

# Dzieci-uchodźcy - adaptacja kulturowa

Zofia Borska-Mądrzycka  
Katedra Psychologii Rozwojowej  
Wydział Psychologii  
Uniwersytet Warszawski

## Діти-біженці з України — культурна адаптація

Зоф'я Борска-Монджицка, Кафедра психології розвитку,  
Факультет психології, Варшавський університет

**Półowa uchodźców na świecie to dzieci i nastolatki poniżej 18 r.ż.**

Половина біженців у світі — діти й підлітки віком до 18 років

---

# Traumatyczne doświadczenia

- Typ I
  - Pojedyncze zdarzenie, niespodziewane, nadmierny stres
- Typ II
  - Przedłużona, stała ekspozycja na stresory
- U dzieci-uchodźców głównie typ II – sytuacja w kraju przed ucieczką, ucieczka, przybycie do obcego kraju, sytuacja po przybyciu, warunki bytowe oferowane uchodźcom, itp.
  - Sekwencyjna traumatyzacja (sequential traumatisation) (Keilson i Sharpati, 1979; Ingleby, 2005)

# Травматичний досвід

- Тип I
  - Одиничний випадок, неочікуваність, надмірний стрес
- Тип II
  - Довготривала постійна підданість чинникам стресу
- У дітей-біженців виступає здебільшого тип II — ситуація в країні перед бігством, бігство, прибуття на чужину, ситуація після прибуття, побутові умови, що пропонуються біженцям, і т. п.
  - секвенційна травматизація (sequential traumatisation) [Keilson, Sharpati, 1979; Ingleby, 2005]

# Uchodźca

- Pozbawienie korzeni
- Strata:
  - Domu
  - Rodziny
  - Przyjaciół
  - Sieci społecznych
  - Znanego otoczenia
  - Szkoły
  - Własnych rzeczy
  - Kultury
  - Statusu społecznego
  - Trybu życia
  - Schematów życia rodzinnego
  - Zwyczajów i tradycji
  - Perspektywy na przyszłość
- Relokacja i utrata otoczenia społecznego i kulturowego – strata
  - Identyfikacji
  - Poczucia bezpieczeństwa
  - Poczucia stałości
- A także
  - Izolacja społeczna
- Żałoba kulturowa (Eisenbruch, 1990)
  - Wpływa na kondycję fizyczną i psychiczną
  - Prowadzi do smutku i żalu

# Біженець

- Позбавлення коріння
- Втрата
  - дому
  - сім'ї
  - друзів
  - соціальних контактів
  - знайомого оточення
  - школи
  - власних речей
  - культури
  - статусу в суспільстві
  - образу життя
  - взірців родинного життя
  - звичаїв та традицій
  - перспективи на майбутнє
- Релокація і позбавлення соціального й культурного оточення — втрата
  - тожсамості
  - відчуття безпеки
  - відчуття стабільності
- А також
  - Соціальна ізоляція
- Культурний траур [Eisenbruch, 1990]
  - впливає на фізичний та психічний стан
  - призводить до журби й зневіри

# Konsekwencje bycia uchodźcą

- Wysokie ryzyko trudności psychologicznych.
- Nasilone lub bardzo nasilone objawy stresu, depresji i lęku.
- Emocjonalne, rozwojowe i behawioralne problemy.

- Zaburzenia snu, w tym nawracające koszmary
- Zaburzenia koncentracji
- Depresja
- Wycofanie,
- Lęk
- Objawy post-traumatyczne
- Objawy somatyczne
- Głęboki smutek
- Agresja
- Apatia
- Nadmierne pobudzenie
- Obniżona samoocena
- Głębokie poczucie winy
- Negatywny ogląd przyszłości
- Nadużywanie substancji
- Próby samobójcze i samobójstwa
- Psychoza
- Nieprzystosowanie społeczne
- Przystępność



# Наслідки біженства

- Високий ризик психологічних ускладнень
  - Підсилені або дуже підсилені прояви стресу, депресії, страху
  - Труднощі з пануванням над емоціями, труднощі у розвитку, біхевіоральні проблеми

- Розлад сну, нав'язливі кошмари
  - Труднощі з концентрацією
  - Депресія
  - Відстороненість
  - Страх
  - Посттравматичні прояви
  - Соматичні прояви
  - Глибоке засмучення
  - Агресія
  - Апатія
  - Надмірне збудження
  - Занижена самооцінка
  - Глибоке відчуття провини
  - Негативна ревізія минулого
  - Зловживання субстанціями
  - Спроби самогубства
  - Психоз
  - Соціальна непристосованість
  - Імовірність злочину
-

# Adaptacja kulturowa

- Model etapowy (m.in.: Lysgaard, 1955; Torbiorn, 1982; Black i Mendenhall, 1991):
  - "Miesiąc miodowy"
  - Szok kulturowy
  - Ożywienie
  - Dostosowanie
- Model sposobów reagowania (Berry, 1997; Simpson, 2014):
  - **Asymilacja** – pełna akceptacja i przyjęcie kultury kraju goszczącego
  - **Separacja** – brak akceptacji dla kultury kraju goszczącego, kultywowanie własnej kultury
  - **Marginalizacja** – Niemożność pełnej rezygnacji z własnej kultury i pełnej akceptacji nowej
  - **Integracja/dwukulturowość** – zachowanie wartości i zwyczajów własnej kultury, przy równoczesnym przyjęciu i akceptacji tych, które obowiązują w kraju goszczącym.

# Культурна адаптація

- Поетапна модель [Lysgaard, 1955; Torbiorn, 1982; Black i Mendenhall, 1991 та інші]
  - «медовий місяць»
  - культурний шок
  - оживлення
  - пристосування
- Модель способів реагування [Berry, 1997; Simpson, 2014]
  - Асиміляція — повне прийняття культури країни перебування
  - Сепарація — відмова від прийняття культури країни перебування, культивування власної культури
  - Маргіналізація — неспроможність повністю відмовитися від власної культури й цілковито прийняти нову
  - Інтеграція / приналежність двом культурам — зберігання цінностей власної культури з повним прийняттям водночас культурних засад країни перебування

# Akulturacja

- Pierwsze chwile w nowym kraju
  - Ulga
  - Nadzieja
  - Radość
- Trudności z adaptacją
  - Nowa rola
  - Nowa pozycja
  - Odmiennie struktury społeczne, system edukacji, zwyczaje, normy kulturowe, role społeczne, itp.
- Wraz z barierą językową narasta poczucie obcości
  - Stres
  - Trudności w szkole
  - Trudności z adaptacją
    - *I tak w kółko*

# Акультурація

- Перші хвилини у новій країні
  - Полегшення
  - Надія
  - Радість
- Труднощі з адаптацією
  - Нова роль
  - Нова позиція
  - Різниця суспільних структур, систем освіти, звичаїв, культурних норм, суспільних ролей і т. п.
- Мовний бар'єр сприяє зміцненню відчуття відчуженості
  - Стрес
  - Труднощі у школі
  - Труднощі з адаптацією
    - Замкнене коло

# Akulturacja

- Poszukiwanie miejsca i roli w nowym otoczeniu kulturowym, społecznym i językowym – dziecko się zmienia (Williams i Berry, 1991)
- Dylemat
  - Jak pogodzić integrację w nowym środowisku i „deintegrację” z tym co zostało w starym kraju? (Kohli, 2002)
- Akulturacja wywołuje stres (stres akulturacyjny) (Williams i Berry, 1991)
  - Poczucie pustki
  - Podwójna strata
  - Depresja, lęk, poczucie marginalizacji i alienacji, utrata tożsamości

# Акультурація

- Спроби знайти місце і роль в новому культурному, суспільному й мовному оточенні — дитина змінюється [Williams, Berry, 1991]
- Дилема
  - Як достосувати інтеграцію до нового середовища до «деінтеграції» з усім, що залишилося у країні походження [Kohli, 2002]
- Акультурація призводить до стресу [Williams, Berry, 1991]
  - Відчуття порожнечі
  - Подвійна втрата
  - Депресія, страх, відчуття маргіналізації і збайдуження, втрата тожсамості

# Uwaga

- Dzieci-uchodźcy często zależne od instytucji, przedstawicieli instytucji.
- Konflikt – podczas ucieczki z kraju musiały wykazać się dojrzałością, opiekować się rodzeństwem, wspierać dorosłych.
- To trudne do pogodzenia!



## Варто пам'ятати

- Діти-біженці нерідко відчують залежність від інституцій та їхніх представників
- Конфлікт: втікаючи зі своєї країни, вони стрімливо подорослішали — підтримка батьків, турбота про інших членів родини
- Різні сторони нового досвіду важко погодити між собою

# Stała niepewność

- **Przeszłość** – nie ma już tego co było, nie wiem co z tym zrobić, co o tym myśleć, jak pamiętać.
- **Teraźniejszość** – nie wiem co mam robić, jak się zachować, co się dzieje, ciągle na coś czekam.
- **Przyszłość** – świadomość, że marzenia, nadzieje, plany nie będą zrealizowane lub realizacja odsuwa się poza zasięg.
- Brak wiedzy o tym co dzieje się w domu rodzinnym, czy najbliżsi i przyjaciele są bezpieczni.

# Постійна невпевненість

- Минуле — що було, вже не існує, не знаю, як з цим погодитися, що про це думати, як пам'ятати
- Сучасне — не знаю, що маю робити, як поводитися, що відбувається, увесь час очікую невідомої зміни
- Майбутнє — усвідомлення, що мрії, надії та плани не будуть здійснені або їхнє здійснення позбавлене будь-яких часових координат
- Невідомо, що відбувається вдома, чи рідні та друзі перебувають у безпеці.

# Nastolatek

- Czas zmian w funkcjonowaniu w wielu aspektach i obszarach rozwoju.
  - Zmiany fizjologiczne, emocjonalne i poznawcze.
  - Rozwijająca się świadomość siebie w społeczeństwie.
  - Rozwój tożsamości.
- Potrzeba niezależności i testowanie różnych wariantów siebie.
- Poszukiwanie odpowiedzi na problemy etyczne i moralne.
- Przygotowanie do przyszłych ról społecznych i dorosłości.
  
- Nastoletni uchodźca – do powyższego dochodzi stres akulturacyjny.
- W szczególnej sytuacji są dzieci-uchodźcy pozbawione opieki rodzicielskiej.

## Підліток

- Період змін у діяльності в багатьох вимірах та сферах розвитку
  - Фізіологічні та емоційні зміни, зміна пізнавальних інтересів
  - Розвиток усвідомлення себе у суспільстві
  - Розвиток тожсамості
- Потреба у незалежності, тестування різних варіантів себе
- Пошуки відповідей на питання етики й моралі
- Підготовка до майбутніх суспільних норм буття дорослим
  
- Біженець-підліток — плюс стрес акультурації
- Особливої уваги потребують діти-біженці, позбавлені батьківського догляду

**Dziękuję za uwagę**  
**Дякую за увагу**

**[zofia.borska-madrzycka@psych.uw.edu.pl](mailto:zofia.borska-madrzycka@psych.uw.edu.pl)**

---