорієнтованості реагування частки досліджуваних (підгрупа 1) на критичну ситуацію міграції передбачає намагання через опору на власні позитивні враження з минулого, на свій досвід і всупереч складним обставинам сьогодення визначити бажаний реалістичний зміст майбутнього (див. табл. 4). Саме в досліджуваних із підгрупи 1 часові орієнтації на позитивне минуле, гедоністичне теперішнє, майбутнє у своїй виразності та співвідношенні повністю узгоджуються з результатами О. Сенік (2017) у такій конфігурації, яку вона визначила як "збалансована часова перспектива". За іншими часовими орієнтаціями показники досліджуваних підгрупи 1 суттєво менші, порівняно з наведеними вище, але дещо перевищують значення у "збалансованій часовій перспективі". Саме останнє може бути віднесене до впливу критичної ситуації міграції.

При значній матеріальній і психологічній підтримці з боку "приймаючої сторони", при відсутності безпосередньої тривалої небезпеки життю і здоров'ю для вимушених мігрантів за кордоном критичність ситуації, яка пов'язана із суттєвими втратами різноманітних ресурсів і невизначеністю перспективи життєдіяльності, не знімається повністю і відображається у високій тривожності та значній негативній емоційній напрузі (див. табл. 1 і табл. 3). Емпірично встановлені варіанти часових орієнтацій досліджуваних значною мірою відповідають розглянутим вище стратегічним тенденціям адаптації в організації поведінки в ситуації міграції. Так, з одного боку, гедоністична спрямованість у теперішньому узгоджується з налаштованістю на

migration to the western communities which have familiar conditions of life organization (Uribe Guajardo et al., 2016). However, different strategies of using resources to resist stress under conditions of migration in the research participants of Subgroup 1 and Subgroup 2 are based on different past experiences and oriented towards different aims and expectations in the future (see Tabl. 4).

In many cases, intensive negative experiences of an individual immediately contribute to activation of negative thoughts and memories (Beck et al., 2004). This effect can be observed in the findings of our research (see Tabl. 1). The latter is quite understandable in terms of rational schemes of analysis of a problematic situation. Being in the situation of a considerable dangerous disorientating impact, an individual instantly tries to identify a cause of negative experiences and the degree of danger analyzing the chain of past events. Logically, the current burdening circumstances cannot result from an individual's previous correct actions and favorable conditions. Negative impressions and experiences of the present are accordingly connected with probable mistakes, occasional or deliberate destructive external impacts. In a critical situation, moderate, analytical view of the past with reevaluation and reconsideration of the previously formed attitudes, aims, expectations, strategies and behavioral models on the basis of objective facts seems a very difficult and even back-breaking task for most people (Frankl, 1992). Many people, facing a real threat, almost immediately activate mechanisms of psychological defenses and unreasonably "designate" external factors or other people as a source of problems for maintaining Self-concept and stable stereotypes in organizing life activities (Beck et al., 2004; Plokhikh et al., 2023). As shown in the results, this variant is more preferred by the respondents of Subgroup 2 (see Tabl. 4). However, prolongation of the problematic migration situation, in spite of being pseudo-solved through activation of psychological defenses and hedonistically-oriented emotional discharge, evidently intensifies the state of depressiveness in the respondents of Subgroup 2 (see Tabl. 5).

In the total sample, the expressiveness of the emotion of interest is mainly determined by the specificity of emotional experiences

принципове збереження сформованих і закріплених у минулому стереотипних поглядів у взаємодії з оточенням і всупереч змінам ситуації. З іншого боку, орієнтування на майбутнє з опорою на позитивне минуле може розглядатися як реалізація стратегії на фундаментальні осмислені зміни особистості, на зміни у відношеннях з дійсністю, але з урахуванням специфіки нової життєвої ситуації. І кожному з наведених варіантів відповідають специфічні акценти в організації та змістовному наповненні складових часової перспективи досліджуваних як в раціональному, так і в емоційному вимірах.

Загалом у досліджуваних групи наявне виразне негативне ставлення до поточної суперечливої ситуації, яке реалізується у проявах емоцій гніву, презирства, відрази. Означені емоції, по суті, є показником неприйняття і несприймання вимушеними мігрантами поточної ситуації. При цьому емоційне реагування при значному рівні напруги, пов'язаної з тривогою (див. табл. 3), для багатьох досліджуваних виступає і як засіб емоційної розрядки. Такий засіб, як видно з результатів, захищає від суттєвих негативних перетворень у властивостях і станах особистості (див. табл. 2). Останнє свідчить про наявність у багатьох вимушених мігрантів після одно-півторарічної міграції ще достатнього обсягу особистісних і зовнішніх ресурсів для спротиву розвитку дистресу. Означений результат дещо суперечить опублікованим даним щодо помітного погіршення стану іракських мігрантів після декількох років перебування в Австралії і може бути віднесений до специфіки міграції українців до зрозумілих для них за умовами організації життя Західних спільнот (Uribe Guajardo et al., 2016). Разом із цим різні стратегії реалізації ресурсів для спротиву стресу в умовах міграції у досліджуваних відокремлених підгруп 1 і 2 спираються на різне підґрунтя в досвіді і переживаннях минулого, і вони зорієнтовані на різні цілі та очікування в майбутньому (див. табл. 4).

У багатьох випадках виразні негативні переживання людини одразу ж сприяють активації негативних думок і спогадів (Beck et al., 2004). Саме такий ефект і можна

of the respondents of Subgroup 1 (see Tabl. 5). A high degree of interest in the current situation with considerable mental strain accompanying high personal anxiety results in the respondents' specific state and intention of searching, that can be considered both as a cognitive state and readiness for realizing necessary stages in the process of solving educational tasks (Chebykin, 2023; Izard, 2011; Prokhorov et al., 2015), for solving complex tasks, related to safety in other areas of human activity (Nosov et al., 2020a; 2020b; Popovych et al., 2022; Zinchenko et al., 2023). However, migrants, unlike students, solve not modelled educational tasks, but try to find adequate solutions to organization of life activities in the future, reasonably and responsibly, in harsh conditions of uncertainty. Time orientation towards the future is undoubtedly related to expressiveness of the emotion of interest and indicators by these variables are evidently dominant in Subgroup 1 (see Tabl. 1, Tabl. 4, Tabl. 5). The respondents of Subgroup 1 largely choose the strategy oriented towards reasonable changes in stable stereotypes from the past, defining constructive purposes in the future, independently solving personal problems in new socioeconomic and cultural conditions. And it is accompanied by a positive emotional background in the current experiences (see Tabl. 5). The representatives of Subgroup 1, unlike the others, orientating themselves towards the future, mainly depend on positive impressions from the past. This result is entirely consistent with the findings of our previous research of mental health and the organization of time perspective of internally displaced people (Plokhikh & Chipilenko, 2023). We can observe the process of positive transformations in the personality of forced migrants which is activated through removal of inadequate and outmoded intellectual schemes of reactions and through creation of new variants of behavior with a constructive vision of the future perspective. This process largely corresponds to the models of a therapeutic effect by means of cognitive psychotherapy, the practices aimed at increasing self-efficacy and is entirely consistent with the processes of a subject's self-mobilization under the influence of stressors (Bandura, 1977; Beck et al., 2004; Cheban et al., 2020).

The obtained results testify that, in a critical migration situation, expectation of sufficiently

спостерігати за результатами дослідження (див. табл. 1). Останнє є достатньо зрозумілим і в аспекті раціональних схем аналізу проблемної ситуації. Людина в разі суттєвого небезпечного дезорганізуючого впливу одразу ж намагається встановити причину негативних переживань і міру загрози, аналізуючи ланцюг подій минулого. За логікою, поточні обтяжуючі обставини не можуть бути результатом попередніх правильних дій суб'єкта і сприятливих обставин. Згідно з цим негативні враження й переживання теперішнього пов'язуються з можливими помилками, випадковими або навмисними деструктивними впливами ззовні. У критичній ситуації зважений, аналітичний погляд на минуле з переоцінкою і переосмисленням на підставі об'єктивних фактів раніше прийнятих установок, цілей, очікувань, стратегій та способів поведінки для більшості людей видається дуже складною і нерідко непосильною задачею (Frankl, 1992). Багато хто, зіткнувшись із реальною загрозою, практично одразу ж для збереження Я-концепції і сталих стереотипів організації життєдіяльності активує механізми психологічних захистів та необґрунтовано "призначає" на місце джерела проблем зовнішні фактори або інших людей (Beck et al., 2004; Plokhikh et al., 2023). До означеного варіанту, як свідчать результати, більше схильються досліджувані підгрупи 2 (див. табл. 4). Однак подовження проблемної ситуації міграції, не зважаючи на її псевдовирішення через активацію психологічних захистів і гедоністично зорієнтоване зняття напруги, для досліджуваних підгрупи 2 вочевидь призводить до підсилення стану депресивності (див. табл. 5).

У загальній групі найбільша виразність емоції інтересу зумовлена передусім специфікою переживань досліджуваних підгрупи 1 (див. табл. 5). Високий ступінь інтересу стосовно поточної ситуації разом зі значною психічною напругою, яка супроводжує високу особистісну тривожність, створюють у досліджуваних специфічний пошуковий стан і намір, що можливо розглядати і як пізнавальний стан, і як налаштованість на реалізацію необхідних етапів у процесі вирішення навчальних завдань (Chebykin, 2023; Izard, 2011; Prokhorov

high simultaneous expressiveness of time orientations towards the positive past, the hedonistic present and the future, determined by a hedonistic tradition, does not correspond to the stage of psychological well-being. In case of the actual critical life situation, concepts of the eudemonistic tradition are more suitable for the research participants as a basis for evaluation of their psychological well-being (Deci & Ryan, 2008). In relation to this, the issues of optimal organization of time perspective of a mentally healthy migrant also remain open. Time perspective of an individual with well-developed volitional qualities, with stable convictions, adequate to the processes of the actual reality, with active attitude towards self-organization of life, with self-confidence, with evident assertiveness, with different experiences, with emotional equilibrium, with deep adequate understanding of the current situation, seems the most balanced one (Frankl, 1992; Lavoie et al., 2022; Seligman & Csikszentmihalyi, 2014). However, unfortunately, this variant is not attainable for most people, but it remains orientation.

Time competence is considered in our research to be a generalized indicator of approaching optimal organization of time perspective. By this indicator, the group is divided into those who do not try to deal with the current situation through cognitive activity in their own way, and those who avoid solving the problems of organization of life activity independently and rely on a favorable course of actions with fatalistic attitude. Therefore, achievement of an optimal variant of time perspective organization as well as determination of adequate actions in a stressful migration situation, is considerably complicated. Thorough examination of this problem can be promisingly continued through studying the issue of specificity of experiencing time flow and meaningful aspects of making vital decisions in forced migrants.

Conclusions

A high degree of expressiveness of negative emotions and personal anxiety is characteristic of forced Ukrainian migrants staying abroad as a consequence of substantial losses of different resources and uncertainty of life perspective in the future. An active negative emotional reaction to the current situation is directly related

et al., 2015), на розв'язання складних задач, пов'язаних із безпекою в інших сферах діяльності людини (Nosov et al., 2020a; 2020b; Popovych et al., 2022; Zinchenko et al., 2023). Але мігранти, на відміну від учнів, вирішують не умовні навчальні завдання і не завдання з професійної сфери, а намагаються з усією осмисленістю й відповідальністю в напружених умовах невизначеності віднайти адекватні рішення щодо організації життєдіяльності на майбутнє. Саме часова орієнтація на майбутнє вочевидь пов'язана з виразністю емоції інтересу й саме показники за цими змінними суттєво переважають у підгрупі 1 (див. табл. 1, табл. 4, табл. 5). Досліджувані підгрупи 1 більшою мірою обирають стратегію, зорієнтовану на обґрунтовані зміни сталих стереотипів з минулого, на визначення конструктивних цілей у майбутньому, на самостійне вирішення особистих проблем у нових соціально-економічних і культурних умовах. І це відбувається разом із посиленням позитивного емоційного фону в поточних переживаннях (див. табл. 5). Представники підгрупи 1, на відміну від інших, орієнтуючись на майбутнє, значною мірою спираються на позитивні враження з минулого. Такий результат повністю узгоджується з результатами нашого попереднього дослідження зв'язку психічного здоров'я й організації часової перспективи вимушено переміщених осіб (Плохих, Чіпіленко, 2023). Спостерігаємо саме процес позитивних перетворень особистості вимушених мігрантів, який активується при усуненні неадекватних і застарілих розумових схем реагування та при створенні нових варіантів поведінки з конструктивним визначенням перспективи майбутнього. Такий процес значною мірою відповідає моделям дієвого терапевтичного впливу засобами когнітивної психотерапії, заходам із підвищення самоефективності та в цілому узгоджується з перебігом процесів самообілізації суб'єкта за умов впливу стресорів (Bandura, 1977; Beck et al., 2004; Cheban et al., 2020).

Отримані результати свідчать, що для критичної ситуації міграції за кордон зумовлене гедоністичною традицією очікування на достатньо високу одночасну виразність

to an increase in anxiety symptoms, but it does not contribute to solidification of problematic mental states with corresponding compensatory defensive reactions in the research participants at a certain stage. Forced migrants' negative and anxious-depressive emotions prevent rational determination of the future perspective and are related to inclination toward fatalistic attitude to the current circumstances.

Under conditions of substantial financial support and a lack of immediate threat to life and health in the places of temporary residence, increased orientation towards hedonistic satisfaction of needs appears to be inadapative in forced Ukrainian migrants staying abroad. It is related to evident negative emotional experiences of the past and present circumstances and restricts determination of the future perspective.

High expressiveness of the positive emotion of interest contributes to forced migrants' apparent adaptation-based orientation towards eliminating uncertainty of the future perspective and is also accompanied by temporary disruption of the balance of time perspective components concerning life activity. Disruption of the balance of time perspective represented by the parameter "time competence" is observed in the research participants when they emotionally distance themselves from the current contradictory stressful migration situation and make weaker efforts in determining their time perspective through a fatalistic attitude.

References

- Antonovych, M. O. (2020). Vzaiemozalezhnosti bazovykh emotsiinykh staniv ta rannikh dezadaptivnykh skhem u narkozalezhnnykh [Interdependence of basic emotional states and early maladaptive schemes in drug addicts]. *Psychiatry, neurology and medical psychology*, 15, 81–87. <https://doi.org/10.26565/2312-5675-2020-15-09>
- Bajec, B. (2019). Relationship Between Time Perspective and Time Management Behaviours. *Psihologija*, 52(2), 197–215. <https://doi.org/10.2298/PSI170831036B>
- Bandura, A. (1977). Self-efficacy: Toward a unifying theory of behavioral change. *Psychological Review*, 84(2), 191–215. <https://doi.org/10.1037/0033-295X.84.2.191>
- Beck, A. T., Freeman, A., & Davis, D. D. (2004). *Cognitive Therapy of Personality Disorders*, Second

часових орієнтацій на позитивне минуле, гедоністичне теперішнє і майбутнє не відповідає стану психологічного благополуччя. У випадку актуальної критичної життєвої ситуації для досліджуваних у підґрунтя для оцінки їхнього психологічного благополуччя більше підходять положення евдемоністичної традиції (Deci, Ryan, 2008). Відповідно до цього питання оптимальності організації часової перспективи психічно здорової особистості мігранта також залишається відкритим. Звісно, що найбільш збалансованою видається часова перспектива в особистості з розвиненими вольовими якостями, зі сталими й адекватними до перебігу процесів дійсності переконаннями, з активним ставленням до самоорганізації життя, з упевненістю у своїх силах, з виразною асертивністю, з різнобічним досвідом, з емоційною врівноваженістю, з глибоким адекватним розумінням поточної ситуації (Frankl, 1992; Lavoie et al., 2022; Seligman, Csikszentmihalyi, 2014). Однак, на жаль, такий варіант для багатьох є недосяжним, але залишається до певної міри орієнтовним.

Узагальненим показником наближення до оптимальної організації часової перспективи в дослідженні виступає компетентність у часі. І за цим показником група у першому наближенні також поділяється на тих, хто не намагається по-своєму через пізнавальну активність владнати поточну ситуацію, і на тих, хто відстороняється від самостійного вирішення проблем організації життєдіяльності з фаталістичним покладанням на сприятливий перебіг подій. Таким чином, досягнення оптимального варіанту організації часової перспективи, як і визначення адекватних дій у стресовій ситуації міграції, суттєво ускладнене. Поряд із поглибленим розглядом цієї проблематики перспективними для розробки слід вважати питання особливостей переживання плину часу і смислових аспектів прийняття життєво важливих рішень у вимушених мігрантів.

Висновки

У вимушених українських мігрантів за кордоном унаслідок суттєвих втрат різноманітних ресурсів і невизначеності перспективи життєдіяльності в майбутньому виявляється

- Edition. Guilford Press: New York. <https://doi.org/10.1017/S003329170527469X>
- Blynova, O., Derevianko, S., Ivanova, O., Popovych, I., & Estay Sepulveda, J. G. (2022). Professional relevance of potential labor emigrants. *Revista Notas Históricas y Geográficas*, 29, 88–106. <https://www.revistanotashistoricasygeograficas.cl/index.php/nhyg/article/view/435>
- Cheban, Yu., Chebykin, O., Plokhikh, V., & Massanov, A. (2020). Emotional and volitional potential of self-mobilization in the organization of time perspective activity of highly qualified rowing athletes. *Journal of Physical Education and Sport*, 20(6), 3128–3137. <https://doi.org/10.7752/jpes.2020.s6424>
- Chebykin, O. (2023). Psycholinguistic mechanisms of emotion regulation of educational activity. *Insight: the psychological dimensions of society*, 10, 117–136. <https://doi.org/10.32999/2663-970X/2023-10-6>
- Deci E. L., & Ryan R. M. (2008). Hedonia, eudaimonia, and well-being: an introduction. *Journal Happiness Studies*, 9(1), 1–11. <https://doi.org/10.1007/s10902-006-9018-1>
- Frankl, V. E. (1992). Man's search for meaning: An introduction to logotherapy (4th ed.) (I. Lasch, Trans.). Beacon Press. <https://psycnet.apa.org/record/1992-98457-000>
- Izard, C. E. (2011). Forms and Functions of Emotions: Matters of Emotion – Cognition Interactions. *Emotion Review*, 3(4), 371–378. <https://doi.org/10.1177/1754073911410737>
- Kireeva, Z. A., & Kushnerov, V. A. (2020). Osoblyvosti reprezentatsii chasu i chasova perspektyva u viiskovosluzhbovtziv, shcho maly dosvid boiovykh dii [The particularities of time representation and hour perspective among military personnel who had experience in combat operations]. *Science and Education a New Dimension. Pedagogy and Psychology*, 221, VIII(89), 61–64. <https://doi.org/10.31174/SEND-PP2020-221VIII89>
- Kireieva, Z. O., Shvaikin, S. A., & Balan, M. A. (2023). Determinanty u osoblyvosti adaptatsii ta psykhychnykh resursiv liudyny pid chas povnomasshtabnoho vtorhnennia [The determinants and particularities of a person's adaptation and their mental resources during the full-scale invasion]. *Ukrainian psychological journal*, 1(19), 60–82. [https://doi.org/10.17721/upj.2023.1\(19\).4](https://doi.org/10.17721/upj.2023.1(19).4)
- Kolesnichenko, O. S., Prykhodko, I. I., Matsegora, Y. V., Yuryeva, N. V., Lyman, A. A., & Bayda, M. S. (2020). Prykladna psykhyodiagnostyka v Natsional'nii hvardii Ukrainy [Applied Psychodiagnostic in the National Guard of Ukraine]. Kharkiv: NANGU. https://books.ndcnangu.co.ua/knigi/Posibnyk_Prykladna_psykhodiagnostykaNGU2020.pdf

високий рівень виразності негативних емоцій і особистісної тривожності. Активне негативне емоційне реагування на поточну ситуацію прямо пов'язане з підсиленням симптомокомплексів тривоги, але на певному етапі не сприяє закріпленню в досліджуваних проблемних психічних станів із відповідними компенсаторними захисними реакціями. Наповненість вимушених мігрантів емоціями негативного і тривожно-депресивного порядку перешкоджає раціональному визначенню ними перспективи майбутнього і пов'язана зі схильністю до фаталістичного налаштування на поточні обставини.

У вимушених українських мігрантів, які знаходяться за кордоном, в умовах значної матеріальної підтримки і відсутності безпосередньої загрози життю та здоров'ю в місцях тимчасового проживання, підвищена орієнтація на поточне гедоністичне задоволення потреб виявляється неадаптивною, пов'язується з виразними негативними переживаннями обставин минулого та теперішнього і є стримуючою щодо визначення перспективи майбутнього.

Суттєва виразність позитивної емоції інтересу сприяє явній, умотивованій адаптацією орієнтації вимушених мігрантів на усунення невизначеності перспективи майбутнього, що також супроводжується тимчасовим порушенням збалансованості складових часової перспективи життєдіяльності. Порушення в досліджуваних представленої параметром “компетентність у часі” збалансованості часової перспективи спостерігається і в разі їхнього емоційного відсторонення від суперечливої напруженої поточної міграційної ситуації, і при послабленні зусиль на самовизначення часової перспективи шляхом реалізації фаталістичної установки.

Список використаних джерел

- Антонович М. О. Взаємозалежності базових емоційних станів та ранніх дезадаптивних схем у наркозалежних. *Психіатрія, неврологія та медична психологія*. 2020. № 15. С. 81–87. <https://doi.org/10.26565/2312-5675-2020-15-09>
- Bajec B. Relationship Between Time Perspective and Time Management Behaviours. *Psihologija*. 2019. Vol. 52(2). P. 197–215. <https://doi.org/10.2298/PSI170831036B>

- Lazarus, R. S., & Folkman, S. (1987). Transactional theory and research on emotions and coping. *European Journal of Personality*, 1, 141–169. <https://doi.org/10.1002/per.2410010304>
- Lavoie, R., Main, K., & Stuart-Edwards, A. (2020). Flow theory: Advancing the two-dimensional conceptualization. *Motivation and Emotion*, 46, 38–58. <https://doi.org/10.1007/s11031-021-09911-4>
- Lutsenko, O. L. (2016). Fraiburzkyi osobystisnyi opytualnyk FPI – perevirka validnosti ta lokalna standartyzatsiia [Freiburg Special Inspectorate FPI – Validity Review and Local Standardization]. *Kharkiv University bulletin*, 61, 49–54. http://nbuv.gov.ua/UJRN/VKhIPC_2016_61_11
- Nosov, P., Zinchenko, S., Popovych, I., Safonov, M., Palamarchuk, I., & Blakh, V. (2020a). Decision support during the vessel control at the time of negative manifestation of human factor. *CEUR Workshop Proceedings*, 2608, 12–26. <https://ceur-ws.org/Vol-2608/paper2.pdf>
- Nosov, P. S., Zinchenko, S. M., Popovych, I. S., Ben, A. P., Nahrybelnyi, Y. A., & Mateychuk, V. M. (2020b). Diagnostic system of perception of navigation danger when implementation complicated maneuvers. *Radio Electronics, Computer Science, Control*, 1(52), 146–161. <https://doi.org/10.15588/1607-3274-2020-1-15>
- Pfeifer, L. S., Heyers, K., Ocklenburg, S., & Wolf, O. T. (2021). Stress research during the COVID-19 pandemic and beyond. *Neuroscience and Biobehavioral Reviews*, 131, 581–596. <https://doi.org/10.1016/j.neubiorev.2021.09.045>
- Plokhikh, V., Popovych, I., Koval, I., Stepanenko, L., Nosov, P., Zinchenko, S., Boiaryn, L. & Zavatskyi, V. (2022). Anticipatory Resource of Temporary Regulation of Sensorimotor Action. *BRAIN. Broad Research in Artificial Intelligence and Neuroscience*, 13(2), 01–21 <https://doi.org/10.18662/brain/13.2/328>
- Plokhikh, V., Yanovskaya, S., & Bilous, R. (2023). Psychological Defenses of Students in the Process of Experience of Time. *BRAIN. Broad Research in Artificial Intelligence and Neuroscience*, 14(1), 138–156. <https://doi.org/10.18662/brain/14.1/411>
- Plokhikh, V., & Suponeva, L. (2021). Psykholohichni zakhysty v orhanizatsii chasovoi perspektyvy studentiv v umovakh COVID – obmezhen. [Psychological defense in the organization of the time perspective of students under Covid – restrictions] *Science and Education*, 3, 12–21. <https://doi.org/10.24195/2414-4665-2021-3-2>
- Plokhikh, V., & Chipilenko, O. (2023). Proiavy psykhhichnoho zdorovia v orhanizatsii chasovoi perspektyvy vymusheno peremishchenykh osib [Mental health manifestations in time perspective organization of forced migrants]. *Science and Education*, 4, 54–62. <https://doi.org/10.24195/2414-4665-2023-4-8>
- Bandura A. Self-efficacy: Toward a unifying theory of behavioral change. *Psychological Review*. 1977. Vol. 84(2). P. 191–215. <https://doi.org/10.1037/0033-295X.84.2.191>
- Beck A. T., Freeman A. and Davis, D. D. *Cognitive Therapy of Personality Disorders*, Second Edition. Guilford Press: New York. 2004. P. 412. <https://doi.org/10.1017/S003329170527469X>
- Blynova O., Derevianko S., Ivanova O., Popovych I., Estay Sepulveda J. G. Professional relevance of potential labor emigrants. *Revista Notas Históricas y Geográficas*. 2022. Vol. 29. P. 88–106. <https://www.revistanotashistoricasygeograficas.cl/index.php/nhyg/article/view/435>
- Cheban Yu., Chebykin O., Plokhikh V. Massanov A. Emotional and volitional potential of self-mobilization in the organization of time perspective activity of highly qualified rowing athletes. *Journal of Physical Education and Sport*. 2020. Vol. 20(6). P. 3128–3137. <https://doi.org/10.7752/jpes.2020.s6424>
- Чебикін О. Психолінгвістичні механізми емоційної регуляції навчальної діяльності. *Інсайт: психологічні виміри суспільства*. 2023. №10. С. 117–136. <https://doi.org/10.32999/2663-970X/2023-10-6>
- Deci E. L., Ryan R. M. Hedonia, eudaimonia, and well-being: an introduction. *J. Happiness Stud*. 2008. Vol. 9(1). P. 1–11. <https://doi.org/10.1007/s10902-006-9018-1>
- Frankl V. E. *Man's search for meaning: An introduction to logotherapy* (4th ed.) (I. Lasch, Trans.). Beacon Press. 1992. <https://psycnet.apa.org/record/1992-98457-000>
- Izard C. E. Forms and Functions of Emotions: Matters of Emotion – Cognition Interactions. *Emotion Review*. 2011. Vol. 3(4). P. 371–378. <https://doi.org/10.1177/1754073911410737>
- Кіреєва З. О. Кушнеров В. А. Особливості репрезентації часу і часова перспектива у військовослужбовців, що мали досвід бойових дій. *Science and Education a New Dimension. Pedagogy and Psychology*. 2020. Vol. 221(VIII(89)). P. 61–64. <https://doi.org/10.31174/SEND-PP2020-221VIII89>
- Кіреєва З. О. Швайкін С. А. Балан М. А. Детермінанти й особливості адаптації та психічних ресурсів людини під час повномасштабного вторгнення. *Український психологічний журнал*. 2023. № 1(19). С. 60–82 [https://doi.org/10.17721/urj.2023.1\(19\).4](https://doi.org/10.17721/urj.2023.1(19).4)
- Колесніченко О. С., Приходько І. І., Мацегора Я. В., Юр'єва Н. В., Лиман А. А., Байда М. С. *Прикладна психодіагностика в Національній гвардії України*. Харків: НАНГУ, 2020. 388 с. URL: https://books.ndcnangu.co.ua/knigi/Posibnyk_Prykladna_psykhodiagnostykaNGU2020.pdf

- Popovych, I., Borysiuk, A., Semenov, O., Semenova, N., Serbin, I., & Reznikova, O. (2022). Comparative analysis of the mental state of athletes for risk-taking in team sports. *Journal of Physical Education and Sport*, 22(4), 848–857. <https://doi.org/10.7752/jpes.2022.04107>
- Popovych, I., Hudimova, A., Bokhonkova, Yu., Savchuk, O., Hoian, I., & Shevchenko, N. (2023). Dispositional Mental States of Internally Displaced University Teachers Under Martial Law: Gender Differences. *Journal of Education Culture and Society*, 14(2), 171–187. <https://doi.org/10.15503/jecs2023.2.171.181>
- Prokhorov, A. O., Yusupov, M. G., Plokhikh, V. V. (2015). Cognitive States in the Process of Students' Intellectual Activity. *The New Educational Review*, 41(3), 263–274. <https://doi.org/10.15804/tner.2015.41.3.21>
- Przepiora, A., Siu, N. Y., Szcześniak, M., Timoszyk-Tomczak, C., Le, J. J., Mucoz, M. P. (2020). The Relation Between Personality, Time Perspective and Positive Orientation in Chile, Hong Kong, and Poland. *Journal of Happiness Studies*, 21, 1081–1101. <https://doi.org/10.1007/s10902-019-00113-x>
- Schneiderman, N., Ironson, G., & Siegel, S. D. (2005). Stress and Health: Psychological, Behavioral, and Biological Determinants. *Annual Review of Clinical Psychology*, 1(1), 607–628. <https://doi.org/10.1146/annurev.clinpsy.1.102803.144141>
- Seligman, M. E., & Csikszentmihalyi, M. (2014). Positive Psychology: An Introduction. In *Flow and the Foundations of Positive Psychology* (pp. 279–298). Dordrecht: Springer. https://doi.org/10.1007/978-94-017-9088-8_18
- Seligman, M. E., Parks, A. C., & Steen, T. (2004). A balanced psychology and a full life. *Philosophical Transactions of the Royal Society*, 359(1449), 1379–1381. <https://doi.org/10.1098/rstb.2004.1513>
- Selye, H. A. (1975). Confusion and Controversy in the Stress Field. *Journal of Human Stress*, 1, 37–44. <http://dx.doi.org/10.1080/0097840X.1975.9940406>
- Shostrom, E. L. (1964). An Inventory for the Measurement of Self-Actualization. *Educational and Psychological Measurement*, 24(2), 207–218. <https://doi.org/10.1177/001316446402400203>
- Senyk, O. (2012). Adaptatsiia opyтуvalnyka chasovoi perspektyvy osobystosti F. Zimbardo (ZTPI) [Adaptation of the Incubator of the Hourly Perspective of the Features of F. Zimbardo (ZTPI)]. *Sotsialna psykholohiia: Ukrainyskyi naukovyi zhurnal [Social psychology: Ukrainian scientific journal]*, 1, 153–168. URL: <http://195.20.96.242:5028/trportal/DocDescription?docid=TrTNTU.BibRecord.77599>
- Senyk, O. (2017). Empyrychne doslidzhennia zbalansovanoi chasovoi perspektyvy studentiv Lazarus R. S., Folkman, S. Transactional theory and research on emotions and coping. *European Journal of Personality*. 1987. Vol. 1. P. 141–169. <https://doi.org/10.1002/per.2410010304>
- Lavoie R., Main K., Stuart-Edwards A. Flow theory: Advancing the two-dimensional conceptualization. *Motivation and Emotion*. 2022. Vol. 46. P. 38–58. <https://doi.org/10.1007/s11031-021-09911-4>
- Луценко О. Л. Фрайбурзький особистісний опитувальник FPI – перевірка валідності талокальна стандартизація. *Вісник Харківського національного університету імені В. Н. Каразіна. Серія: Психологія*. 2016. Вип. 61. С. 49–54. http://nbuv.gov.ua/UJRN/VKHP.2016_61_11
- Nosov P., Zinchenko S., Popovych I., Safonov M., Palamarchuk I., Blakh V. Decision support during the vessel control at the time of negative manifestation of human factor. *CEUR Workshop Proceedings*. 2020a. Vol. 2608. P. 12–26. <https://ceur-ws.org/Vol-2608/paper2.pdf>
- Nosov P. S., Zinchenko S. M., Popovych I. S., Ben A. P., Nahrybelnyi Y. A., Mateychuk V. M. Diagnostic system of perception of navigation danger when implementation complicated maneuvers. *Radio Electronics, Computer Science, Control*. 2020b. Vol. 1(52). P. 146–161. <https://doi.org/10.15588/1607-3274-2020-1-15>
- Pfeifer L. S., Heyers K., Ocklenburg S., Wolf O.T. Stress research during the COVID-19 pandemic and beyond. *Neuroscience and Biobehavioral Reviews*. 2021. Vol. 131. P. 581–596. <https://doi.org/10.1016/j.neubiorev.2021.09.045>
- Plokhikh V., Popovych I., Koval I., Stepanenko L., Nosov P., Zinchenko S., Boiaryn L., Zavatskyi V. Anticipatory Resource of Temporary Regulation of Sensorimotor Action. *BRAIN. Broad Research in Artificial Intelligence and Neuroscience*. 2022. Vol. 13(2). P. 01–21 <https://doi.org/10.18662/brain/13.2/328>
- Plokhikh V., Yanovskaya S., Bilous R. Psychological Defenses of Students in the Process of Experience of Time. *BRAIN. Broad Research in Artificial Intelligence and Neuroscience*. 2023. 14 (1). P. 138–156. <https://doi.org/10.18662/brain/14.1/411>
- Плохих В., Супонєва Л. Психологічні захисти в організації часової перспективи студентів в умовах COVID-обмежень. *Наука і освіта*. 2021. №3. С. 12–21. <https://doi.org/10.24195/2414-4665-2021-3-2>
- Плохих В., Чіпіленко О. Прояви психічного здоров'я в організації часової перспективи вимушено переміщених осіб. *Наука і освіта*. 2023. № 4. С. 54–62. <https://doi.org/10.24195/2414-4665-2023-4-8>
- Popovych, I., Borysiuk, A., Semenov, O., Semenova, N., Serbin, I., & Reznikova, O. (2022). Comparative analysis of the mental state of athletes for risk-taking in team sports. *Journal of Physical Education and Sport*, 22(4), 848–857. <https://doi.org/10.7752/jpes.2022.04107>
- Popovych I., Hudimova A., Bokhonkova Yu., Savchuk O., Hoian I., Shevchenko N. Dispositional Mental States

- [Empirical research on students' balanced time perspective]. *Visnyk of the Lviv University. Series Psychological science*, 1, 114–125. URL: http://psy-visnyk.lnu.lviv.ua/archive/1_2017/15.pdf
- Shepherd, J. (2022). Flow and the dynamics of conscious thought. *Phenomenology and the Cognitive Sciences*, 21, 969–988. <https://doi.org/10.1007/s11097-021-09762-x>
- Spielberger, C. D. (1971). Notes and Comments Trait-State Anxiety and Motor Behavior. *Journal of Motor Behavior*, 3, 263–279. <https://doi.org/10.1080/00222895.1971.10734907>
- Uribe Guajardo, M. G., Slewa-Younan, S., Smith, M., Eagar, S., & Stone, G. (2016). Psychological distress is influenced by length of stay in resettled Iraqi refugees in Australia. *International Journal of Mental Health Systems*, 10. Article 4. <https://doi.org/10.1186/s13033-016-0036-z>
- 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. <https://doi.org/10.1037/0022-3514.77.6.1271>
- Zinchenko, S., Tovstokoryi, O., Nosov, P., Popovych, I., Kyrychenko, K. (2023). Pivot Point position determination and its use for manoeuvring a vessel. *Ships and Offshore Structures*, 18(3), 358–364. <https://doi.org/10.1080/17445302.2022.2052480>
- of Internally Displaced University Teachers Under Martial Law: Gender Differences. *Journal of Education Culture and Society*. 2023. Vol. 14(2). P. 171–187. <https://doi.org/10.15503/jecs2023.2.171.181>
- Prokhorov A. O., Yusupov M. G., Plokhikh V. V. Cognitive States in the Process of Students' Intellectual Activity. *The New Educational Review*. 2015. Vol. 41(3). P. 263–274. <https://doi.org/10.15804/tner.2015.41.3.21>
- Przepiorka A., Siu N. Y., Szcześniak M., Timoszyk-Tomczak C., Le J. J., Mucoz M. P. The Relation Between Personality, Time Perspective and Positive Orientation in Chile, Hong Kong, and Poland. *Journal of Happiness Studies*. 2020. Vol. 21. P. 1081–1101. <https://doi.org/10.1007/s10902-019-00113-x>
- Schneiderman N., Ironson G., Siegel S. D. Stress and Health: Psychological, Behavioral, and Biological Determinants. *Annual Review of Clinical Psychology*. 2005. Vol. 1(1). P. 607–628. <https://doi.org/10.1146/annurev.clinpsy.1.102803.144141>
- Seligman M. E., Csikszentmihalyi, M. Positive Psychology: An Introduction. In *Flow and the Foundations of Positive Psychology* (pp. 279–298). Dordrecht: Springer, 2014. https://doi.org/10.1007/978-94-017-9088-8_18
- Seligman M. E., Parks A. C., Steen T. A balanced psychology and a full life. *Philosophical Transactions of the Royal Society*. 2004. Vol. 359(1449). P. 1379–1381. <https://doi.org/10.1098/rstb.2004.1513>
- Selye H. A. Confusion and Controversy in the Stress Field. *Journal of Human Stress*. 1975. Vol. 1. P. 37–44. <http://dx.doi.org/10.1080/0097840X.1975.9940406>
- Сеник О. Адаптація опитувальника часової перспективи особистості Ф. Зімбардо (ЗТPI). *Соціальна психологія: Український науковий журнал*. 2012. №1. С. 153–168. URL: <http://195.20.96.242:5028/trportal/DocDescription?docid=TrTNTU.BibRecord.77599>
- Сеник О. Емпіричне дослідження збалансованої часової перспективи студентів. *Вісник Львівського університету. Серія психологічні науки*. 2017. Вип 1. С. 114–125. http://psy-visnyk.lnu.lviv.ua/archive/1_2017/15.pdf
- Shepherd J. Flow and the dynamics of conscious thought. *Phenomenology and the Cognitive Sciences*. 2022. 21. P. 969–988. <https://doi.org/10.1007/s11097-021-09762-x>
- Uribe Guajardo M. G., Slewa-Younan S., Smith M., Eagar S., Stone G. Psychological distress is influenced by length of stay in resettled Iraqi refugees in Australia. *International Journal of Mental Health Systems*. 2016. Vol. 10. Article 4. <https://doi.org/10.1186/s13033-016-0036-z>
- Zimbardo P. G., Boyd J. N. Putting time in perspective: a valid, reliable individual-differences metric. *Journal of Personality and Social Psychology*. 1999. Vol. 77. P. 1271–1288. <https://doi.org/10.1037/0022-3514.77.6.1271>
- Zinchenko S., Tovstokoryi O., Nosov P., Popovych I., Kyrychenko K. Pivot Point position determination and its use for manoeuvring a vessel. *Ships and Offshore Structures*. 2023. Vol. 18(3). P. 358–364. <https://doi.org/10.1080/17445302.2022.2052480>