

Vilniaus universitetas

Filosofijos fakultetas

Psichologijos institutas

Ingrida Tracevskytė

Sveikatos psichologijos studijų programa

Magistro darbas

Imigrantų iš Ukrainos psichologinė sveikata ir akultūracija Lietuvoje

Darbo vadovė: Doc. dr. Rūta Sargautytė

Vilnius 2024

TURINYS

SANTRAUKA	4
SUMMARY	5
SVARBIAUSIOS SĄVOKOS	6
PRATARMĖ	7
1. ĮVADAS	8
1.1 Akultūracija	8
1.1.1 Akultūracijos strategijos.....	9
1.2 Psichologinė sveikata.....	10
1.2.1 Psichologinės problemos.....	10
1.2.2 Pasitenkinimas gyvenimu.....	10
1.3 Migrantų akultūracija ir psichologinė sveikata.....	11
1.3.1 Pabėgėlių akultūracija ir psichologinė sveikata	12
1.3.2 Migrantų ir pabėgėlių akultūracijos bei psichologinės sveikatos sąsajos	13
1.4 Migrantų ir pabėgėlių užimtumo, finansinės padėties, gyvenimo trukmės ir ketinimų likti naujoje šalyje ypatumai	14
1.5 Imigrantai iš Ukrainos	15
1.5.1 Imigrantų iš Ukrainos akultūracija ir psichologinė sveikata	15
1.5.2 Imigrantų iš Ukrainos ketinimų likti naujoje šalyje ypatumai	17
1.6 Tikslas ir uždaviniai.....	17
2. TYRIMO METODIKA	19
2.1 Tyrimo dalyviai.....	19
2.2 Tyrimo instrumentai	19
2.3 Tyrimo eiga.....	23
2.4 Duomenų analizė	23
3. REZULTATAI	25
3.1 Imigrantų iš Ukrainos akultūracijos strategijos, psichologinės problemos ir pasitenkinimas gyvenimu	25
3.2 Akultūracijos strategijų, psichologinių problemų ir pasitenkinimo gyvenimu sąsajos	26
3.3 Akultūracijos strategijų poveikis psichologinei sveikatai	27
3.4 Skirtingą laikotarpį Lietuvoje gyvenančių imigrantų akultūracijos strategijų ir psichologinės sveikatos palyginimas	28
3.5 Skirtingą veiklą Lietuvoje užsiimančių imigrantų akultūracijos strategijų ir psichologinės sveikatos palyginimas	29
3.6 Imigrantų finansinės padėties vertinimo sąsajos su psichologine sveikata ir akultūracijos strategijomis.....	30

3.7 Skirtingus planus likti Lietuvoje turinčių imigrantų akultūracijos strategijų ir psichologinės sveikatos palyginimas	31
3.8 Akultūracijos strategijų ir psichologinės sveikatos poveikis planavimui likti Lietuvoje	33
4. REZULTATŲ APTARIMAS	34
IŠVADOS	39
LITERATŪRA	40
PRIEDAI	49
1 Priedas. Akultūracijos nuostatų skalės teiginių koreguotos koreliacijos su skalių suminiais įverčiais	49
2 Priedas. Pasitenkinimo gyvenimu skalės pagrindinių komponentų faktorių analizės teiginių svariai faktoriuje	50
3 Priedas. Psichologinių problemų skalės pagrindinių komponentų faktorių analizės teiginių svariai faktoriuje	51
4 Priedas. Klausimų apie gyvenimo trukmę, užimtumą, finansinės padėties vertinimą ir ketinimą likti / nelikti Lietuvoje pavyzdžiai anglų kalba	52
5 Priedas. Klausimų apie gyvenimo trukmę, užimtumą, finansinės padėties vertinimą ir ketinimą likti / nelikti Lietuvoje pavyzdžiai rusų kalba	53

SANTRAUKA

Imigrantų iš Ukrainos psichologinė sveikata ir akultūracija Lietuvoje

Ingrida Tracevskytė, Vilnius, Vilniaus universitetas, 2024, 53 p.

Migracijos metu vykstantys įvairiausi kultūriniai ir psichologiniai pokyčiai kyla dėl nuolatinio kontakto su kitos kultūrinės kilmės žmonėmis. Toks reiškinys yra vadinamas akultūracija, o akultūracijos strategijos – integracija, asimiliacija, separacija ir marginalizacija – yra pagrindinė psichologinės akultūracijos dalis (Berry & Sam, 2016). Migracijos pokyčiams paveikti migrantų psichologinė sveikata: jie dažniau susiduria su nerimo ar depresijos simptomais bei mažesniu pasitenkinimu gyvenimu. Taip pat su migranto akultūracija ir psichologine sveikata siejasi tokie reiškiniai kaip gyvenimo trukmė naujoje šalyje, užimtumas, finansinė padėtis ir planai likti naujoje šalyje. Šiuo darbu buvo siekta įvertinti imigrantų iš Ukrainos akultūracijos strategijų, psichologinės sveikatos (psichologinių problemų ir pasitenkinimo gyvenimu) ir gyvenimo Lietuvoje aspektus. Tyrime dalyvavo 133 imigrantai iš Ukrainos, iš jų 16 vyrų ir 117 moterų, amžiaus vidurkis – 34,57 metų. Akultūracijos strategijoms nustatyti buvo naudojama *Akultūracijos nuostatų skalė* (Berry, Kim, Power, Young & Bujaki, 1989), nerimo ir depresijos simptomams įvertinti buvo naudojama *Psichologinių problemų skalė* (Berry, Phinney, Sam & Vedder, 2006), o pasitenkinimo gyvenimu lygiui įvertinti buvo naudojama *Pasitenkinimo gyvenimu skalė* (Diener, Emmons, Larsen & Griffin, 1985). Norint sužinoti apie imigrantų iš Ukrainos gyvenimą Lietuvoje, buvo klausiama, kiek laiko jie gyvena Lietuvoje, kokia jų atvykimo priežastis, koks jų užimtumas bei ar planuoja pasilikti gyventi Lietuvoje. Tyrimo rezultatai parodė, jog didesnis imigrantų iš Ukrainos pasitenkinimas gyvenimu siejasi su didesniu integracijos strategijos priėmimu, mažesnėmis psichologinėmis problemomis ir geresniu finansinės padėties vertinimu. Taip pat, ukrainiečiai, gyvenantys Lietuvoje 1 – 2 metus patiria daugiausiai psichologinių problemų, o planuojantys likti Lietuvoje labiausiai remiasi asimiliacijos strategija. Šiuo metu Lietuvoje būtų svarbu užtikrinti psichologinės pagalbos tęstinumą karo pabėgėliams bei skatinti visų imigrantų iš Ukrainos pasitenkinimą savo gyvenimu.

Raktiniai žodžiai: akultūracija, psichologinė sveikata, psichologinės problemos, pasitenkinimas gyvenimu, imigrantai, karo pabėgėliai.

SUMMARY

Psychological health and acculturation among Ukrainian immigrants in Lithuania

Ingrida Tracevskytė, Vilnius, Vilnius University, 2024, 53 p.

The various cultural and psychological changes occurring during migration are the result of constant contact with people of a different cultural origin. Such a phenomenon is called acculturation, and acculturation strategies – integration, assimilation, separation, and marginalization – is the main part of psychological acculturation (Berry & Sam, 2016). Migration changes affect the psychological health of migrants: they are more likely to experience symptoms of anxiety or depression and lower life satisfaction. Also, length of life in the new country, employment, financial situation and plans to stay in the new country are also related to the migrant's acculturation and psychological health. The aim of the present study was to evaluate the acculturation strategies, psychological health (psychological problems and life satisfaction) and life aspects of Ukrainian immigrants in Lithuania. 133 immigrants from Ukraine participated in the study, including 16 men and 117 women, the average age of which was 34.57 years. *Acculturation Attitudes Scale* (Berry, Kim, Power, Young & Bujaki, 1989) was used to determine acculturation strategies, *Psychological Problems Scale* (Berry, Phinney, Sam & Vedder, 2006) was used to assess symptoms of anxiety and depression, and *Satisfaction With Life Scale* (Diener, Emmons, Larsen & Griffin, 1985) was used to measure the level of life satisfaction. In order to find out about the life of Ukrainian immigrants in Lithuania, they were asked how long they had been living in Lithuania, what was the reason for their arrival, what was their employment, and whether they planned to stay in Lithuania. The results of the study showed that higher life satisfaction of Ukrainian immigrants is associated with greater acceptance of the integration strategy, fewer psychological problems, and a better assessment of the financial situation. Also, Ukrainians living in Lithuania for 1 – 2 years experience the most psychological problems, while those planning to stay in Lithuania rely mostly on the assimilation strategy. Currently, it would be important to ensure the continuity of psychological assistance to war refugees in Lithuania, and to promote the life satisfaction for all Ukrainian immigrants.

Keywords: acculturation, psychological health, psychological problems, satisfaction with life, immigrants, war refugees.

SVARBIAUSIOS SĄVOKOS

Akultūracija – kultūrinių ir psichologinių pokyčių procesas, atsirandantis dėl nuolatinio kontakto tarp skirtingų kultūrinės kilmės žmonių. Išskiriamos akultūracijos strategijos: integracija, asimiliacija, separacija ir marginalizacija (Berry & Sam, 2016).

Psichologinė sveikata – pagrįstas ir nuolatinis pasitenkinimas gyvenimu, problemų sprendimo panaudojimas ir gebėjimas be iškraipymų suvokti savo aplinką (Jahoda, 1953). Šiame darbe psichologinė sveikata apibrėžiama kaip mažos psichologinės problemos ir aukštas pasitenkinimas gyvenimu.

Imigrantas – žmogus, savanoriškai keičiantis savo gyvenamąją vietą ir ilgam laikotarpiui įsitvirtinantis akultūracijos procese (Berry, 1997).

Karo pabėgėlis – žmogus, nesavanoriškai keičiantis savo gyvenamąją vietą ir laikinai esantis akultūracijos procese (Berry, 1997). Asmuo, kuris išvyko iš savo šalies, kad išvengtų ginkluotų konfliktų padarinių (tiesioginių kovų poveikio, kovos būrių puolimo, perkėlimų ir kt.) (EMN Asylum and Migration Glossary, 2024).

PRATARMĖ

Visuotinė globalizacija, darbo rinkos netolygumai, kariniai konfliktai, geresnių gyvenimo sąlygų ieškojimas ir daug kitų veiksnių skatina gyventojų judėjimą – migraciją pasaulyje (Baraldsnes, 2012). Vieni žmonės persikelia gyventi į kitą šalį dėl geresnių ekonominių sąlygų, darbo galimybių, o kiti – ne savo noru palieka savo šalį dėl grėsmės sveikatai ir gyvybei dėl karinių konfliktų.

2022 metais į Lietuvą imigravo 87,4 tūkst. žmonių, imigrantų skaičius, palyginus su 2021 metais, padidėjo beveik 2 kartus. Net 45 tūkst. iš jų yra imigrantai iš Ukrainos (Valstybės duomenų agentūra, 2023a). Per pastaruosius dešimtmečius ukrainiečiai dažniausiai atvykdavo į Lietuvą ieškoti geriau apmokamo darbo, bet nuo 2022 metų vasario 24 dienos Lietuva tapo viena pagrindinių šalių, kurioje glaudžiasi tūkstančiai karo pabėgėlių iš Ukrainos. Imigrantų iš Ukrainos skaičiams Lietuvoje augant, tampa svarbu suprasti, kaip jie prisitaiko mūsų šalyje bei kaip gyvenamosios vietos pakeitimas veikia jų psichologinę sveikatą.

Mokslininkai yra plačiai ištyrinėję įvairių migrantų grupių psichologinės sveikatos sąsajas su jų prisitaikymu naujose šalyse, bet unikali migrantų iš Ukrainos patirtis kelia naujų klausimų apie šių asmenų akultūraciją ir psichologinę sveikatą. Be to, imigrantų akultūraciją ir psichologinę sveikatą sieja tokie reiškiniai kaip gyvenimo trukmė naujoje šalyje, užimtumas, finansinė padėtis ir planai likti naujoje šalyje. Taip pat trūksta žinių, kaip ukrainiečiai jaučiasi būtent Lietuvoje, ypač dabartinio karo kontekste. Taigi, nėra aišku, kaip siejasi imigrantų iš Ukrainos akultūracija, psichologinė sveikata bei įvairūs gyvenimo aspektai Lietuvoje.

1. ĮVADAS

1.1 Akultūracija

Migracijos metu vyksta įvairiausių pokyčių, vieni iš jų – kultūriniai, kai asmenys bando prisitaikyti naujoje aplinkoje ir visuomenėje, ir taip pat psichologiniai, kylantys dėl nuolatinio kontakto su kitos kultūrinės kilmės žmonėmis. Šis reiškinys yra vadinamas akultūracija. Šiuo metu klasikiniu akultūracijos apibrėžimu yra laikomas Redfield, Linton ir Herskovits (1936) apibrėžimas: „Akultūracija apima tuos reiškinius, kurie atsiranda, kai skirtingų kultūrų individų grupės nuolat tiesiogiai kontaktuoja, o vėliau keičiasi vienos arba abiejų grupių pirminiai kultūriniai modeliai.“ (p. 149). Dažnai akultūracija yra naudojama kaip asimiliacijos sinonimas, bet apibrėžimo autoriai teigia, jog šios dvi sąvokos skiriasi – asmuo asimiliuojasi, kai visiškai priima kitą kultūrą ir praranda savo kultūrinį pagrindą, o akultūracija apima daug platesnius kultūrinius reiškinius, vykstančius susidūrus dvejoms kultūroms. Akultūracijos ir asimiliacijos apibrėžimai dažniausiai naudojami sociologų ir antropologų, bet Graves (1967) suformulavo psichologinės akultūracijos sąvoką – tai reiškia psichologinius pokyčius, kuriuos asmuo patiria dėl kontakto su kitomis kultūromis arba dalyvavimas akultūracijoje, kurią patiria jo kultūrinė ar etninė grupė. Taip buvo apibrėžti tiek individo lygmens, tiek grupės lygmens pokyčiai.

Vienas žymiausių šiuolaikinės akultūracijos tyrėjų John Berry pasiūlė sistemą, kaip individo ir grupės lygmenys veikia vienas kitą ir sudaro akultūracijos procesą (Berry & Sam, 2016). Pirmiausia, atsiranda kontaktas tarp dviejų grupių ir grupių individų, kontaktas sukelia kultūrinius pokyčius grupėse, o tada psichologinius pokyčius individuose, kurie veda link skirtingų formų adaptacijos. Nors dažniausiai pokyčiai vyksta nuo grupinio lygmens link individo lygmens, galima pastebėti ir atvirkštinių pokyčių, kai atskiri individai sukelia grupės kultūrinius pokyčius. Norint suprasti kultūrinius pokyčius grupėse, reikia gerai pažinti abi grupes prieš jų susidūrimą bei atsiradusius rezultatus akultūracijos proceso metu. Individualiame lygmenyje reikia suprasti psichologinius akultūracijos aspektus, tiriant individus, kurie šiuo metu yra pokyčių procese. Dažnai galima pamatyti elgesio pokyčius (pvz., kaip kalbama, kas valgoma, kaip rengiamasi) ir jeigu šie pokyčiai kelia iššūkį, tada asmenys gali patirti akultūracijos stresą. Taip pat akultūracijos metu individai suformuoja požiūrį, kaip jie norėtų įsitraukti į naująją kultūrą ir kiek norėtų išsaugoti savosios. Tai Berry (2006) pavadino akultūracijos strategijomis. Taigi, elgesio pokyčiai, akultūracijos stresas ir akultūracijos strategijos sudaro individų psichologinę akultūraciją. Adaptacija taip pat turi tris formas: psichologinę, sociokultūrinę ir tarpkultūrinę. Psichologinis prisitaikymas gali būti suprantamas kaip individo psichologinė sveikata ir gerovė, sociokultūrinis prisitaikymas – tai sėkmė vykdant veiklas

įvairių kultūrų aplinkoje, o neseniai pridėtas tarpkultūrinis prisitaikymas – tai harmoningų tarpkultūrinių santykių siekimas (Berry & Sam, 2016).

1.1.1 Akultūracijos strategijos

Akultūracijos strategijos yra pagrindinis psichologinės akultūracijos komponentas. Tai yra nuostatos ir elgesys, kaip asmuo nori ir gali išsaugoti savąją kultūrą bei prisitaikyti gyvenant naujoje. Akultūracijos strategijos remiasi trimis orientacijomis: orientacija į savo kultūrą (kultūros tęstinumas), orientacija į kitą kultūrą (kontaktas) ir turima galia, pagal kurią individai pasirenka, kaip jie nori akultūruotis (Berry & Sam, 2016). Teigiami ir neigiami požiūriai į pirmas dvi orientacijas ir sukuria keturias akultūracijos strategijas – asimiliaciją, separaciją, integraciją ir marginalizaciją. Kai individas nenori išlaikyti savo kultūrinio tapatumo ir kasdien siekia sąveikos su kitomis kultūromis, tai vadinama asimiliacijos strategija. Priešingai, kai žmogus vertina savo kultūrą ir tuo pat metu nori vengti sąveikos su kita, tai apibrėžiama kaip separacija. Kai norima išlaikyti savo pradinę kultūrą ir vis tiek kasdien bendrauti su kitomis grupėmis, tai vadinama integracija. Galiausiai, kai yra mažai galimybių palaikyti savo kultūrą arba ja domėtis ir yra mažai noro palaikyti ryšius su kitais (dažnai dėl atskirties ar diskriminacijos), tai apibrėžiama kaip marginalizacija (Berry, 2006). Asmuo gali pasirinkti vieną iš šių strategijų, bet taip pat gali turėti polinkį į kelias strategijas. Manoma, kad asmenys, kurie gali įsitraukti į integracijos strategiją ir susitapatinti su daugiau nei viena kultūra, pasiekia darnesnius tarpkultūrinius santykius ir geresnę asmeninę gerovę (Berry, Phinney, Sam, & Vedder, 2006). Taip pat, dažnai akultūracijos strategijos pasirinkimas priklauso nuo jau minėtos turimos galios, nes ne visi individai gali laisvai pasirinkti, kaip jie nori akultūruotis bei įsitraukti į tarpkultūrinius santykius. Be to, dažnai vieno asmens skirtingose gyvenimo srityse akultūracijos strategijos skiriasi. Tyrimuose randama, jog darbo srityje dažniau pasirenkama asimiliacijos, socialinėje srityje (kaip kalbama, kas valgoma, kaip rengiamasi) – integracijos, o šeimos ir bendruomenės srityse – separacijos strategijos (Berry & Sam, 2016).

Kaip ir kiekvienas modelis, Berry akultūracijos strategijos susilaukė pagrįstos kritikos. Nors teoriškai visos keturios akultūracijos strategijos (integracija, asimiliacija, separacija ir marginalizacija) turėtų būti pasiskirsčiusios populiacijoje tolygiai, mokslininkai, pasitelkę sudėtingesnius statistikos metodus (pvz., klasterinę analizę), negali išskirti visų keturių kategorijų arba išskiriami kitokie kategorijų potipiai (Rudmin, 2003). Be to, klausimų kelia marginalizacijos strategijos egzistavimas. Daugelis tyrimų neranda arba randa mažas žmonių grupes, kurios yra perėmusios marginalizacijos strategiją, o skalės, kuriomis bandoma išmatuoti marginalizacija, paprastai turi prastą patikimumą ir validumą, palyginus su kitų strategijų skalėmis (Schwartz, Unger, Zamboanga, & Szapocznik, 2010).

Taigi, akultūracija yra kompleksinis reiškinys, paveikiantis tiek grupės, tiek individo požiūrį bei elgesį, o keturios akultūracijos strategijos gali nusakyti grupės ar asmens siekį išlaikyti savąją kultūrą ir prisitaikyti prie naujosios.

1.2 Psichologinė sveikata

Pasak Jahoda (1953), psichologinę sveikatą galima apibrėžti trimis aspektais: pirmasis, kai asmuo sugeba dėl pagrįstų priežasčių jausti nuolatinį pasitenkinimą gyvenimu; antrasis, kai asmuo geba efektyviai panaudoti savo sprendimų priėmimo gebėjimus ir trečiasis, kai asmuo gali be iškraipymų suvokti savo aplinką. Šiame darbe psichologinės sveikatos apibrėžimas susideda iš labai panašių dviejų aspektų – aukšto pasitenkinimo gyvenimu ir mažų psichologinių problemų buvimu.

1.2.1 Psichologinės problemos

Kiekvienas žmogus bent kartą gyvenime gali patirti psichologinių problemų. Dažniausiai pasitaikantys – nerimo ir depresijos simptomai – visose amžiaus grupėse būna gretutiniai ir tarpusavyje susiję. Tai patvirtina metaanalizė, kurioje atskleista, jog nerimo simptomai gali numatyti vėlesnius depresijos simptomus, o depresijos simptomai – vėlesnius nerimo simptomus (Jacobson & Newman, 2017). Psichologines problemas gali sukelti įvairūs genetiniai (dalinis paveldimumas ir pažeidžiamumas, pvz., Smoller, 2016) ir aplinkos veiksniai, tokie kaip COVID-19 pandemija (Zavlis et al., 2022), įtempta darbo aplinka (Theorell et al., 2015), fizinės ligos (Fond et al., 2014) ar prasidėjęs karas (Close et al., 2016).

1.2.2 Pasitenkinimas gyvenimu

Per paskutinius dešimtmečius matomas didelis tyrėjų susidomėjimas subjektyvia gerove: per pastaruosius 25 metus šia tema buvo paskelbta daugiau nei 170 000 straipsnių ir knygų (Diener, Lucas, & Oishi, 2018). Subjektyvi gerovė yra plataus masto mokslinių interesų sritis, apimanti tris aspektus: individualias emocines reakcijas (teigiamas, tokias kaip džiaugsmas ir optimizmas, taip pat ir neigiamas, tokias kaip liūdesys ir pyktis), pasitenkinimą konkrečia sritimi (pvz., pasitenkinimą darbu) ir bendrą pasitenkinimo gyvenimu vertinimą. Skirtingai nuo individualių emocinių reakcijų, kurios yra trumpalaikės ir svyruojančios, pasitenkinimas konkrečia sritimi ir bendras pasitenkinimo gyvenimu vertinimas yra laikomi stabilesniais subjektyvios gerovės komponentais (Eid & Diener, 2004). Šiame darbe bus gilinamasi būtent į bendrą pasitenkinimo gyvenimu vertinimą, nes žmonės dažnai turi skirtingus ir unikalius „gero gyvenimo“ kriterijus, kurių nebūtų įmanoma pamatuoti, renkantis tik kelias pagrindines gyvenimo sritis, tokias kaip sveikata, darbas ar tarpasmeniniai santykiai.

Pasak Shin ir Johnson (1978), pasitenkinimas gyvenimu yra pažintinis sprendimo procesas, kurio metu asmuo vertina gyvenimo kokybę pagal savo unikalų kriterijų rinkinį. Pasitenkinimas gyvenimu yra vienas iš pagrindinių psichinės sveikatos rodiklių ir turi ryšį su įvairiais asmeniniais, psichologiniais, elgesio, socialiniais ir tarpasmeniniais aspektais. Tyrimai rodo, jog psichinė sveikata yra susijusi su pasitenkinimu gyvenimu, o ryšys išlieka net tada, kai atsižvelgiama ir į kitus veiksnius, tokius kaip pajamos, sveikata ir lytis (Lombardo, Jones, Wang, Shen, & Goldner, 2018). Ispanijoje vykdyto nacionalinio reprezentatyvaus tyrimo rezultatai parodė, kad nors fizinės ir psichologinės problemos turėjo įtakos pasitenkinimui gyvenimu, didesnis poveikis paprastai buvo psichologinės, o ne fizinės ligos atveju (Vazquez, Rahona, Gomez, Caballero, & Hervás, 2015).

Pasitenkinimo gyvenimu konstruktas taip pat susilaukė pagrįstos kritikos. Manoma, jog žmonės, vertindami savo pasitenkinimą gyvenimu, dažnai pasikliauja informacija, kuri šiuo metu yra lengvai pasiekama, pavyzdžiui, tai, kas vyksta jų artimiausioje aplinkoje arba ką jie neseniai patyrė (Schwarz & Strack, 1999). Užuoat atidžiai galvoję apie visą savo gyvenimą, asmenys gali tiesiog galvoti, kas vyksta šiuo metu. Jeigu šis poveikis yra reikšmingas, tai gali reikšti, jog pačių asmenų savo pasitenkinimo gyvenimu vertinimas yra mažai patikimas. Tačiau Schimmack, Diener ir Oishi (2002) pateikė įrodymų, kad žmonės linkę nuosekliai pasikliauti ta pačia informacija, sprenddami apie savo pasitenkinimą gyvenimu. Bet, kai pasikeičia informacija, kurią asmuo naudoja vertindamas savo pasitenkinimą gyvenimu, pasikeičia ir jo pasitenkinimo gyvenimu lygis. Pavyzdžiui, jeigu gyvenime nutinka kažkas reikšmingo, tai gali turėti įtakos asmens pasitenkinimui gyvenimu, o įvykį išsprendus, pasitenkinimas savo gyvenimu grįžta į pradinį lygį.

Apibendrinus, psichologinę sveikatą galima įvardinti kaip mažų psichologinių problemų ir aukštu pasitenkinimo gyvenimu deriniu. Kiekvienas asmuo bent kartą gyvenime gali susidurti su įvairiomis psichologinėmis problemomis, o pasitenkinimą gyvenimu kiekvienas gali vertinti pagal savo unikalius kriterijus. Yra įrodyta, jog dažnai pasitaikantys depresijos ir nerimo simptomai gali būti susiję su tuo, kaip žmogus vertina savo gyvenimą.

1.3 Migrantų akultūracija ir psichologinė sveikata

Žmonės, kurie keičia savo gyvenamąją vietą yra vadinami migrantais. Berry (1997) migrantus apibūdina per tris dimensijas: savanoriškumą, mobilumą ir pastovumą. Savanoriškumas reiškia laisvą pasirinkimą migruoti, mobilumas parodo kultūrinės grupės sėslumą arba judėjimą, o pastovumas – kiek laiko užtrunkama akultūracijos procese. Šiuo atveju, migrantai yra žmonių grupė, kuri pati savanoriškai atvyksta į kitą vietą ir gana ilgam laikotarpiui įsitvirtina akultūracijos procese. Eurostato duomenimis, 2021 metais 1,4 milijono žmonių, anksčiau gyvenusių vienoje Europos Sąjungos

valstybėje narėje, persikėlė į kitą valstybę narę, o į ES atvyko 2,3 mln. asmenų iš ES nepriklausančių šalių – tai 18 proc. daugiau, palyginus su praėjusiais metais (Eurostat, 2023).

Migracijos metu įvykę įvairūs kultūriniai ir psichologiniai pokyčiai gali paveikti tokių asmenų savijautą bei adaptacijos eigą naujoje šalyje. Tyrimai rodo, jog migrantai teikia aiškią pirmenybę integracijos strategijai (Berry et al., 1989). Egzistuoja įvairių faktorių, dėl kurių asmuo pasirenka vieną arba kitą akultūracijos strategiją, kaip pavyzdžiui, demografinės charakteristikos (amžius atvykus į šalį, išsilavinimas, lytis), socioekonominis statusas, užimtumas, planai likti šalyje (Van de Vijver, Berry, & Celenk, 2016). Psichologinė migrantų sveikata yra aspektas, kuriam įtakos turi daugybė veiksnių, nes individai prisitaiko prie naujos kultūrinės ir socialinės aplinkos. Migracija dažnai sukelia didelį stresą dėl akultūracijos iššūkių, kalbos barjero ir poreikio kurti naujus socialinius ryšius. Dažnai migrantai gali susidurti su psichologinėmis problemomis, pavyzdžiui, pirmos kartos migrantai turi didesnę psichikos ligų (depresijos, potrauminio streso sutrikimo, nerimo) riziką (Close et al., 2016). Taip pat, asmenys, emigravę į kitą šalį, pasiekia aukštesnį pasitenkinimą gyvenimu nei būdami gimtojoje šalyje, bet ne tokį aukštą kaip vietiniai gyventojai (Hendriks, 2015).

1.3.1 Pabėgėlių akultūracija ir psichologinė sveikata

Akultūracijos stresą ir psichologinės sveikatos sunkumus patiria ir migrantai, kurie buvo priversti palikti savo šalį dėl persekiojimo, karinių konfliktų, smurto arba žmogaus teisių pažeidimų; dažniausiai jie vadinami pabėgėliais arba prieglobsčio prašytojais. Prieglobsčio prašytojai nuo pabėgėlių skiriasi tuo, jog jie yra pateikę prašymus pabėgėlio statusui gauti, bet dar nėra teisiškai pripažinti pabėgėliais (Auškalnytė, Višnevskia ir Grigaitė, 2023). Pagal Berry (1997) dimensijas, pabėgėliai arba prieglobsčio prašytojai yra nesavanoriškai atvykę asmenys, kurie akultūracijos procese yra laikinai. 2023 metais pasaulyje tokių asmenų buvo 110 milijonų (UNHCR, 2023), todėl tampa svarbu suprasti, kaip priverstiniai gyvenamosios vietos pokyčiai gali paveikti prisitaikymą naujoje šalyje. Dabar plačiai pripažįstama, kad dėl įvairių priežasčių pabėgėlių integracijos galimybės yra prastesnės nei kitų imigrantų. Dėl to karo pabėgėliai dažnai turi ribotą laiką pasiruošti migracijai, o tai dar labiau apsunkina priimančiųjų šalių nepasirengimas staigiam pabėgėlių antplūdžiui. Pabėgėliai dažnai patiria fizinės traumas ar psichikos sutrikimus dėl traumuojančių įvykių, susijusių su karu, persekiojimu ir pabėgimu. Taip pat jie susiduria su ribota socialine parama ir kitais svarbiais ištekliais priimančiojoje šalyje (Brücker, Kosyakova, & Vallizadeh, 2020).

Dėl patirtų sunkumų dažnai nukenčia jų psichologinė sveikata: tyrimų duomenimis, karo pabėgėliai dažnai patiria depresiją, potrauminio streso ir nerimo sutrikimus (Bogic, Njoku, & Priebe, 2015). Pabėgėlių ir prieglobsčio prašytojų tarpe potrauminio streso sutrikimo ir depresijos paplitimas

yra didesnis nei bendroje populiacijoje ir toks dažnis išlieka daugelį metų po persikėlimo (Blackmore et al., 2020). Paprastai pabėgėliai pirmenybę teikia integracijos ir asimiliacijos strategijoms (Brown, Zagefka, & Tip, 2016). Be to, karo pabėgėlių pasitenkinimas gyvenimu priklauso nuo šių aplinkybių: neaiškus teisinis statusas ir atsiskyrimas nuo šeimos yra susijęs su sumažėjusiu pasitenkinimu gyvenimu, o įsidarbinimas, bendravimas su priimančiosios visuomenės nariais ir geresni priimančiosios šalies kalbų įgūdžiai yra susiję su didesniu pasitenkinimo gyvenimu lygiu (Walther, Fuchs, Schupp, & Von Scheve, 2020). Vadinasi, geresnis prisitaikymas naujoje šalyje veda prie geresnės savijautos.

1.3.2 Migrantų ir pabėgėlių akultūracijos bei psichologinės sveikatos sąsajos

Kontaktas tarp dviejų ar daugiau kultūrų sukelia kultūrinius ir psichologinius pokyčius, todėl svarbu išsiaiškinti, kaip vyksta šie pokyčiai. Tyrėjai dažnai pabrėžia migrantų akultūracijos ir psichologinės sveikatos sąsajas. Vienoje metaanalizėje buvo nustatyta, jog akultūracija siejosi tiek su neigiama (depresija, nerimu, psichologiniu distresu, neigiamu afektu), tiek su teigiama (pasitikėjimu savimi, pasitenkinimu gyvenimu, teigiamu afektu) psichologine sveikata (Yoon et al., 2013). Integracijos strategijos priėmimas yra susijęs su migrantų aukštesniu pasitenkinimu gyvenimu ir geresne psichologine sveikata (Berry & Hou, 2019). O Green, King ir Fischer (2021) nustatė, jog ir pabėgėlių prisitaikymas naujoje kultūroje turėjo teigiamą ryšį su jų psichologine sveikata.

Egzistuoja ne tik akultūracijos strategijų ir psichologinės sveikatos sąsajos, bet ir poveikis viena kitai. Imigrantai iš Turkijos Nyderlanduose, besiremiantys integracijos strategija, turėjo žymiai mažesnę riziką susirgti depresija, palyginus su tais imigrantais, kurie taikė kitas tris akultūracijos strategijas (Ünlü Ince et al., 2014). Taip pat iraniečių akultūracija Kanadoje turi tiesioginį ryšį su pasitenkinimu gyvenimu (Moztarzadeh & O'Rourke, 2015). Tačiau kai kuriuose tyrimuose nerandama tiesioginio akultūracijos poveikio psichologinei imigrantų sveikatai, pavyzdžiui, pasitelkus šešių šalių jaunų imigrantų tiriamųjų duomenis, buvo padaryta išvada, kad akultūracijos strategijos veikia atsparumą, o atsparumas – jaunuolių psichologinę sveikatą, bet tiesioginės akultūracijos įtakos psichologinei sveikatai nėra (Wu et al., 2018).

Ryšys tarp migrantų pasitenkinimo gyvenimu ir psichologinių problemų yra sudėtingas, jam įtakos gali turėti individualių, socialinių ir aplinkos veiksnių derinys. Tyrėjai Brailovskaia, Schönfeld, Kochetkov ir Margraf (2019) yra įrodę, jog migrantų, atvykusių į Rusiją arba JAV, pasitenkinimas gyvenimu yra neigiamai susijęs su nerimo ir depresijos simptomais. Vadinasi, jei migrantas arba pabėgėlis jaučia didelį pasitenkinimą gyvenimu, jis turi mažai arba visai neturi nerimo ir depresijos

simptomų, arba atvirkščiai – jausdamas nerimą arba depresiją, migrantas ar pabėgėlis negali jaustis patenkintas savo gyvenimu.

1.4 Migrantų ir pabėgėlių užimtumo, finansinės padėties, gyvenimo trukmės ir ketinimų likti naujoje šalyje ypatumai

Dažnai su prisitaikymu naujoje šalyje sąsają turi migranto finansinė padėtis ir užimtumas, tačiau ne visuose tyrimuose ši prielaida patvirtinama. Migrantų ir pabėgėlių ekonominės galimybės būna mažesnės dėl ribotų darbo teisių bei įsidarbinimo galimybių. Tyrimuose pastebima, jog migrantai, turintys darbą, išlaiko tiek savąją kultūrą, tiek priima naują (pasirenka integracijos strategiją) (De Vroome & Verkuyten, 2014). Pasitenkinimas savo finansine padėtimi yra vienas iš bendro pasitenkinimo gyvenimu dedamųjų, todėl ir tyrimuose atsiskleidžia, jog pabėgėlių įsidarbinimas naujoje šalyje siejasi su aukštesniu jų pasitenkinimu gyvenimu (Walther et al., 2020). O bedarbiai prieglobsčio prašytojai turi daugiau nei du kartus didesnę tikimybę susirgti depresija; nedarbas prognozuoja simptomų sunkumą (Hocking, Kennedy, & Sundram, 2015). Bet kituose tyrimuose nėra randama sąsajų tarp akultūracijos strategijų ir užimtumo, pavyzdžiui, nėra rasta dirbančiųjų ir bedarbių albanų akultūracijos strategijų skirtumų Graikijoje (Papadopoulos, Karasavoglou, Geranis, & Violitzi, 2015). Taip pat kinų migrantų užimtumas JAV neturi sąsajų su depresijos simptomais (Fang, Handorf, Rao, Siu, & Tseng, 2021). Todėl lieka neaišku, ar gali migrantų ir pabėgėlių užimtumas naujoje šalyje sietis su akultūracija ir psichologine sveikata.

Randama nemažai sąsajų, kaip akultūracija siejasi su gyvenimo trukme migracijos šalyje ir noru likti ar grįžti į gimtinę. Manoma, jog kuo ilgiau migrantai gyvena priimančiojoje šalyje, tuo labiau jie renkasi asimiliacijos strategiją ir mažėja tikimybė, kad jie išlaikys savo tapatybę ir kultūrą (Lu, Samaratunge, & Härtel, 2016). Net 60 proc. tiriamųjų rumunų, perėmusių asimiliacijos strategiją, teigė, jog niekada nenori grįžti į savo gimtinę (Pantiru & Barley, 2014). Su tuo nesutinka tyrėjai Renzaho, Mansouri, Counted ir Polonsky (2022), kurių tyrime nebuvo rastas ryšys tarp akultūracijos strategijos priėmimo ir gyvenimo trukmės priimančiojoje šalyje. Migrantai, kurie planuoja pasilikti naujoje šalyje, dažniausiai palankiai žiūri į kultūrinę aplinką, kurioje gyvena (Anniste & Tammaru, 2014). Šia tema yra atlikta nemažai tyrimų su tarptautiniais studentais, pavyzdžiui, didesnė motyvacija akultūruotis reikšmingai numatė studentų prisitaikymą ir didesnius ketinimus siekti leidimo nuolat gyventi Kanadoje (Dentakos, Wintre, Chavoshi, & Wright, 2017). Be to, Lin ir Kingminghae (2017) nustatė, kad kuo studentas labiau prisirišęs prie savo kultūros ar gyvenimo būdo, tuo didesnė tikimybė, kad jis planuoja išvykti. Ir atvirkščiai, palankesnis požiūris į naują kultūrą turėjo teigiamą, nors ir mažėjantį poveikį planuojant pasilikti.

1.5 Imigrantai iš Ukrainos

Ukrainiečiai sudaro vieną didžiausių trečiųjų šalių piliečių grupių, gyvenančių ir dirbančių Europos Sąjungoje. Šios visuomenės migracija yra glaudžiai susijusi su geopolitiniais įvykiais Europoje. 1990 metais, pakėlus geležinę uždangą, Ukrainos piliečiams buvo suteikta teisė išvykti iš šalies ir grįžti – tai atvėrė naujas galimybes migracijos srityje. Per 33 nepriklausomybės metus Ukraina buvo audringų politinių ir socialinių permainų šalis, tai lėmė didelius migracijos srautus į Europą ir Rusiją. 2014 metais prasidėję kariniai veiksmai Ukrainos rytuose ir Luhansko bei Donecko sričių atsiskyrimas paskatino tiek ekonominę, tiek humanitarinę migraciją į užsienį arba į kitus saugesnius Ukrainos regionus (Fedyuk & Kindler, 2016). Dažniausios ukrainiečių migracijos paskirties šalys buvo Rusija, Turkija, Vokietija, Jungtinės Amerikos Valstijos, Kanada. 2022 metų vasario 24 dieną Rusijai užpuolus Ukrainą, padėtis vėl kardinaliai pasikeitė: milijonai ukrainiečių prieglobsčio nuo karo ieško įvairiose Europos šalyse, kaip pavyzdžiui, Lenkijoje (1,6 mln.), Čekijos Respublikoje (0,6 mln.), Bulgarijoje (0,2 mln.), Rumunijoje (0,2 mln.) ir Slovakijoje (0,1 mln.) (UNHCR, 2024).

Pastarąjį dešimtmetį Lietuvoje taip pat buvo pastebimas didėjantis imigrantų iš Ukrainos skaičius, dažniausia to priežastis – geriau apmokamo darbo paieškos. Vien 2020 metais į Lietuvą imigravo daugiau nei 9 tūkst., o 2021 metais – daugiau nei 6 tūkst. ukrainiečių (Valstybės duomenų agentūra, 2021). Nuo 2022 metų, prasidėjus karui Ukrainoje, į Lietuvą atvyko 85 tūkst. karo pabėgėlių iš Ukrainos (Valstybės duomenų agentūra, 2024). Imigrantų iš Ukrainos padėtis yra labai unikali: nors jie ir vadinami karo pabėgėliais, teisiškai pabėgėlio statusas jiems nėra suteikiamas. Lietuvoje, kaip ir kitose ES šalyse, ukrainiečiams yra išduodamas leidimas laikinai gyventi – taip jie gauna visas teises, kaip ir įprasti migrantai. Tačiau šis leidimas yra išduodamas laikinosios apsaugos pagrindu – tai atleidžia nuo prieglobsčio prašymo teikimo procedūros ir suteikia ukrainiečiams daugiau teisių nei prieglobsčio prašytojams: leidimą gyventi, galimybę rasti darbą, teisę į būstą, medicininę pagalbą, atidaryti banko sąskaitą ir vaikų galimybes mokytis (Europos Komisija, 2024). Šiame darbe yra analizuojami tiek tyrimai apie migrantus apskritai, tiek apie specifinę migrantų grupę – karo pabėgėlius, nes ukrainiečių padėtis neleidžia jų pilnai priskirti nei vienai nei kitai grupei. Kaip migrantai, jie gauna įvairias teises ir privilegijas, bet tuo pačiu jie yra ir karo pabėgėliai, nes priverstinai paliko savo šalį.

1.5.1 Imigrantų iš Ukrainos akultūracija ir psichologinė sveikata

Deja, bet dar nėra atlikta tyrimų, kurie nagrinėtų Ukrainos piliečių psichologinę sveikatą ir akultūraciją Lietuvoje, todėl šiame darbe yra remiamasi tyrimais, atliktais kitose šalyse. Pirmiausia,

didelė dalis ukrainiečių migrantų apsistoja kaimyninėje šalyje Lenkijoje – ukrainiečiai ten sudaro didžiausią imigrantų grupę (Bilewicz, Skrodzka, Olko, & Lewińska, 2021). Manoma, jog glaudus kultūrinis atstumas tarp lenkų ir ukrainiečių visuomenių, taip pat dažnos mišrios santuokos daugiausia lemia ukrainiečių asimiliaciją (Brzozowska & Grzymała-Kazłowska, 2014). Ištyrus ukrainiečius, gyvenančius Portugalijoje, buvo nustatyta, jog jie teikė pirmenybę integracijos strategijai (Neto, 2019) taip pat dažniausiai integraciją rinkosi ir ukrainiečiai studentai Lenkijoje (Roźnowski, 2023). Dabartiniame karo kontekste, tyrėjai palygino ukrainiečius, prisiglaudusius Lenkijoje ir Vengrijoje, ir padarė išvadą, jog karo pabėgėliai Lenkijoje demonstruoja stipresnes integracines tendencijas nei pabėgėliai Vengrijoje. Autoriai tai aiškina didesne socialine parama Lenkijoje bei lenkų ir ukrainiečių kalbų panašumu (Kovács, Csukonyi, Kovács, Liszka, & Walawender, 2023). Dėl šių priežasčių galima manyti, jog pasirenkama akultūracijos strategija gali priklausyti ir nuo šalies, kurioje yra gyvenama.

Mokslininkų bendruomenė yra susirūpinusi Ukrainos karo pabėgėlių psichologine sveikata šio karinio konflikto metu (Jaroszewicz, Grzymski, & Krępa, 2022). Tyrimų rezultatai rodo, kad Ukrainos karo pabėgėlių imtyje yra didelis psichikos sveikatos problemų paplitimas. Vienas iš anksčiausiai paskelbtų straipsnių, susijusių su Ukrainos pabėgėlių psichine sveikata, buvo tyrimas, pagrįstas 304 Vokietijoje apklaustų asmenų imtimi. Beveik pusė dalyvių (45 proc.) teigė turintys depresijos simptomų, o daugiau nei pusė (51 proc.) pranešė apie nerimo simptomus, susijusius su nervingumu, nerimu, įsitempimu ir nesugebėjimu sustabdyti ar kontroliuoti nerimo (Buchcik, Kovach, & Adedeji, 2023). Depresijos ir nerimo simptomų atsiradimą karo pabėgėlių imtyje patvirtina ir kitas tyrimas, kuriame ukrainiečiams, esantiems Lenkijoje, pasireiškė sunkūs depresijos ir nerimo simptomai (~30 proc. iš 623 asmenų) (Rizzi et al., 2022). Kitame tyrime Lenkijoje nerimo sutrikimai, depresija ir potrauminis streso sutrikimas buvo pastebėti net tarp $\frac{3}{4}$ respondentų (Długosz, 2023). Taigi, kiekviename tyrime randami vis kitokie psichikos sutrikimų simptomų paplitimo skaičiai nesuformuoja vieningo supratimo apie jų paplitimo mastą.

Dažnai žmonės, kuriuos ištinka tokie baisūs įvykiai kaip karas, pasižymi žema gyvenimo gerove. Pavyzdžiui, skalėje nuo 0 iki 10, gyvenančių Vokietijoje ukrainiečių pasitenkinimas gyvenimu buvo gerokai mažesnis (5,8) už Vokietijos gyventojų vidurkį (7,5) (Brücker et al., 2023). Taip pat gerovė siejasi ir su tokiais veiksniais kaip psichikos ligos, akultūracija, ekonominis statusas. Vienne tyrime apie ukrainiečius pabėgėlius buvo padaryta išvada, jog depresijos ir nerimo simptomai yra susiję su sumažėjusia gyvenimo kokybe (Buchcik et al., 2023). Kitame tyrime integracijos strategijos pasirinkimas turėjo teigiamą ryšį su Ukrainos studentų gerove (Roźnowski, 2023). Yra pastebimos sąsajos ir tarp pasitenkinimo savo gyvenimu ir ekonominio statuso – esant

didesniam finansinės padėties vertinimui, taip pat didesnis ir pasitenkinimas gyvenimu (Zhuk, Bilan, Brycz, & Brycz, 2023).

1.5.2 Imigrantų iš Ukrainos ketinimų likti naujoje šalyje ypatumai

Ketinimai įsikurti naujoje šalyje arba numatoma buvimo trukmė yra labai svarbus aspektas tiek migrantų akultūracijos nuostatomis, tiek jų psichologinei sveikatai. Ukrainos Razumkov centro (2022) atliktoje apklausoje 79 proc. ukrainiečių planavo grįžti į gimtinę. Visai kitokie rezultatai po metų atsispindi Europos Sąjungos pagrindinių teisių agentūros atliktoje internetinėje apklausoje dešimtyje Europos šalių – norinčiųjų grįžti į Ukrainą dalis (35 proc.) buvo panaši į tų, kurie norėtų likti priimančiojoje šalyje (38 proc.); beveik kas ketvirtas respondentas (23 proc.) dar nežinojo, ką darytų (FRA, 2023). Panašūs rezultatai gauti atlikus didelę reprezentatyvią apklausą Vokietijoje: apie 38 proc. asmenų planavo grįžti į Ukrainą, o 27 proc. žmonių dar nebuvo nusprendę, ar liktų Vokietijoje ar ne (Brücker et al., 2023). Taigi, besitęsiant karui, ukrainiečių ketinimai likti kitoje šalyje nuolat kinta.

1.6 Tikslas ir uždaviniai

Mokslininkai yra plačiai ištyrinėję įvairių migrantų grupių psichologinės sveikatos sąsajas su jų prisitaikymu naujose šalyse, bet unikali migrantų iš Ukrainos patirtis kelia naujų klausimų apie šių asmenų akultūraciją ir psichologinę sveikatą. Taip pat ukrainiečiai skirtingose šalyse jaučiasi ir adaptuojasi nevienodai, todėl tyrėjų gaunami rezultatai ne visada sutampa. Be to, dar labai trūksta tyrimų, kuriuose būtų tiriami Ukrainos karo pabėgėliai dabartinio karinio konflikto kontekste, ypač mūsų šalyje. Todėl nėra aišku, kaip dabar siejasi migrantų iš Ukrainos akultūracija, pasitenkinimas gyvenimu, psichologinės problemos ir įvairūs gyvenimo rodikliai būtent Lietuvoje.

Atsižvelgiant į šiuos aspektus, magistro **darbo tikslas** yra įvertinti imigrantų iš Ukrainos akultūracijos strategijų, psichologinės sveikatos (psichologinių problemų ir pasitenkinimo gyvenimu) ir gyvenimo Lietuvoje aspektus.

Darbo tikslui pasiekti buvo suformuluoti šie **uždaviniai**:

1. Įvertinti, ar (kaip) siejasi imigrantų iš Ukrainos akultūracijos strategijos, psichologinės problemos ir pasitenkinimas gyvenimu;
2. Nustatyti, ar imigrantų iš Ukrainos akultūracijos strategijos numato jų psichologinę sveikatą;
3. Palyginti skirtingą laikotarpį Lietuvoje gyvenančių imigrantų iš Ukrainos akultūracijos strategijas ir psichologinę sveikatą;

4. Palyginti skirtinga veikla Lietuvoje užsiimančių imigrantų iš Ukrainos akultūracijos strategijas ir psichologinę sveikatą;
5. Įvertinti, ar (kaip) imigrantų iš Ukrainos savo finansinės padėties vertinimas Lietuvoje siejasi su jų akultūracijos strategijomis ir psichologine sveikata;
6. Palyginti skirtingus planus likti Lietuvoje turinčių imigrantų iš Ukrainos akultūracijos strategijas ir psichologinę sveikatą;
7. Nustatyti, ar imigrantų iš Ukrainos psichologinė sveikata ir akultūracijos strategijos numato skirtingus planus likti Lietuvoje.

2. TYRIMO METODIKA

2.1 Tyrimo dalyviai

Tyrime dalyvavo 133 imigrantai iš Ukrainos. Buvo taikyta netikimybinė patogioji atranka, norint įtraukti kuo daugiau ukrainiečių, kurie gyvena įvairiose Lietuvos vietovėse. Klausimyną užpildė 117 moterų (88 proc.) ir 16 vyrų (12 proc.). Toks netolygus tiriamųjų pasiskirstymas pagal lytį įvyko dėl to, jog dauguma atvykusių į Lietuvą yra moterys su vaikais, o karinio amžiaus vyrai visuotinės mobilizacijos metu nėra išleidžiami iš šalies. Tyrime dalyvavo asmenys nuo 18 iki 67 metų, amžiaus vidurkis yra 34,57 metų (standartinis nuokrypis – 10,69). 108 (81,2 proc.) tyrimo dalyviai užpildė klausimyną rusų kalba, o 25 (18,8 proc.) – anglų kalba. Didžioji dauguma tyrimo dalyvių turėjo aukštąjį išsilavinimą (66,2 proc.), pasiskirstymas pagal išsilavinimą yra pateiktas 1 lentelėje.

1 lentelė. *Imigrantų iš Ukrainos pasiskirstymas pagal išsilavinimą*

	Išsilavinimas n (proc.)				
	Nebaigtas vidurinis	Vidurinis	Profesinis	Aukštesnysis	Aukštasis
Imigrantai iš Ukrainos	1 (0,8)	17 (12,8)	11 (8,3)	16 (12,0)	88 (66,2)

2.2 Tyrimo instrumentai

Tyrimo instrumentai (su autorių leidimais) yra gauti iš projekto „Abipusiai tarpkultūriniai santykiai pliuralistinėse visuomenėse“ (Mutual Intercultural Relations In Plural Societies; MIRIPS). Tai tarptautinis projektas, vykdomas 22 šalyse, kurio tikslas išsiaiškinti, ar kultūrinio saugumo, etnocentrizmo, hierarchijos ir abipusiškumo jausmai yra aptinkami tiek priimančiojoje, tiek imigrantų visuomenėse. Daugiau informacijos apie projektą galima rasti internetinėje svetainėje: <https://www.wgtn.ac.nz/cacr/research/mirips>

Akultūracijos nuostatų skalė (Acculturation Attitudes Scale; Berry, Kim, Power, Young, & Bujaki, 1989). Ji skirta įvertinti, kuri akultūracijos strategija (integracijos, separacijos, asimiliacijos ar marginalizacijos) labiausiai nusako asmens požiūrį į savosios kultūros išlaikymą ir prisitaikymą naujoje kultūroje. Tyrime buvo naudojamos dvi skalės versijos – anglų ir rusų kalba. Buvo gautas autorių leidimas naudoti tiek originalią anglų kalbos versiją, tiek išverstą ir adaptuotą rusų kalbos versiją. Į rusų kalbą skalę išvertė ir adaptavo tyrėjai Tatarko ir Lebedeva (2001). Nors skalė buvo adaptuota rusų kultūrai, ji taip pat yra naudojama ir ukrainiečių kultūrai tirti (pvz., Danyliuk &

Bogucharova, 2021; Danyliuk & Kurapov, 2016). Šio darbo autorė skalę pritaikė imigrantų iš Ukrainos, gyvenančių Lietuvoje, akultūracijos strategijoms nustatyti.

Skalė apima keturias pagrindines gyvenimo sritis: kultūrinės tradicijas, kalbą, visuomeninę veiklą ir draugus. Skalę sudaro 16 teiginių: 4 teiginiai skirti įvertinti Integracijos strategiją (pvz., *I prefer social activities which involve both Lithuanian members and Ukrainian members.*), 4 – Asimiliacijos strategijai (pvz., *Я считаю, что украинцы, живущие в Литве, должны усваивать литовские культурные традиции и не поддерживать собственные.*), 4 – Separacijos (pvz., *It is more important to me to be fluent in Ukrainian than in Lithuanian language*) ir paskutiniai 4 – Marginalizacijos strategijos įvertinimui (pvz., *Я предпочитаю не дружить ни с украинцами, ни с литовцами.*). Kiekvienas teiginys yra vertinamas balais nuo 1 („*Strongly disagree*“ / „*Абсолютно не согласен*“) iki 5 („*Strongly agree*“ / „*Абсолютно согласен*“). Akultūracijos strategijos įvertis gaunamas atskirai sudėjus kiekvienos akultūracijos strategijos teiginių balus ir padalinus iš teiginių skaičiaus (šiuo atveju 4). Minimalus konkrečios akultūracijos strategijos įvertis yra 1, o maksimalus – 5. Kuo didesnis konkrečios akultūracijos strategijos įvertis, tuo individas labiau remiasi šia strategija savo gyvenime.

Akultūracijos nuostatų skalės kūrėjai (Berry et al., 1989) nustatė gerą akultūracijos strategijų patikimumą: Asimiliacijos ir Marginalizacijos Cronbach α buvo lygi 0,87, Integracijos – 0,77, o Separacijos – 0,90. Tyrėjai, analizavę studentų, atvykusių į Kanadą, akultūracijos nuostatas, nustatė pakankamus Separacijos patikimumo įverčius (Cronbach α – 0,65) ir gerus Integracijos (Cronbach α – 0,71) bei Marginalizacijos (Cronbach α – 0,70) patikimumo įverčius, tačiau dėl per mažo Asimiliacijos patikimumo įverčio (Cronbach α – 0,53) ši strategija nebuvo toliau naudojama tyrime (Gui, Safdar, & Berry, 2016).

Skalės rusiška versija buvo naudota tyrimuose, atliktuose Azerbaidžane, Estijoje, Sakartvele, Kirgizijoje, Latvijoje, Lietuvoje, Norvegijoje, Rusijoje, Tadžikistane, Suomijoje ir Belgijoje. Skalės rusiškos versijos kūrėjai nustatė pakankamą Separacijos (Cronbach α – 0,65), Marginalizacijos (Cronbach α – 0,64), Integracijos (Cronbach α – 0,60) ir Asimiliacijos (Cronbach α – 0,61) strategijų patikimumo įverčius (Lebedeva & Tatarko, 2009). Ryabichenko (2017), tyrusi Lietuvoje gyvenančius rusus, nustatė gerus Integracijos (Cronbach α – 0,71) ir pakankamus Asimiliacijos (Cronbach α – 0,67) strategijų patikimumo įverčius. Nors tokie patikimumo įverčiai yra maži, bet dar yra tinkami naudoti tyrimuose (Pakalniškienė, 2012).

Šiame tyrime skalės teiginiai buvo pritaikyti matuoti imigrantų iš Ukrainos, gyvenančių Lietuvoje, akultūracijos strategijas, todėl buvo svarbu išsiaiškinti, kokiomis psichometrinėmis charakteristikomis pasižymi šio tyrimo matavimo instrumentas. Skalės struktūra vertinta skaičiuojant teiginių koreguotas koreliacijas su savo skalės suminiu įverčiu bei lyginant jas su tų pačių teiginių koreliacijomis su kitų skalių suminiais įverčiais. Toks struktūros vertinimo būdas pasirinktas todėl,

kad nėra galimybės atlikti faktorių analizės dėl duomenų nenormalaus pasiskirstymo. Skaičiuojant Integracijos ir Asimiliacijos subskales buvo nustatytos geros teiginių koreguotos koreliacijos su savo skalės suminiu įverčiu ($\geq 0,30$). Šios koreguotos teiginio – skalės suminio įverčio koreliacijos visais atvejais buvo didesnės už to paties teiginio – kitos skalės koreliacijas. Skaičiuojant Separacijos ir Marginalizacijos subskales buvo nustatytos mažesnės ($< 0,30$) teiginių koreguotos koreliacijos su savo skalės suminiu įverčiu, bei šios koreguotos teiginio – skalės suminio įverčio koreliacijos ne visais atvejais buvo didesnės už to paties teiginio – kitos skalės koreliacijas (žr. 1 priedą).

Akultūracijos nuostatų skalės įverčių patikimumas vertintas vidinio suderintumo būdu. Nustatytas geras Integracijos (Cronbach $\alpha = 0,75$) ir Asimiliacijos (Cronbach $\alpha = 0,73$) įverčių patikimumas. Bet taip pat nustatytas nepakankamas Separacijos (Cronbach $\alpha = 0,51$) ir Marginalizacijos (Cronbach $\alpha = 0,40$) įverčių patikimumas. Dėl per mažų teiginių koreguotų koreliacijų su savo skalės suminiu įverčiu ir nepakankamo patikimumo, šios subskalės nebuvo naudojamos rezultatų analizėje. Tai patvirtina kritikų nuomonę, jog marginalizacijos strategija turi prastą patikimumą ir validumą (Schwartz et al., 2010). Kituose tyrimuose irgi ne visada naudojamos visos keturios akultūracijos strategijos, pavyzdžiui, Grigoryev ir Berry (2017) savo darbe analizavo Integracijos, Separacijos ir Asimiliacijos strategijas, Berry, Galyapina, Lebedeva, Lepshokova ir Ryabichenko (2019) tyrė tik Integracijos ir Asimiliacijos, o Hui, Chen, Leung ir Berry (2015) savo tyrime nagrinėjo tik Integracijos strategiją.

Psichologinių problemų skalė (Psychological Problems Scale; Berry, Phinney, Sam, & Vedder, 2006). Ši skalė skirta nerimo ir depresijos simptomų įvertinimui. Tyrime buvo naudojamos dvi skalės versijos – anglų ir rusų kalba. Buvo gautas autorių leidimas naudoti tiek originalią anglų kalbos versiją, tiek išverstą ir adaptuotą rusų kalbos versiją. Į rusų kalbą skalę išvertė ir adaptavo tyrėjai Tatarko ir Lebedeva (2001).

Skalę sudaro 15 teiginių: 7 teiginiai skirti įvertinti nerimo simptomus (pvz., *I am worried about something bad happening to me*; Я беспокоюсь о том, что со мной может случиться что-то плохое), o kiti 8 teiginiai – depresijos simptomus (pvz., *I lose interest and pleasure in things which I usually enjoy*; Я потерял интерес к тому, чем раньше наслаждался). Kiekvienas teiginys yra vertinamas balais nuo 1 („Never“ / „Никогда“) iki 5 („All the time“ / „Всегда“). Bendras įvertis skaičiuojamas sudėjus visų teiginių įverčius ir padalinus iš teiginių skaičiaus (šiuo atveju 15). Minimalus Psichologinių problemų skalės įvertis yra 1, o maksimalus – 5. Kuo aukštesnis balas, tuo daugiau asmuo patiria psichologinių problemų.

Psichologinių problemų skalės kūrėjai (Berry et al., 2006) nustatė gerą bendrą skalės patikimumo įvertį (Cronbach $\alpha = 0,88$). Taip pat nustatytas geras rusiškos skalės versijos patikimumo įvertis: nerimo simptomų subskalėje Cronbach α siekė 0,85, o depresijos simptomų subskalėje – 0,75 (Lebedeva & Tatarko, 2009).

Buvo svarbu išsiaiškinti, kokiomis psichometrinėmis charakteristikomis pasižymi šio tyrimo matavimo instrumentas. Pirmiausia buvo atlikta tiriamoji pagrindinių komponentų faktorių analizė su *Varimax* sukiniu, kuri išskyrė tris faktorius, bet peržvelgus nuobiros diagramą, buvo aiškiai matomas tik vienas faktorius. Pakartojus analizę ir pasirinkus išskirti vieną faktorių, rezultatai parodė, jog duomenys analizei yra tinkami: KMO = 0,91, o Bartleto sferiškumo testo $p < 0,001$. Vienas faktorius paaiškino 49,5 proc. duomenų sklaidos. Teiginių svoriai svyravo nuo 0,48 iki 0,83 (žr. 3 priedą). Tokie rezultatai patvirtina vieno faktoriaus skalės struktūrą. Dauguma kitų tyrėjų taip pat neskirsto Psichologinių problemų skalės į subskales ir skaičiuoja bendrą įvertį (Pavlopoulos & Motti-Stefanidi, 2017; Musso, Inguglia, & Lo Coco, 2015). Psichologinių problemų skalės įverčių patikimumas vertintas vidinio suderintumo būdu. Nustatytas labai geras (Cronbach α – 0,93) skalės įverčių patikimumas.

Pasitenkinimo gyvenimu skalė (Satisfaction With Life Scale, SWLS; Diener, Emmons, Larsen, & Griffin, 1985). Ši skalė skirta įvertinti apibendrintą pasitenkinimą savo gyvenimu, kuris priklauso nuo kiekvienam žmogui unikalaus kriterijų rinkinio. Tyrime buvo naudojamos dvi skalės versijos – anglų ir rusų kalba. Skalė anglų kalba yra prieinama viešai ir gali būti naudojama tinkamai ją cituojant, o rusų kalbos versijos naudojimui buvo gautas autorių leidimas. Į rusų kalbą skalę išvertė ir adaptavo tyrėjai Tatarko ir Lebedeva (2001).

Skalę sudaro 5 teiginiai (pvz., *In most ways my life is close to my ideal*; *Во многом, моя жизнь близка к идеалу*). Siekiant dalyviams pateikti kuo panašesnes skales tiek anglų, tiek rusų kalba, buvo naudojama 5 balų teiginio vertinimo skalė, kurią sudarė Kobau, Snizek, Zack, Lucas ir Burns (2010), vietoje originalios 7 balų teiginio vertinimo skalės. Kiekvienas teiginys yra vertinamas balais nuo 1 („*Strongly disagree*“ / „*Абсолютно не согласен*“) iki 5 („*Strongly agree*“ / „*Абсолютно согласен*“). Bendras įvertis skaičiuojamas sudėjus visų teiginių įverčius ir padalinus iš teiginių skaičiaus (šiuo atveju 5). Minimalus pasitenkinimo gyvenimu įvertis yra 1, o maksimalus – 5. Aukšti balai rodo didesnę asmens pasitenkinimą gyvenimu.

Pasitenkinimo gyvenimu skalės kūrėjai (Diener et al., 1985), atlikę faktorių analizę, nustatė vieną faktorių, kuris paaiškino 66,0 proc. duomenų sklaidos, o faktorių svoriai kito tarp 0,61 ir 0,84. Be to, buvo nustatytas geras skalės patikimumo įvertis – Cronbach α siekė 0,87. Kobau ir kiti (2010) taip pat nustatė gerą skalės patikimumo įvertį (Cronbach α – 0,88). Be to, nustatytas geras rusiškos skalės versijos patikimumo įvertis (Cronbach α – 0,79) (Lebedeva & Tatarko, 2009).

Buvo svarbu išsiaiškinti, kokiomis psichometrinėmis charakteristikomis pasižymi šio tyrimo matavimo instrumentas. Pirmiausia buvo atlikta tiriamoji pagrindinių komponentų faktorių analizė. Rezultatai parodė, jog duomenys analizei buvo tinkami: KMO = 0,83, o Bartleto sferiškumo testo $p < 0,001$. Analizė išskyrė vieną faktorių, kuris paaiškino 60,1 proc. duomenų sklaidos. Teiginių svoriai svyravo nuo 0,72 iki 0,87 (žr. 2 priedą). Tokie rezultatai patvirtina vieno faktoriaus skalės struktūrą.

Toliau vidinio suderintumo būdu vertintas Pasitenkinimo gyvenimu skalės patikimumas ir nustatyta, jog skalės Cronbach α siekė 0,83, tai rodo gerą Pasitenkinimo gyvenimu skalės įverčių patikimumą.

Apibendrinus tiek klausimyno struktūros analizės, tiek patikimumo vertinimo rezultatus, galima manyti, jog šis klausimynas gali būti naudojamas imigrantų iš Ukrainos psichologinei sveikatai ir akultūracijai Lietuvoje matuoti.

Gyvenimas Lietuvoje. Tiriamųjų buvo klausama, kiek laiko jie gyvena Lietuvoje, kokia jų atvykimo priežastis, koks jų užimtumas bei ar planuoja pasilikti gyventi Lietuvoje (žr. 4 ir 5 priedus).

Demografiniai duomenys. Tiriamųjų buvo klausama apie jų amžių, lytį ir išsilavinimą.

2.3 Tyrimo eiga

Tyrimas vyko 2023 metų liepos – rugsėjo mėnesiais. Tiriamiesiems buvo pateiktos internetinės klausimyno formos anglų ir rusų kalba, dalyviai galėjo pasirinkti, kuria kalba norėtų pildyti klausimyną. Klausimynas ukrainiečių kalba nebuvo sukurtas, nes nebuvo rasta išverstų ir adaptuotų į ukrainiečių kalbą skalių, naudotų šiame tyrime. Dėl nepažįstamos kultūros, tyrėja nebandė atlikti skalių vertimų ir adaptacijos į ukrainiečių kalbą, todėl buvo nuspręsta duoti tiriamiesiems pasirinkimą iš dviejų kitų kalbų, kurias dažniausiai moka asmenys iš Ukrainos – rusų arba anglų. Sudarius abi klausimyno formas, buvo nuspręsta įvertinti, ar teiginių ir klausimų formuluotės yra pakankamai aiškos imigrantams iš Ukrainos. Tuo tikslu abi klausimyno formos buvo patikrintos dviejų imigrantų iš Ukrainos, neaiškumų nebuvo rasta.

Vykdant tyrimo dalyvių paiešką, pirmiausia buvo susisiepta su tyrėjos pažįstamais imigrantais iš Ukrainos, tada jų buvo prašoma pasidalinti klausimynu su savo pažįstamais ukrainiečiais, gyvenančiais Lietuvoje. Taip pat klausimynu tyrėja pasidalino socialiniuose tinkluose, kuriuose yra ukrainiečių, gyvenančių Lietuvoje, bendruomenių.

Klausimynai buvo pildomi tyrėjai nesant šalia, todėl tyrimo tikslai ir sutikimas dalyvauti buvo pateikti prieš klausimyno pildymą esančiame informuotame sutikime. Dalyviai galėjo išsiaiškinti tyrimo metu kilusius klausimus susisiekdami su tyrėja pateiktu el. paštu. Klausimyno pildymo trukmė siekė 10 minučių.

2.4 Duomenų analizė

Duomenų analizei buvo naudojama „IBM SPSS Statistics 26“ programa. Pirmiausia, buvo skaičiuojama aprašomoji statistika (vidurkiai ir standartiniai nuokrypiai). Vertinant darbe naudotų klausimynų psichometrinės charakteristikas, buvo skaičiuojamos teiginių koreguotos koreliacijos su savo skalės suminiu įverčiu arba atliekama tiriamoji pagrindinių komponentų faktorių analizė bei įvertintas skalių patikimumas vidinio suderintumo būdu (Cronbach α). Duomenų pasiskirstymo

normalumui įvertinti buvo naudojamas Kolmogorov–Smirnov testas, histograma, išskirčių buvimas / nebuvimas bei asimetrijos ir eksceso koeficientai. Kadangi Integracijos ir Asimiliacijos skalių duomenys pasiskirstę nenormaliai (Kolmogorov–Smirnov testų $p < 0,001$, histogramos nėra varpo formos, asimetrijos ir eksceso koeficientai viršija $\pm 0,8$, yra išskirčių), analizuojant buvo naudojami neparametriniai kriterijai. Psichologinių problemų ir Pasitenkinimo gyvenimu skalių duomenys buvo pasiskirstę normaliai (Kolmogorov–Smirnov testų $p > 0,05$, histogramos varpo formos, asimetrijos ir eksceso koeficientai neviršija $\pm 0,8$, nėra išskirčių), todėl analizuojant duomenis buvo naudojami parametriniai kriterijai.

Spearman koreliacijos koeficientas buvo naudojamas ryšio tarp imigrantų iš Ukrainos akultūracijos strategijų ir psichologinės sveikatos įvertinimui.

Pearson koreliacijos koeficientas buvo naudojamas ryšio tarp imigrantų iš Ukrainos psichologinių problemų ir pasitenkinimo gyvenimu įvertinimui.

Daugialypė tiesinė regresija buvo naudojama nustatyti imigrantų iš Ukrainos akultūracijos strategijų poveikį jų psichologinei sveikatai.

Kruskal–Wallis kriterijus naudotas palyginti skirtingą laikotarpį Lietuvoje gyvenančių imigrantų iš Ukrainos akultūracijos strategijas.

Vienfaktorinė dispersinė analizė (ANOVA) buvo naudojama palyginti skirtingą laikotarpį Lietuvoje gyvenančių imigrantų iš Ukrainos psichologinę sveikatą.

Kruskal–Wallis kriterijus naudotas palyginti studijuojančiųjų, dirbančiųjų ir bedarbių imigrantų iš Ukrainos akultūracijos strategijas.

Vienfaktorinė dispersinė analizė (ANOVA) buvo naudojama palyginti studijuojančiųjų, dirbančiųjų ir bedarbių imigrantų iš Ukrainos psichologinę sveikatą.

Spearman koreliacijos koeficientas buvo naudojamas įvertinti sąsajas tarp imigrantų iš Ukrainos savo finansinės padėties vertinimo ir akultūracijos strategijų.

Pearson koreliacijos koeficientas buvo naudojamas įvertinti sąsajas tarp imigrantų iš Ukrainos savo finansinės padėties vertinimo ir psichologinės sveikatos.

Kruskal–Wallis kriterijus naudotas palyginti planuojančių likti, nežinančių ir neplanuojančių likti Lietuvoje imigrantų iš Ukrainos akultūracijos strategijas.

Vienfaktorinė dispersinė analizė (ANOVA) buvo naudojama palyginti planuojančių likti, nežinančių ir neplanuojančių likti Lietuvoje imigrantų iš Ukrainos psichologinę sveikatą.

Daugialypė logistinė regresija buvo naudojama nustatyti imigrantų iš Ukrainos psichologinės sveikatos ir akultūracijos strategijų poveikį planavimui likti, nežinojimui arba planavimui nelikti Lietuvoje.

3. REZULTATAI

3.1 Imigrantų iš Ukrainos akultūracijos strategijos, psichologinės problemos ir pasitenkinimas gyvenimu

Dėl migracijos metu vykstančių fizinių, psichologinių ir kultūrinių pokyčių bei kontakto su nauja kultūra, žmogus pasirenka, kaip akultūruosis naujoje vietoje ir naujoje kultūroje. Pasirinkęs integracijos strategiją, asmuo sugeba išsaugoti savo kultūros dalį bei priimti naująją kultūrą, o pasirinkęs asimiliacijos strategiją, jis neišlaiko savo kultūrinio tapatumo ir siekia sąveikos tik su naująja kultūra (Berry, 2006). Su pokyčiais taip pat susijusi ir migranto psichologinė sveikata. Literatūroje teigiama, jog tiek savo noru šalį palikę imigrantai, tiek karo pabėgėliai, dažniau susiduria su psichologinėmis problemomis (Close et al., 2016; Bogic et al., 2015) bei turi sumažėjusį pasitenkinimą gyvenimu (Hendriks, 2015; Brücker et al., 2023). Tad norint išsiaiškinti, kaip siejasi imigrantų iš Ukrainos akultūracijos strategijos ir psichologinė sveikata su įvairiais gyvenimo aspektais Lietuvoje (gyvenimo trukme, užimtumu, finansinės padėties vertinimu, planavimu likti), pirmiausia svarbu žinoti, kokiomis akultūracijos strategijomis ir psichologine sveikata pasižymi šio tyrimo dalyviai (žr. 2 lentelę). Aprašomoji statistika rodo, kad imigrantai iš Ukrainos labiau remiasi integracijos nei asimiliacijos strategija ($Z = -9,96, p < 0,001$). Kadangi originalios Pasitenkinimo gyvenimu skalės teiginiai vertinami 7 balais, o šiame tyrime buvo naudojama 5 balų teiginio vertinimo versija, todėl pasirinktas toks pasitenkinimo gyvenimu kategorijų skirstymas: 1–2 balai reiškia, kad asmuo itin nepatenkintas / nepatenkintas gyvenimu; 2–3 balai reiškia šiek tiek žemiau vidutinio pasitenkinimo gyvenimu, surinkus 3–4 balus yra vidutiniškas pasitenkintas gyvenimu, o 4–5 balai reiškia, kad asmuo patenkintas / itin patenkintas gyvenimu (Diener, 2006). Šios imties pasitenkinimo gyvenimu vidurkis yra 2,88, todėl galima manyti, kad imigrantai iš Ukrainos pasižymi šiek tiek žemesniu nei vidutinis pasitenkinimu gyvenimu.

2 lentelė. *Skalių aprašomoji statistika*

Skalės	<i>M</i>	<i>SD</i>	<i>min</i>	<i>max</i>
Integracija	4,48	0,60	1,75	5,00
Asimiliacija	1,83	0,71	1,00	3,75
Psichologinės problemos	2,56	0,75	1,00	4,27
Pasitenkinimas gyvenimu	2,88	0,83	1,00	4,80

Pastaba: *M* – vidurkis, *SD* – standartinis nuokrypis, *min* – mažiausia reikšmė, *max* – didžiausia reikšmė, mažiausias galimas įvertis – 1, didžiausias galimas įvertis – 5.

3.2 Akultūracijos strategijų, psichologinių problemų ir pasitenkinimo gyvenimu sąsajos

Norint sužinoti, kaip siejasi imigrantų iš Ukrainos pasitenkinimas gyvenimu, psichologinės problemos ir akultūracija Lietuvoje, pirmiausia reikia išsiaiškinti, kokios yra jų atvykimo priežastys. Tyrimo dalyviams buvo pateiktas klausimas: “Kokia Jūsų atvykimo į Lietuvą priežastis?” su pasirinkimo variantais: 1) “Dirbti”, 2) “Mokytis”, 3) “Dėl karo Ukrainoje”, 4) “Aplankyti artimuosius”, 5) “Atvykau kaip turistas(-ė)” arba tiriamieji galėjo įrašyti savo priežastį. Imigrantų iš Ukrainos pasiskirstymas pagal atvykimo priežastį yra pateiktas 3 lentelėje. Išanalizavus atsakymus, buvo išskirta dar viena priežastis – 3 tyrimo dalyvės atsakė, jog atvyko į Lietuvą, nes sudarė santuoką su lietuviais. Didžioji dauguma (75,9 proc.) atvykėlių iš Ukrainos atvyko į Lietuvą dėl prasidėjusio karo Ukrainoje.

3 lentelė. *Imigrantų iš Ukrainos pasiskirstymas pagal atvykimo priežastį*

	Atvykimo priežastis n (proc.)				
	Dėl karo Ukrainoje	Studijuoti	Dirbti	Aplankyti artimuosius	Ištekėjo už lietuvio
Imigrantai iš Ukrainos	101 (75,9)	14 (10,5)	12 (9,0)	3 (2,3)	3 (2,3)

Dėl tiriamųjų grupės didelio heterogeniškumo (skirtingų atvykimo priežasčių), buvo svarbu išsiaiškinti, ar šios grupės nesiskiria akultūracijos strategijų pasireiškimu ir psichologine sveikata. Visų tyrimo dalyvių atsakymai buvo suskirstyti į dvi grupes: atvykusieji dėl karo Ukrainoje ($n = 101$) ir atvykusieji dėl kitų priežasčių ($n = 32$). Pasitelkus Mann–Whitney U testą nepriklausomoms imtims, nebuvo rasta reikšmingų integracijos ir asimiliacijos strategijų skirtumų tiek tarp karo pabėgėlių, tiek tarp atvykusiųjų dėl kitų priežasčių (žr. 4 lentelę).

4 lentelė. *Atvykusiųjų dėl karo ir dėl kitų priežasčių akultūracijos strategijų vidurkių skirtumai*

Skalės	Atvykę dėl karo ($n = 101$)	Atvykę dėl kitų priežasčių ($n = 32$)	U	Z	p
	Vidurkinis rangas	Vidurkinis rangas			
Integracija	65,43	71,97	1457,00	- 0,86	0,389
Asimiliacija	65,42	72,00	1456,00	- 0,85	0,395

Vertinant psichologinės sveikatos skirtumus tarp karo pabėgėlių ir atvykusiųjų dėl kitų priežasčių, buvo pasitelktas Stjudento t testas nepriklausomoms imtims. Nebuvo rasta reikšmingų psichologinių problemų ar pasitenkinimo gyvenimu skirtumų tarp karo pabėgėlių ir tarp atvykusiųjų dėl kitų priežasčių (žr. 5 lentelę). Vadinasi, dėl įvairių priežasčių atvykę į Lietuvą ukrainiečiai pasižymi panašiomis integracijos ir asimiliacijos strategijomis ir yra panašios psichologinės sveikatos, todėl tolesnėje rezultatų analizėje buvo nuspręsta apjungti šias dvi grupes į vieną.

5 lentelė. Atvykusiųjų dėl karo ir dėl kitų priežasčių psichologinių problemų ir pasitenkinimo gyvenimu vidurkių skirtumai

Skalės	Atvykę dėl karo (<i>n</i> = 101)	Atvykę dėl kitų priežasčių (<i>n</i> = 32)	<i>t</i>	<i>df</i>	<i>p</i>
	<i>M</i> (<i>SD</i>)	<i>M</i> (<i>SD</i>)			
Psichologinės problemos	2,61 (0,74)	2,38 (0,76)	1,52	131	0,132
Pasitenkinimas gyvenimu	2,80 (0,83)	3,11 (0,78)	- 1,89	131	0,061

Pastaba: *M* – vidurkis, *SD* – standartinis nuokrypis.

Toliau buvo svarbu išsiaiškinti, ar imigrantų iš Ukrainos akultūracijos strategijos (integracija ir asimiliacija) turi sąsajų su psichologinėmis problemomis ir pasitenkinimu gyvenimu. Pasitelkus Spearman koreliacijos koeficientą, rasta reikšminga maža teigiama sąsaja tarp integracijos ir pasitenkinimo gyvenimu ($r_s = 0,18$, $p < 0,05$). Taigi, ukrainiečiai, kurie labiau remiasi integracijos strategija, turi aukštesnį pasitenkinimą gyvenimu bei atvirkščiai, esant mažesniai integracijos strategijos priėmimui, žemas ir pasitenkinimas gyvenimu. Tolesnė analizė su Pearson koreliacijos koeficientu parodė, kad egzistuoja reikšminga vidutinio stiprumo neigiama sąsaja tarp psichologinių problemų ir pasitenkinimo gyvenimu ($r = - 0,38$, $p < 0,01$). Vadinasi, turint mažiau psichologinių problemų, imigrantų iš Ukrainos pasitenkinimas gyvenimu yra didesnis ir atvirkščiai, turint didesnių psichologinių problemų, imigrantų pasitenkinimas gyvenimu mažesnis. Daugiau reikšmingų ryšių nebuvo rasta (žr. 6 lentelę).

6 lentelė. Akultūracijos strategijų, psichologinių problemų ir pasitenkinimo gyvenimu koreliacijos koeficientai

Skalės	Integracija	Asimiliacija	Psichologinės problemos	Pasitenkinimas gyvenimu
Integracija	–			
Asimiliacija	- 0,11	–		
Psichologinės problemos	- 0,13	- 0,15	–	
Pasitenkinimas gyvenimu	0,18*	0,09	- 0,38**	–

Pastaba: * $p < 0,05$; ** $p < 0,01$.

3.3 Akultūracijos strategijų poveikis psichologinei sveikatai

Literatūroje minima, jog geresnis migrantų prisitaikymas naujoje šalyje veda prie geresnės savijautos, todėl yra svarbu išsiaiškinti, ar akultūracijos strategijos numato imigrantų iš Ukrainos psichologinę sveikatą. Šiame uždavinyje buvo naudojama daugialypė tiesinė regresija. Rezultatai parodė, jog nei integracijos ($\beta = - 0,10$, $p = 0,258$), nei asimiliacijos ($\beta = - 0,15$, $p = 0,088$) strategijos

neprognozuoja psichologinių problemų ($F = 1,92$, $p = 0,151$, $R^2 = 0,03$). Taip pat integracijos ($\beta = 0,13$, $p = 0,143$) ir asimiliacijos ($\beta = 0,09$, $p = 0,299$) strategijos neturi poveikio pasitenkinimui gyvenimu ($F = 1,47$, $p = 0,234$, $R^2 = 0,02$).

3.4 Skirtingą laikotarpį Lietuvoje gyvenančių imigrantų akultūracijos strategijų ir psichologinės sveikatos palyginimas

Norint sužinoti, ar gyvenimo trukmė Lietuvoje siejasi integracijos ir asimiliacijos strategijomis, psichologinėmis problemomis bei pasitenkinimu gyvenimu, pirmiausia reikia išsiaiškinti, kiek laiko imigrantai iš Ukrainos gyvena Lietuvoje. Tyrimo dalyviams buvo pateiktas klausimas: “Kaip ilgai Jūs gyvenate Lietuvoje?” su pasirinkimo variantais: 1) “Mažiau nei 3 mėnesius”, 2) “Nuo 3 mėnesių iki 1 metų”, 3) “Nuo 1 metų iki 2 metų”, 4) “Nuo 2 metų iki 5 metų”, 5) “Nuo 5 metų iki 10 metų” ir 6) “Daugiau nei 10 metų”. Iš 7 lentelėje pateiktų duomenų matyti, jog didžioji dalis tyrimo dalyvių gyvena Lietuvoje nuo 1 iki 2 metų (64,7 proc.). Toliau tiriamieji buvo suskirstyti į tris grupes: neseniai (iki 1 metų) į Lietuvą atvykusieji ($n = 26$), 1 – 2 metus gyvenantys ($n = 86$) ir ilgai (daugiau nei 2 metus) Lietuvoje gyvenantys ($n = 21$).

7 lentelė. *Imigrantų iš Ukrainos pasiskirstymas pagal gyvenimo trukmę Lietuvoje*

	Gyvenimo trukmė Lietuvoje n (proc.)					
	Mažiau nei 3 mėnesiai	Nuo 3 mėnesių iki 1 metų	Nuo 1 metų iki 2 metų	Nuo 2 metų iki 5 metų	Nuo 5 metų iki 10 metų	Daugiau nei 10 metų
Imigrantai iš Ukrainos	10 (7,5)	16 (12,0)	86 (64,7)	9 (6,8)	10 (7,5)	2 (1,5)

Vertinant, ar skirtingą laikotarpį Lietuvoje gyvenantys ukrainiečiai pasirenka vadovautis skirtingomis akultūracijos strategijomis, pasitelktas Kruskal–Wallis kriterijus. Rezultatai atskleidė, jog neseniai atvykę, 1 – 2 metus gyvenantys ir ilgai Lietuvoje gyvenantys imigrantai pasižymi panašia integracija ir asimiliacija (žr. 8 lentelę).

8 lentelė. *Skirtingą laikotarpį Lietuvoje gyvenančių imigrantų akultūracijos strategijų vidurkių skirtumai*

Skalės	Neseniai atvykusieji į Lietuvą ($n = 26$)	1 – 2 metus gyvenantys Lietuvoje ($n = 86$)	Ilgai gyvenantys Lietuvoje ($n = 21$)	X^2	df	p
	Vidurkinis rangas	Vidurkinis rangas	Vidurkinis rangas			
Integracija	70,75	64,12	74,14	1,53	2	0,465
Asimiliacija	61,40	67,31	72,64	1,03	2	0,599

Atliekant tolesnę analizę su vienfaktorine dispersine analize (ANOVA), buvo įvertinta, ar skiriasi migrantų, gyvenančių skirtingą laikotarpį Lietuvoje, psichologinė sveikata. Nors grupių dydžiai stipriai skiriasi, pasirinkta naudoti ANOVA kriterijų, nes grupių dispersijos yra lygios ir jose duomenys pasiskirstę normaliai. Nustatyta, kad tarp neseniai atvykusiųjų, 1 – 2 metus gyvenančių ir ilgai gyvenančių Lietuvoje nėra statistiškai reikšmingų skirtumų vertinant pasitenkinimą gyvenimu, bet rasta reikšmingų psichologinių problemų skirtumų tarp šių grupių (žr. 9 lentelę). *Post hoc* analizė atskleidė, jog reikšmingi skirtumai egzistuoja tarp 1 – 2 metus gyvenančių ir neseniai atvykusiųjų bei tarp 1 – 2 metus gyvenančių ir ilgai gyvenančių Lietuvoje. Taigi, imigrantai iš Ukrainos, gyvenantys Lietuvoje, pasižymi panašiu pasitenkinimu gyvenimu, bet gyvenantys 1 – 2 metus patiria daugiau psichologinių problemų nei neseniai atvykę ar ilgai gyvenantys Lietuvoje.

9 lentelė. *Skirtingą laikotarpį Lietuvoje gyvenančių imigrantų psichologinių problemų ir pasitenkinimo gyvenimu vidurkių skirtumai*

	Neseniai atvykusieji į Lietuvą (<i>n</i> = 26)	1 – 2 metus gyvenantys Lietuvoje (<i>n</i> = 86)	Ilgai gyvenantys Lietuvoje (<i>n</i> = 21)			
Skalės	<i>M</i> (<i>SD</i>)	<i>M</i> (<i>SD</i>)	<i>M</i> (<i>SD</i>)	<i>F</i>	<i>df</i>	<i>p</i>
Psichologinės problemos	2,35 (0,84)	2,68 (0,70)	2,28 (0,73)	3,72	2	0,027
Pasitenkinimas gyvenimu	3,05 (0,87)	2,76 (0,79)	3,15 (0,88)	2,58	2	0,080

Pastaba: *M* – vidurkis, *SD* – standartinis nuokrypis. Statistiškai reikšmingi skirtumai pažymėti paryškintu šriftu.

3.5 Skirtinga veikla Lietuvoje užsiimančių imigrantų akultūracijos strategijų ir psichologinės sveikatos palyginimas

Ketvirtuoju tyrimo uždaviniu siekta palyginti skirtinga veikla Lietuvoje užsiimančių imigrantų iš Ukrainos akultūracijos strategijas ir psichologinę sveikatą. Pirma, yra svarbu išnagrinėti, kuo užsiima ukrainiečiai Lietuvoje. Iš 10 lentelės matyti, jog daugiau nei pusė tyrimo dalyvių (61,7 proc.) yra dirbantys, o penktadalis (20,3 proc.) – bedarbiai. Kai kurie tyrimo dalyviai žymėjo, jog tyrimo metu ir studijavo, ir dirbo / nedirbo (*n* = 3) – šie tiriamieji buvo prijungti prie studijuojančiųjų grupės (iš viso *n* = 22). Dėl per mažo pensininkų grupės dydžio (*n* = 2), šio uždavinio skaičiavimuose jie nebuvo naudojami.

10 lentelė. *Imigrantų iš Ukrainos pasiskirstymas pagal užimtumą Lietuvoje*

	Užimtumas Lietuvoje n (proc.)			
	Studijuoją	Dirba	Bedarbis (-ė)	Pensininkas (-ė)
Imigrantai iš Ukrainos	22 (16,5)	82 (61,7)	27 (20,3)	2 (1,5)

Vertinant studijuojančiųjų, dirbančiųjų ir bedarbių akulturacijos strategijų pasireiškimo skirtumus, buvo pasitelktas Kruskal–Wallis kriterijus. Nebuvo nustatyta statistiškai reikšmingų integracijos ar asimiliacijos skirtumų tarp šių grupių (žr. 11 lentelę). Vadinasi, studijuojantieji, dirbantieji ir bedarbiai imigrantai iš Ukrainos pasižymi panašiu integracijos ir asimiliacijos lygiu.

11 lentelė. *Studijuojančiųjų, dirbančiųjų ir bedarbių imigrantų akulturacijos strategijų vidurkių skirtumai*

Skalės	Studijuojantieji (n = 22)	Dirbantieji (n = 82)	Bedarbiai (n = 27)	X^2	df	p
	Vidurkinis rangas	Vidurkinis rangas	Vidurkinis rangas			
Integracija	66,07	61,63	79,20	4,61	2	0,100
Asimiliacija	62,25	68,29	62,11	0,81	2	0,666

Pasitelkus vienfaktorinę dispersinę analizę (ANOVA), buvo siekta įvertinti, ar skiriasi studijuojančiųjų, dirbančiųjų ir bedarbių ukrainiečių psichologinė sveikata. Nebuvo nustatytas statistiškai reikšmingas psichologinių problemų skirtumas tarp studijuojančiųjų ($M = 2,87$, $SD = 0,65$), dirbančiųjų ($M = 2,54$, $SD = 0,74$) ir bedarbių ($M = 2,45$, $SD = 0,77$) ($F = 2,26$, $df = 2$, $p = 0,109$). Taip pat nebuvo statistiškai reikšmingo pasitenkinimo gyvenimu skirtumo tarp studijuojančiųjų ($M = 3,00$, $SD = 0,82$), dirbančiųjų ($M = 2,88$, $SD = 0,84$) ir bedarbių ($M = 2,78$, $SD = 0,82$) tyrimo dalyvių ($F = 0,43$, $df = 2$, $p = 0,649$). Taigi, galima manyti, jog skirtinga veikla Lietuvoje užsiimantys imigrantai iš Ukrainos yra panašios psichologinės sveikatos.

3.6 Imigrantų finansinės padėties vertinimo sąsajos su psichologine sveikata ir akulturacijos strategijomis

Literatūroje minima, kad egzistuoja ryšys tarp migrantų ir pabėgėlių finansinės padėties, psichologinės sveikatos ir akulturacijos naujoje šalyje. Šiame darbe tyrimo dalyviai turėjo įvertinti savo finansinę padėtį Lietuvoje nuo 1 (visiškai nepatenkintas (–a)) iki 10 (visiškai patenkintas (+a)).

Pasitelkus Spearman koreliacijos koeficientą, buvo įvertintas ryšys tarp finansinės padėties vertinimo ir integracijos bei asimiliacijos strategijų. Nebuvo rasta statistiškai reikšmingų ryšių (žr. 12 lentelę), vadinasi, imigrantų iš Ukrainos finansinės padėties vertinimas nėra susijęs su tuo, kaip jie akultūruojasi naujoje šalyje.

Pasitelkus Pearson koreliacijos koeficientą, buvo įvertintos sąsajos tarp finansinės padėties vertinimo ir psichologinių problemų bei pasitenkinimo gyvenimu. Rasta reikšminga vidutinio stiprumo teigiama sąsaja tarp finansinės padėties vertinimo ir pasitenkinimo gyvenimu ($r = 0,30$, $p < 0,01$). Vadinasi, esant aukštesniam finansinės padėties vertinimui, pasitenkinimas gyvenimu irgi yra didesnis, bei atvirkščiai – esant didesniam pasitenkinimui gyvenimu, aukštesnis ir finansinės padėties vertinimas.

12 lentelė. *Akultūracijos strategijų, psichologinių problemų, pasitenkinimo gyvenimu ir finansinės padėties vertinimo koreliacijos koeficientai*

Skalės	Finansinės padėties vertinimas
Integracija	0,13
Asimiliacija	0,10
Psichologinės problemos	- 0,15
Pasitenkinimas gyvenimu	0,30**

Pastaba: ** $p < 0,01$

3.7 Skirtingus planus likti Lietuvoje turinčių imigrantų akultūracijos strategijų ir psichologinės sveikatos palyginimas

Literatūroje randama nemažai sąsajų, kaip psichologinė sveikata ir akultūracijos strategijos siejasi su noru likti migracijos šalyje ar grįžti į gimtinę. Tad šeštuoju tyrimo uždaviniu siekta palyginti skirtingus planus likti Lietuvoje turinčių imigrantų iš Ukrainos akultūracijos strategijas ir psichologinę sveikatą. Pirma, yra būtina išsiaiškinti, kokius ketinimus išreiškė šio tyrimo dalyviai. Iš 13 lentelės matyti, jog pusė ukrainiečių teigia, kad nežino, ar liktų gyventi Lietuvoje (50,4 proc.), trečdalis tyrimo dalyvių planuoja likti (32,3 proc.) ir tik šeštadalis neplanuoja pasilikti Lietuvoje (17,3 proc.).

13 lentelė. *Imigrantų iš Ukrainos pasiskirstymas pagal planavimą likti Lietuvoje*

	Užimtumas Lietuvoje <i>n</i> (proc.)		
	Planuoja likti Lietuvoje	Nežino, ar liks Lietuvoje	Neplanuoja likti Lietuvoje
Imigrantai iš Ukrainos	43 (32,3)	67 (50,4)	23 (17,3)

Vertinant tų imigrantų iš Ukrainos, kurie planuoja likti ar nelikti bei nežinančių, ar likti Lietuvoje, akultūracijos strategijų pasireiškimo skirtumus, buvo pasitelktas Kruskal–Wallis kriterijus. Analizuojant integracijos strategiją, nebuvo rasta statistiškai reikšmingų skirtumų, bet buvo nustatyta,

kad tarp skirtingus planus turinčių ukrainiečių yra statistiškai reikšmingų asimiliacijos skirtumų (žr. 14 lentelę). Tolesnė analizė su Mann–Whitney U kriterijumi nepriklausomoms imtims atskleidė, kad reikšmingi skirtumai egzistuoja tarp planuojančių likti (vidurkinis rangas = 39,23) ir neplanuojančių likti Lietuvoje (vidurkinis rangas = 22,78) ($U = 248,00$, $Z = -3,35$, $p = 0,001$), tarp planuojančių likti (vidurkinis rangas = 63,66) ir nežinančių (vidurkinis rangas = 50,26) ($U = 1089,50$, $Z = -2,17$, $p = 0,030$) bei tarp neplanuojančių likti (vidurkinis rangas = 35,20) ir nežinančių (vidurkinis rangas = 49,04) ($U = 533,50$, $Z = -2,23$, $p = 0,026$). Taigi, skirtingus planus likti turintys ukrainiečiai pasižymėjo panašia integracija, bet skirtinga asimiliacija: labiausiai asimiliacijos strategija rėmėsi planuojantys likti, kiek mažiau – nežinantys, o neplanuojantys likti Lietuvoje imigrantai mažiausiai rėmėsi asimiliacijos strategija.

14 lentelė. *Planuojančių likti, nežinančių ir neplanuojančių likti Lietuvoje imigrantų akultūracijos strategijų vidurkių skirtumai*

Skalės	Planuoja likti Lietuvoje ($n = 43$)	Nežino, ar liks Lietuvoje ($n = 67$)	Neplanuoja likti Lietuvoje ($n = 23$)	X^2	df	p
	Vidurkinis rangas	Vidurkinis rangas	Vidurkinis rangas			
Integracija	69,65	67,69	60,02	1,04	2	0,595
Asimiliacija	80,90	65,30	45,98	12,84	2	0,002

Pastaba: Statistiškai reikšmingi skirtumai pažymėti paryškintu šriftu.

Pasitelkus vienfaktorinę dispersinę analizę (ANOVA), buvo siekta įvertinti, ar skiriasi planuojančių likti, nežinančių ir neplanuojančių likti Lietuvoje imigrantų iš Ukrainos psichologinė sveikata. Iš 15 lentelėje pateiktų duomenų matyti, jog nebuvo nustatytas statistiškai reikšmingas psichologinių problemų ir pasitenkinimo gyvenimu skirtumas tarp planuojančių likti, nežinančių ir neplanuojančių likti Lietuvoje. Vadinasi, skirtingus planus turintys ukrainiečiai pasižymi panašia psichologine sveikata.

15 lentelė. *Planuojančių likti, nežinančių ir neplanuojančių likti Lietuvoje imigrantų psichologinių problemų ir pasitenkinimo gyvenimu vidurkių skirtumai*

Skalės	Planuoja likti Lietuvoje ($n = 43$)	Nežino, ar liks Lietuvoje ($n = 67$)	Neplanuoja likti Lietuvoje ($n = 23$)	F	df	p
	$M (SD)$	$M (SD)$	$M (SD)$			
Psichologinės problemos	2,45 (0,74)	2,62 (0,74)	2,57 (0,82)	0,73	2	0,485
Pasitenkinimas gyvenimu	3,07 (0,82)	2,84 (0,86)	2,63 (0,70)	2,32	2	0,102

Pastaba: M – vidurkis, SD – standartinis nuokrypis.

3.8 Akultūracijos strategijų ir psichologinės sveikatos poveikis planavimui likti Lietuvoje

Vertinant akultūracijos strategijų ir psichologinės sveikatos poveikį planavimui likti, nežinojimui ar planavimui nelikti Lietuvoje, buvo atlikta daugialypė logistinė regresija. Modelis analizei buvo tinkamas: $X^2 = 20,51$, $df = 8$, $p = 0,009$, bendras duomenų sklaidos paaiškinimo procentas 14,3 – 16,5.

Rezultatai parodė, jog padidėjus asimiliacijai per vieną standartinį vienetą, padidėja tikimybė būti planuojančių likti grupėje, palyginus su neplanuojančių likti Lietuvoje grupe 4,89 karto ($OR = 4,89$, $p = 0,002$). Taip pat, padidėjus asimiliacijai per vieną standartinį vienetą, padidėja tikimybė būti nežinančių, ar likti, grupėje, palyginus su neplanuojančių likti Lietuvoje grupe 2,88 karto ($OR = 2,88$, $p = 0,026$). Nors šie ryšiai yra statistiškai reikšmingi, visgi jie paaiškina tik labai nedidelę duomenų sklaidos dalį. Taigi, didėjant imigrantų iš Ukrainos asimiliacijai, didėja tikimybė abejoti arba planuoti pasilikti, palyginus su neplanuojančiais likti Lietuvoje.

4. REZULTATŲ APTARIMAS

Migracijos metu vykstantys įvairūs fiziniai, kultūriniai ir psichologiniai pokyčiai, susidūrus dviems kultūroms, yra vadinami akultūracija, o akultūracijos strategijos yra pagrindinis psichologinės akultūracijos komponentas. Asmuo, kuris nori išsaugoti savo kultūrą ir siekia sąveikos su naująja, remiasi integracijos strategija, o asmuo, kuris neišsaugo savo kultūros dalies ir priima tik naująją kultūrą, remiasi asimiliacijos strategija. Migracijos pokyčiams paveiki ir migranto psichologinė sveikata: jie dažniau susiduria su nerimo ar depresijos simptomais bei mažesniu pasitenkinimu savo gyvenimu. Taip pat su migranto akultūracija ir psichologine sveikata siejasi tokie reiškiniai kaip gyvenimo trukmė naujoje šalyje, užimtumas, finansinė padėtis ir planai likti emigracijos šalyje. Tyrėjai yra plačiai išnaginę įvairių migrantų grupių psichologinės sveikatos sąsajas su jų prisitaikymu naujose šalyse, bet unikali migrantų iš Ukrainos patirtis kelia naujų klausimų apie šių asmenų akultūraciją ir psichologinę sveikatą. Todėl šiuo darbu buvo siekta įvertinti imigrantų iš Ukrainos akultūracijos strategijų, psichologinės sveikatos (psichologinių problemų ir pasitenkinimo gyvenimu) ir gyvenimo Lietuvoje aspektus. Rezultatai atskleidė, jog gyvenantys Lietuvoje ukrainiečiai labiau remiasi integracijos nei asimiliacijos strategija, taip pat pasižymi šiek tiek žemesniu nei vidutinis pasitenkinimu gyvenimu. Be to, didesnis imigrantų iš Ukrainos pasitenkinimas gyvenimu siejasi su didesniu integracijos strategijos priėmimu, mažesnėmis psichologinėmis problemomis ir geresniu finansinės padėties vertinimu. Taip pat, ukrainiečiai, gyvenantys Lietuvoje 1 – 2 metus patiria daugiausiai psichologinių problemų, o planuojantys likti Lietuvoje labiausiai remiasi asimiliacijos strategija.

Šiame tyrime įvertinta, jog imigrantai iš Ukrainos, gyvenantys Lietuvoje, labiau remiasi integracijos nei asimiliacijos strategija. Vadinasi, jie ne tik nori išsaugoti savo kultūrą (kultūrinės tradicijas, kalbą, visuomeninę veiklą ir draugus), bet ir priima naująją – lietuvišką kultūrą: naujas tradicijas, mokosi lietuvių kalbos, įsitraukia į bendruomenines veiklas ir susiranda lietuvių draugų. Pasak Berry ir kitų (1989), migrantai teikia pirmenybę integracijos strategijai, o ukrainiečiai, gyvenantys Portugalijoje ir Lenkijoje, taip pat dažniausiai renkasi remtis integracijos strategija (Neto, 2019; Rožnowski, 2023). Tai sutampa su šio tyrimo rezultatais.

Be to, buvo nustatyta, kad imigrantai iš Ukrainos pasižymi šiek tiek žemesniu nei vidutinis pasitenkinimu gyvenimu Lietuvoje. Žmonės, pasižymintys tokiu pasitenkinimu gyvenimu, paprastai turi nedidelių, bet reikšmingų problemų keliose savo gyvenimo srityse, arba turi daug sričių, kuriose sekasi gerai, tačiau vienoje srityje turi didelių problemų. Jei asmuo dėl kokių nors neseniai įvykusių įvykių laikinai perėjo į šį pasitenkinimo gyvenimu lygį iš aukštesnio lygio, laikui bėgant viskas paprastai pagerėja, o pasitenkinimas pakyla. Kita vertus, jei žmogus yra pastoviai šiek tiek nepatenkintas daugeliu gyvenimo sričių, jam vertėtų siekti tam tikrų pokyčių savo gyvenime (Diener,

2006). Galima manyti, jog pati ukrainiečių migracija tapo tuo įvykiu, kuris sumažino pasitenkinimo gyvenimu lygį. Migrantai gali pasiekti aukštesnį pasitenkinimą gyvenimu, atsikraustę į naują šalį, bet jis nebus toks aukštas kaip vietinių gyventojų, pavyzdžiui, Vokietijoje gyvenančių ukrainiečių pasitenkinimas gyvenimu buvo gerokai mažesnis už vokiečių (Brücker et al., 2023). Taip pat ir šiame tyrime nustatius imigrantų iš Ukrainos šiek tiek žemesnį nei vidutinis pasitenkinimą gyvenimu ir palyginus su lietuvių vidutiniu pasitenkinimu gyvenimu (Valstybės duomenų agentūra, 2023b), galima manyti, jog ukrainiečiai Lietuvoje pasiekia mažesnį pasitenkinimą gyvenimu nei lietuviai.

Vertinant imigrantų iš Ukrainos akultūracijos strategijų sąsajas su jų psichologine sveikata, buvo rasta, jog integracijos strategija turi teigiamą ryšį su pasitenkinimu gyvenimu. Vadinasi, ukrainiečiai, kurie siekia sąveikos su naująja kultūra, bet ir stengiasi išsaugoti savąją, turi aukštesnį pasitenkinimą gyvenimu bei atvirkščiai, esant mažesniai integracijos strategijos priėmimui, žemas ir pasitenkinimas gyvenimu. Tokias išvadas patvirtina ir kitų tyrėjų rezultatai, kuriuose imigrantų integracijos strategijos priėmimas yra susijęs su aukštesniu pasitenkinimu gyvenimu (Berry & Hou, 2019), o pabėgėlių prisitaikymas naujoje kultūroje turi teigiamą ryšį su jų psichologine sveikata (Green et al., 2021). Taip pat buvo rastas neigiamas ryšys tarp psichologinių problemų ir pasitenkinimo gyvenimu. Tai reiškia, kad esant didesniems depresijos ir nerimo simptomams pasitenkinimas gyvenimu yra mažas ir atvirkščiai, esant mažesnėms psichologinėms problemoms, pasitenkinimas gyvenimu didesnis. Brailovskaia ir kiti (2019) tyrėjai taip pat yra įrodę, jog migrantų pasitenkinimas gyvenimu yra neigiamai susijęs su nerimo ir depresijos simptomais.

Šiame tyrime buvo nustatyta, jog akultūracijos strategijos neturi poveikio imigrantų psichologinei sveikatai. Nors daugelis tyrimų randa akultūracijos daromą įtaką migrantų psichologinei sveikatai (Ünlü Ince et al., 2014; Moztarzadeh & O'Rourke, 2015), Wu ir kitų (2018) tyrime buvo padaryta išvada, jog polinkis į vieną iš akultūracijos strategijų neturi tiesioginės įtakos psichinei sveikatai, bet įrodyta, jog akultūracija prisidėjo prie psichologinės sveikatos skatindama atsparumą. Galima būtų svarstyti, kad ir šiame tyrime egzistuoja tarpininkas tarp akultūracijos strategijų ir psichologinės ukrainiečių sveikatos, o tiesioginio poveikio nėra.

Lyginant skirtingą laikotarpį Lietuvoje gyvenančių ukrainiečių akultūracijos strategijas, buvo nustatyta, jog neseniai atvykę (iki 1 metų), 1 – 2 metus gyvenantys ir ilgai (daugiau nei 2 metus) Lietuvoje gyvenantys imigrantai pasižymi panašia integracija ir asimiliacija. Literatūroje yra minima, kad kuo ilgiau migrantai gyvena priimančiojoje šalyje, tuo labiau jie renkasi asimiliacijos strategiją, tai reiškia, kad imigrantai atsisako savo kultūrinio tapatumo ir priima tik naująją kultūrą (Lu et al., 2016). Bet šiuo atveju šio tyrimo rezultatai sutampa su Renzaho ir kitų (2022) tyrimu, kuriame nebuvo rasta sąsajų tarp akultūracijos strategijų ir gyvenimo trukmės priimančiojoje šalyje. Taip pat buvo pastebėta, jog imigrantai iš Ukrainos, gyvenantys skirtingą laikotarpį Lietuvoje, pasižymi panašiu

pasitenkinimu gyvenimu, bet gyvenantys 1 – 2 metus patiria daugiau psichologinių problemų nei neseniai atvykę (iki 1 metų) ar ilgiau nei 2 metus gyvenantys Lietuvoje. Toks didesnis nerimo ir depresijos simptomų išreikštumas pas ukrainiečius, gyvenančius 1 – 2 metus Lietuvoje gali būti dėl to, jog ilgiau gyvenantys Lietuvoje ukrainiečiai yra atvykę prieš karą, todėl nebuvo tiesiogiai jo paveikti, o tyrimuose yra įrodyta, jog karo pabėgėliai susiduria su didesnėmis psichologinėmis problemomis nei kitų grupių migrantai (Brücker et al., 2020). Įdomu tai, kad 1 – 2 metus gyvenantys Lietuvoje patiria daugiau psichologinių problemų nei neseniai atvykę į Lietuvą. Galima būtų interpretuoti, jog dabar atvykstantieji yra labiau susipažinę su šalimi, į kurią atvyksta, jau turi čia gyvenančių pažįstamų ar giminaičių, kurie gali sumažinti nežinomybę, stresą ir palengvinti prisitaikymą Lietuvoje.

Nagrinėjant imigrantų iš Ukrainos užimtumą Lietuvoje buvo pastebėta, jog studijuojančių, dirbančių ir bedarbių ukrainiečių akultūracijos strategijos nesiskiria, taip pat jie pasižymi panašia psichologine sveikata. Tai nesutampa su kitų tyrėjų išvadomis, kuriose skelbiama, jog dirbantieji migrantai sugeba išlaikyti savo kultūrą ir priimti naująją (De Vroome & Verkuyten, 2014), o bedarbiai turi didesnę tikimybę patirti depresijos simptomus (Hocking et al., 2015). Tačiau šiuo atveju šio tyrimo rezultatai sutampa su tyrėjų išvadomis, kuriose taip pat nerandama akultūracijos strategijų skirtumų tarp dirbančiųjų ir bedarbių (Papadopoulos et al., 2015), o migrantų užimtumas nesisieja su depresijos simptomais (Fang et al., 2021).

Literatūroje minima, jog egzistuoja sąsajos tarp imigrantų iš Ukrainos ekonominio statuso ir pasitenkinimo savo gyvenimu (Zhuk et al., 2023). Taip pat ir šiame tyrime buvo nustatytas teigiamas ryšys tarp ukrainiečių finansinės padėties vertinimo ir pasitenkinimo gyvenimu. Vadinasi, esant aukštesniam finansinės padėties vertinimui, pasitenkinimas gyvenimu irgi yra didesnis bei atvirkščiai – esant mažesniam finansinės padėties vertinimui, mažesnis ir pasitenkinimas gyvenimu.

Tęsiantis karui Ukrainoje, imigrantų iš Ukrainos planai likti svetimose šalyje nuolat kinta. Karo pradžioje, didžioji dalis ukrainiečių (79 proc.) planavo grįžti į Ukrainą (Razumkov centras, 2022), vėliau atliktuose tyrimuose buvo nustatyta, jog tik apie trečdalis migrantų grįžtų į gimtinę, trečdalis – pasiliktų priimančioje šalyje, o ketvirtadalis – nebuvo apsisprendę (FRA, 2023; Brücker et al., 2023). Šie rezultatai nesutampa su tais, kurie gauti atliekant šį tyrimą: pusė ukrainiečių, gyvenančių Lietuvoje, teigia, kad nežino, ar liktų gyventi Lietuvoje, trečdalis tyrimo dalyvių planuoja likti ir tik šeštadalis neplanuoja pasilikti Lietuvoje. Galima interpretuoti, jog šie migrantų planai nuolat kinta ir nesutapimai priklauso nuo šalies, kurioje gyvena ukrainiečiai, jos teikiamos pagalbos, kultūrinio panašumo ir tuometinės karo padėties Ukrainoje.

Lyginant skirtingus planus likti Lietuvoje turinčių imigrantų iš Ukrainos akultūracijos strategijas, buvo nustatyta, jog labiausiai asimiliacijos strategija rėmėsi planuojantys likti, kiek

mažiau – nežinantys, ar pasiliks, o neplanuojantys likti Lietuvoje ukrainiečiai mažiausiai rėmėsi asimiliacijos strategija. Tai gali patvirtinti ir tyrimai: viename iš jų, dauguma migrantų, kurie buvo perėmę asimiliacijos strategiją, niekada nenorėjo grįžti į savo gimtąją šalį (Pantiru & Barley, 2014), o planuojantys pasilikti svetimose šalyse migrantai, palankiai žiūri į kultūrinę aplinką, kurioje gyvena (Anniste & Tammaru, 2014). Taip pat buvo įvertinta, jog didėjant imigrantų iš Ukrainos asimiliacijai, didėja tikimybė abejoti, ar pasilikti, arba planuoti pasilikti Lietuvoje, palyginus su tais, kurie neplanuoja likti Lietuvoje. Šio tyrimo rezultatai iš dalies sutampa su Lin ir Kingminghae (2017) išvadomis, jog palankesnis imigranto požiūris į naują kultūrą (asimiliacijos strategijos dedamoji) turėjo teigiamą poveikį planuojant pasilikti kitoje šalyje.

Šiame tyrime galima pastebėti keletą ribotumų. Reikėtų atkreipti dėmesį į tai, jog tiriamiesiems atrinkti buvo naudojama netikimybinė patogioji atranka bei tyrimo imtis nėra itin didelė – tai neleidžia generalizuoti rezultatų ir pritaikyti juos bendrai populiacijai. Taip pat, dėl per mažų patikimumo ir validumo rodiklių, į tyrimą nebuvo įtrauktos separacijos ir marginalizacijos strategijos, kurios galėjo prisidėti prie visuminio akultūracijos strategijų pasireiškimo imigrantų iš Ukrainos imtyje. Šiame tyrime dalyvavo neproporcingas moterų ir vyrų skaičius, kuris galėjo turėti įtakos rezultatams, todėl ateities tyrimuose būtų svarbu surinkti tolygų moterų ir vyrų skaičių. Be to, dėl per mažo skirtingą laikotarpį Lietuvoje gyvenančių imigrantų skaičiaus, tiriamieji buvo suskirstyti į tris netolygias grupes: gyvenantys iki metų, 1 – 2 metus gyvenantys ir ilgiau nei 2 metus gyvenantys. Ateities tyrimuose būtų teisinga surinkti didesnę skirtingą laikotarpį gyvenančių imigrantų grupių skaičių ir tolygiai juos atskirti skaičiavimuose. Kai kuriais atvejais buvo gauti rezultatai, esantys ties statistinio reikšmingumo riba (pavyzdžiui, atvykusiųjų dėl karo ir dėl kitų priežasčių pasitenkinimas savo gyvenimu). Galima spėti, jog ištyrus didesnę imtį, šie rezultatai taptų statistiškai reikšmingais, todėl ateities tyrimuose būtų prasminga atskirti atvykusius į Lietuvą karo metu ir atvykusius prieš karą bei palyginti šių grupių akultūraciją ir psichologinę sveikatą. Galiausiai, tolesniuose tarpkultūriniuose tyrimuose reikėtų naudoti būtent tai kultūrai pritaikytą klausimyną, šiuo atveju, neseniai adaptuotą ukrainiečių kultūrai MIRIPS projekto klausimyną (Andrushko, 2023), kuris buvo išleistas jau pradėjus šį tyrimą.

Atsižvelgus į šio atlikto tyrimo gautus rezultatus ir jų galimą praktinį pritaikymą, pirma būtų svarbu atkreipti dėmesį į tai, jog su nerimo ir depresijos simptomais susiduria ne tik tie imigrantai iš Ukrainos, kurie neseniai atvyko į Lietuvą, bet ir tie, kurie jau kurį laiką čia gyvena. Todėl svarbu suteikti psichologinę pagalbą ir ilgiau gyvenantiems Lietuvoje imigrantams, pavyzdžiui, nemokamas psichologo konsultacijas, organizuoti paramos grupes, kuriose būtų galima dalintis savo išgyvenimais su bendraminčiais. Besitęsiant karui, labai svarbus psichologinės pagalbos tęstinumas. Taip pat aktualu šviesti psichinės sveikatos specialistus ir visuomenę, kaip padėti atvykusiam migrantui, kokie

psichologinės pagalbos būdai yra tinkamiausi. Tam galima būtų rekomenduoti leidinį „Migrantų ir pabėgėlių psichikos sveikata“ (Auškalnytė ir kt., 2023).

Antra, šiame tyrime buvo nustatyta, kad imigrantai iš Ukrainos pasižymi šiek tiek žemesniu nei vidutinis pasitenkinimu gyvenimu, o didesnis pasitenkinimas gyvenimu siejasi su didesniu integracijos strategijos priėmimu, mažesnėmis psichologinėmis problemomis ir geresniu finansinės padėties vertinimu. Todėl kyla klausimas – kaip galima pakelti imigrantų iš Ukrainos pasitenkinimą gyvenimu? Kadangi pasitenkinimas gyvenimu susideda iš kiekvienam žmogui unikalaus kriterijų rinkinio, reikėtų atsižvelgti į kiekvieną migrantą atskirai. Pavyzdžiui, vienam ukrainiečiui būtų svarbu padėti susirasti darbą (tai padėtų pagerinti ir finansinę padėtį), kitam – padėti pasiekti sveikatos apsaugą teikiančias institucijas tiek dėl fizinių, tiek dėl psichologinių problemų, trečiam – padėti surasti bendraminčių, įtraukti į visuomenines veiklas ir taip skatinti socialinius ryšius, o ketvirtam – padėti išmokti lietuvių kalbą ir taip lengviau integruotis į naują kultūrą. Valstybė turėtų sudaryti palankias sąlygas dalyvauti švietimo, sveikatos apsaugos sistemose, darbo rinkoje ir įsitraukti į Lietuvos visuomenę.

Galiausiai, šio tyrimo rezultatai rodo, jog planuojantys likti Lietuvoje ukrainiečiai labiau remiasi asimiliacijos strategija už neapsisprendusius ir neplanuojančius likti. Sprendimas likti gali turėti teigiamą poveikį mūsų valstybei: didėjanti populiacija, ekonominis augimas, darbo vietų užpildymas taip pat tarp lietuvių ir ukrainiečių kuriami tarpkultūriniai ryšiai. Tačiau remiantis akultūracijos teorija, rekomenduotina skatinti integracijos strategijos priėmimą, kuri prisideda prie ukrainiečių kultūrinio identiteto išsaugojimo bei yra susijusi su geresne migrantų psichologine sveikata.

Apibendrinant galima teigti, jog šis tyrimas papildė esamus tyrimus apie migrantų akultūraciją ir psichologinę sveikatą bei prisideda prie ateities tyrimų apie ukrainiečių gyvenimą Lietuvoje. Rezultatai parodė, jog imigrantai iš Ukrainos labiau remiasi integracijos nei asimiliacijos strategija, taip pat pasižymi šiek tiek žemesniu nei vidutinis pasitenkinimu gyvenimu. Be to, buvo patvirtina prielaida, kad didesnis imigrantų iš Ukrainos pasitenkinimas gyvenimu siejasi su didesniu integracijos strategijos priėmimu, mažesnėmis psichologinėmis problemomis ir geresniu finansinės padėties vertinimu. Taip pat, ukrainiečiai, gyvenantys Lietuvoje 1 – 2 metus patiria daugiausiai psichologinių problemų, o planuojantys likti Lietuvoje labiausiai remiasi asimiliacijos strategija. Ateityje būtų galima tyrinėti, kaip skiriasi ukrainiečių, atvykusių prieš karą ir atvykusių karo metu, akultūracija Lietuvoje bei kokios jų psichologinės problemos ir pasitenkinimas gyvenimu. Šiuo metu Lietuvoje būtų labai svarbu užtikrinti psichologinės pagalbos tęstinumą karo pabėgėliams bei skatinti visų imigrantų iš Ukrainos pasitenkinimą gyvenimu.

IŠVADOS

1. Imigrantų iš Ukrainos pasitenkinimas gyvenimu siejasi su integracijos strategija: esant aukštesniam pasitenkinimui savo gyvenimu, labiau remiamasi integracijos strategija. Taip pat pasitenkinimas gyvenimu turi ryšių su psichologinėmis problemomis: esant aukštesniam pasitenkinimui gyvenimu, egzistuoja mažiau psichologinių problemų. Akultūracijos strategijos nėra susijusios su psichologinėmis problemomis, o asimiliacijos strategija nėra susijusi su pasitenkinimu gyvenimu.
2. Imigrantų iš Ukrainos akultūracijos strategijos neturi poveikio jų psichologinei sveikatai.
3. Skirtingą laikotarpį Lietuvoje gyvenantys ukrainiečiai panašiai remiasi tiek integracijos ir asimiliacijos strategijomis, tiek pasižymi panašiu pasitenkinimu gyvenimu, bet gyvenantys 1 – 2 metus Lietuvoje patiria daugiau psichologinių problemų nei neseniai atvykę ar ilgai gyvenantys Lietuvoje.
4. Studijuojantieji, dirbantieji ir bedarbiai imigrantai iš Ukrainos pasižymi panašiu integracijos ir asimiliacijos lygiu bei yra panašios psichologinės sveikatos.
5. Imigrantų iš Ukrainos finansinės padėties vertinimas nėra susijęs su tuo, kaip jie akultūruojasi naujoje šalyje bei kiek jie patiria psichologinių problemų, tačiau rasta sąsaja tarp finansinės padėties vertinimo ir pasitenkinimo gyvenimu: esant aukštesniam finansinės padėties vertinimui, pasitenkinimas gyvenimu irgi yra didesnis.
6. Skirtingus planus likti Lietuvoje turintys ukrainiečiai pasižymi panašia integracija, bet skirtinga asimiliacija: labiausiai asimiliacijos strategija remiasi planuojantys likti, kiek mažiau – nežinantys, o neplanuojantys likti Lietuvoje imigrantai mažiausiai remiasi asimiliacijos strategija. Skirtingus planus likti Lietuvoje turintys imigrantai iš Ukrainos pasižymi panašia psichologine sveikata.
7. Integracijos strategija ir psichologinė sveikata neturi poveikio planams likti Lietuvoje, bet didėjant imigrantų iš Ukrainos asimiliacijai, didėja tikimybė abejoti, ar pasilikti Lietuvoje (palyginus su neplanuojančiais likti) bei didėja tikimybė planuoti likti Lietuvoje (palyginus su neplanuojančiais likti).

LITERATŪRA

- Andrushko, Ya. (2023). Results of Adaptation of the Methodology for Studying the Acculturation of Migrants by J. Berry on the Ukrainian Sample. *Insight: The Psychological Dimensions of Society*, 10, 90–115. <https://doi.org/10.32999/2663-970X/2023-10-5>
- Anniste, K., & Tammaru, T. (2014). Ethnic differences in integration levels and return migration intentions: A study of Estonian migrants in Finland. *Demographic Research*, 30, 377–412. <https://www.jstor.org/stable/26348204>
- Auškalnytė, A., Višnevskā, M. ir Grigaitė, U. (2023). *Migrantų ir pabėgėlių psichikos sveikata*. VŠĮ „Psichikos sveikatos perspektyvos“. Paimta iš https://perspektyvos.org/wp-content/uploads/2023/10/migrantu-ir-pabegeliu-psichikos-sveikata_final.pdf
- Baraldsnes, D. (2012). *Tarptautinė ir tarpkultūrinė komunikacija. Vadovėlis*. Klaipėda: Socialinių mokslų kolegija.
- Berry, J. W. (1997). Immigration, acculturation, and adaptation. *Applied Psychology*, 46(1), 5–34. <https://doi.org/10.1111/j.1464-0597.1997.tb01087.x>
- Berry, J. W. (2006). Contexts of acculturation. In D. L. Sam & J. W. Berry (Eds.), *The Cambridge Handbook of Acculturation Psychology* (pp. 27–42). Cambridge: Cambridge University Press.
- Berry, J. W., & Hou, F. (2019). Multiple belongings and psychological well-being among immigrants and the second generation in Canada. *Canadian Journal of Behavioural Science/Revue canadienne des sciences du comportement*, 51(3), 159–170. <https://doi.org/10.1037/cbs0000130>
- Berry, J. W., & Sam, D. L. (2016). Theoretical perspectives. In D. L. Sam & J. W. Berry (Eds.), *The Cambridge Handbook of Acculturation Psychology* (pp. 11–29). Cambridge: Cambridge University Press. doi:10.1017/CBO9781316219218.003
- Berry, J. W., Galyapina, V. N., Lebedeva, N., Lepshokova, Z., & Ryabichenko, T. (2019). Intercultural relations in Georgia and Tajikistan: A post–conflict model. *Psychology. Journal of the Higher School of Economics*, 16(2), 232–249. doi:10.17323/1813-8918-2019-2-232-249
- Berry, J. W., Kim, U., Power, S., Young, M., & Bujaki, M. (1989). Acculturation attitudes in plural societies. *Applied Psychology*, 38(2), 185–206. <https://doi.org/10.1111/j.1464-0597.1989.tb01208.x>
- Berry, J. W., Phinney, J. S., Sam, D. L., & Vedder, P. (2006). Immigrant youth: Acculturation, identity, and adaptation. *Applied Psychology*, 55(3), 303–332. <https://doi.org/10.1111/j.1464-0597.2006.00256.x>

- Bilewicz, M., Skrodzka, M., Olko, J., & Lewińska, T. (2021). The double-edged sword of identification. The divergent effects of identification on acculturation stress among Ukrainian immigrants in Poland. *International Journal of Intercultural Relations*, 83, 177–186. <https://doi.org/10.1016/j.ijintrel.2021.06.009>
- Blackmore, R., Boyle, J. A., Fazel, M., Ranasinha, S., Gray, K. M., Fitzgerald, G., ... & Gibson-Helm, M. (2020). The prevalence of mental illness in refugees and asylum seekers: A systematic review and meta-analysis. *PLoS Medicine*, 17(9), 1–24. <https://doi.org/10.1371/journal.pmed.1003337>
- Bogic, M., Njoku, A., & Priebe, S. (2015). Long-term mental health of war-refugees: a systematic literature review. *BMC International Health and Human Rights*, 15(1), 1–41. doi:10.1186/s12914-015-0064-9
- Brailovskaia, J., Schönfeld, P., Kochetkov, Y., & Margraf, J. (2019). What does migration mean to us? USA and Russia: Relationship between migration, resilience, social support, happiness, life satisfaction, depression, anxiety and stress. *Current Psychology*, 38(2), 421–431. doi:10.1007/s12144-017-9627-3
- Brown, R., Zagefka, H., & Tip, L. (2016). Acculturation in the United Kingdom. In D. L. Sam & J. W. Berry (Eds.), *The Cambridge Handbook of Acculturation Psychology* (pp. 375–395). Cambridge: Cambridge University Press.
- Brücker, H., Ette, A., Grabka, M. M., Kosyakova, Y., Niehues, W., Rother, N., ... & Tanis, K. (2023). Ukrainian Refugees in Germany: Evidence From a Large Representative Survey. *Comparative Population Studies*, 48, 395–424. <https://doi.org/10.12765/CPoS-2023-16>.
- Brücker, H., Kosyakova, Y., & Vallizadeh, E. (2020). Has there been a “refugee crisis”? New insights on the recent refugee arrivals in Germany and their integration prospects. *SozW Soziale Welt*, 71(1–2), 24–53. <https://www.jstor.org/stable/27004992>
- Brzozowska, A., & Grzymała-Kazłowska, A. (2014). Procesy inkluzji migrantów a więzi i sieci społeczne wśród małżeństw mieszanych. [The process of inclusion of migrants versus ties and social networks of mixed marriages.]. *Acta Universitatis Lodzensis. Folia Sociologica*, 50, 69–87. Paimta iš <https://dspace.uni.lodz.pl/bitstream/handle/11089/6995/04brzozowska.pdf?sequence=1&isAllowed=y>
- Buchcik, J., Kovach, V., & Adedeji, A. (2023). Mental health outcomes and quality of life of Ukrainian refugees in Germany. *Health and Quality of Life Outcomes*, 21(1), 23–32. <https://doi.org/10.1186/s12955-023-02101-5>

- Close, C., Kouvonen, A., Bosqui, T., Patel, K., O'Reilly, D., & Donnelly, M. (2016). The mental health and wellbeing of first generation migrants: a systematic-narrative review of reviews. *Globalization and Health*, 12(1), 1–13. doi:10.1186/s12992-016-0187-3
- Danyliuk I. V., & Bogucharova O. I. (2021). The features of the acculturation strategies and socio-cultural adaptation of students migrated from eastern Ukraine. *Ukrainian Psychological Journal*, 1(15), 24–48. [https://doi.org/10.17721/upj.2021.1\(15\).2](https://doi.org/10.17721/upj.2021.1(15).2)
- Danyliuk, I. V., & Kurapov, A. (2016). Cultural Distance as a Factor Impacting the Choice of Acculturation Strategy. *Educational Researcher*, 9(2), 844–853. Paimta iš <https://nev.lt/BD0C>
- De Vroome, T., & Verkuyten, M. (2014). Labour market participation and immigrants' acculturation. In S. Otten, K. van der Zee, & M. B. Brewer (Eds.), *Towards inclusive organizations: Determinants of Successful Diversity Management at Work* (pp. 12–28). New York: Psychology Press.
- Dentakos, S., Wintre, M., Chavoshi, S., & Wright, L. (2017). Acculturation motivation in international student adjustment and permanent residency intentions: a mixed-methods approach. *Emerging Adulthood*, 5(1), 27–41. <https://doi.org/10.1177/2167696816643628>
- Diener, E. D. (2006). *Understanding Scores on the Satisfaction with Life Scale*. Paimta iš <http://labs.psychology.illinois.edu/~ediener/Documents/Understanding%20SWLS%20Scores.pdf>
- Diener, E. D., Emmons, R. A., Larsen, R. J., & Griffin, S. (1985). The satisfaction with life scale. *Journal of Personality Assessment*, 49(1), 71–75. https://doi.org/10.1207/s15327752jpa4901_13
- Diener, E. D., Lucas, R. E., & Oishi, S. (2018). Advances and open questions in the science of subjective well-being. *Collabra: Psychology*, 4(1), 1–49. <https://doi.org/10.1525/collabra.115>
- Długosz, P. (2023). War trauma and strategies for coping with stress among Ukrainian refugees staying in Poland. *Journal of Migration and Health*, 8, 1–7. <https://doi.org/10.1016/j.jmh.2023.100196>
- Eid, M., & Diener, E. (2004). Global judgments of subjective well-being: Situational variability and long-term stability. *Social Indicators Research*, 65, 245–277. <https://doi.org/10.1023/B:SOCI.0000003801.89195.bc>
- EMN Asylum and Migration Glossary (2024). Paimta iš https://home-affairs.ec.europa.eu/networks/european-migration-network-emn/emn-asylum-and-migration-glossary/glossary/civil-war-refugee_en
- Europos Komisija (2024). *Nuo karo Ukrainoje bėgantys asmenys. Jūsų teisės ES*. Paimta iš https://eu-solidarity-ukraine.ec.europa.eu/information-people-fleeing-war-ukraine/fleeing-ukraine-your-rights-eu_lt

- Eurostat (2023). *Migration and migrant population statistics*. Paimta iš https://ec.europa.eu/eurostat/statistics-explained/index.php?title=Migration_and_migrant_population_statistics
- Fang, C. Y., Handorf, E. A., Rao, A. D., Siu, P. T., & Tseng, M. (2021). Acculturative stress and depressive symptoms among Chinese immigrants: the role of gender and social support. *Journal of Racial and Ethnic Health Disparities*, 8, 1130–1138. <https://doi.org/10.1007/s40615-020-00869-6>
- Fedyuk, O., & Kindler, M. (2016). Migration of Ukrainians to the European Union: Background and key issues. In O. Fedyuk & M. Kindler (Eds.), *Ukrainian Migration to the European Union: Lessons from Migration Studies* (pp. 1–14). Berlin: Springer Nature.
- Fond, G., Loundou, A., Hamdani, N., Boukouaci, W., Dargel, A., Oliveira, J., ... & Boyer, L. (2014). Anxiety and depression comorbidities in irritable bowel syndrome (IBS): a systematic review and meta-analysis. *European Archives of Psychiatry and Clinical Neuroscience*, 264, 651–660. <https://doi.org/10.1007/s00406-014-0502-z>
- FRA; European Union Agency for Fundamental Rights (2023). *Fleeing Ukraine – Displaced people's experiences in the EU – Ukrainian survey 2022*. Luxembourg: Publications Office of the European Union. <https://data.europa.eu/doi/10.2811/39974>
- Graves, T. D. (1967). Psychological acculturation in a tri-ethnic community. *Southwestern Journal of Anthropology*, 23(4), 337–350. <https://www.jstor.org/stable/3629450>
- Green, M., King, E., & Fischer, F. (2021). Acculturation, social support and mental health outcomes among Syrian refugees in Germany. *Journal of Refugee Studies*, 34(2), 2421–2433. <https://doi.org/10.1093/jrs/fez095>
- Grigoryev, D., & Berry, J. W. (2017). Acculturation preferences, ethnic and religious identification and the socio-economic adaptation of Russian-speaking immigrants in Belgium. *Journal of Intercultural Communication Research*, 46(6), 537–557. <https://doi.org/10.1080/17475759.2017.1386122>
- Gui, Y., Safdar, S., & Berry, J. (2016). Mutual Intercultural Relations among University Students in Canada. *Frontiers: The Interdisciplinary Journal of Study Abroad*, 27, 17–32. Paimta iš <https://files.eric.ed.gov/fulltext/EJ1099466.pdf>
- Hendriks, M. (2015). The happiness of international migrants: A review of research findings. *Migration Studies*, 3(3), 343–369. <https://doi.org/10.1093/migration/mnu053>
- Hocking, D. C., Kennedy, G. A., & Sundram, S. (2015). Mental disorders in asylum seekers: the role of the refugee determination process and employment. *The Journal of Nervous and Mental Disease*, 203(1), 28–32. doi:10.1097/NMD.0000000000000230

- Hui, B. P. H., Chen, S. X., Leung, C. M., & Berry, J. W. (2015). Facilitating adaptation and intercultural contact: The role of integration and multicultural ideology in dominant and non-dominant groups. *International Journal of Intercultural Relations*, 45, 70–84. <https://doi.org/10.1016/j.ijintrel.2015.01.002>
- Yoon, E., Chang, C. T., Kim, S., Clawson, A., Cleary, S. E., Hansen, M., ... & Gomes, A. M. (2013). A meta-analysis of acculturation/enculturation and mental health. *Journal of Counseling Psychology*, 60(1), 15–30. <https://doi.org/10.1037/a0030652>
- Jacobson, N. C., & Newman, M. G. (2017). Anxiety and depression as bidirectional risk factors for one another: A meta-analysis of longitudinal studies. *Psychological Bulletin*, 143(11), 1155–1200. <https://doi.org/10.1037/bul0000111>
- Jahoda, M. (1953). The meaning of psychological health. *Social Casework*, 34(8), 349–354. <https://doi.org/10.1177/104438945303400805>
- Jaroszewicz, M., Grzymski, J., & Krępa, M. (2022). The Ukrainian refugee crisis demands new solutions. *Nature Human Behaviour*, 6(6), 750–750. <https://doi.org/10.1038/s41562-022-01361-3>
- Kobau, R., Snizek, J., Zack, M. M., Lucas, R. E., & Burns, A. (2010). Well-being assessment: An evaluation of well-being scales for public health and population estimates of well-being among US adults. *Applied Psychology: Health and Well-being*, 2(3), 272–297. <https://doi.org/10.1111/j.1758-0854.2010.01035.x>
- Kovács, J., Csukonyi, C., Kovács, K. E., Liszka, D., & Walawender, P. (2023). Integrative attitudes of Ukrainian war refugees in two neighboring European countries (Poland and Hungary) in connection with posttraumatic stress symptoms and social support. *Frontiers in Public Health*, 11, 1–9. <https://doi.org/10.3389/fpubh.2023.1256102>
- Lebedeva, N. M., & Tatarko, A. N. (2009). *Стратегии межкультурного взаимодействия мигрантов и населения России. [Strategies for intercultural interaction between migrants and the population of Russia.]*. Москва: RUDN.
- Lin, Y., & Kingminghae, W. (2017). Factors that influence stay intention of Thai international students following completion of degrees in China. *Asia Pacific Education Review*, 18(1), 13–22. <https://doi.org/10.1007/s12564-016-9465-2>
- Lombardo, P., Jones, W., Wang, L., Shen, X., & Goldner, E. M. (2018). The fundamental association between mental health and life satisfaction: results from successive waves of a Canadian national survey. *BMC Public Health*, 18(1), 1–9. <https://doi.org/10.1186/s12889-018-5235-x>

- Lu, Y., Samaratunge, R., & Härtel, C. E. (2016). Predictors of acculturation attitudes among professional Chinese immigrants in the Australian workplace. *Journal of Management & Organization*, 22(1), 49–67. doi:10.1017/jmo.2015.19
- Moztarzadeh, A., & O'Rourke, N. (2015). Psychological and sociocultural adaptation: Acculturation, depressive symptoms, and life satisfaction among older Iranian immigrants in Canada. *Clinical Gerontologist*, 38(2), 114–130. <https://doi.org/10.1080/07317115.2014.990601>
- Musso, P., Inguglia, C., & Lo Coco, A. (2015). Acculturation profiles and perceived discrimination: Associations with psychosocial well-being among Tunisian adolescents in Italy. *Social Inquiry into Well-being*, 1(1), 76–90. doi:10.13165/SIIW-15-1-1-06
- Neto, F. (2019). Intercultural relations among Ukrainian immigrants living in Portugal. *Universitas Psychologica*, 18(5), 1–11. <https://doi.org/10.11144/Javeriana.upsy18-5.irau>
- Pakalniškienė, V. (2012). *Tyrimo ir įvertinimo priemonių patikimumo ir validumo nustatymas. Metodinė priemonė*. Vilnius: Vilniaus universiteto leidykla.
- Pantiru, S. A., & Barley, R. (2014). The Acculturation Process of Romanian Immigrants in the UK. *Reinvention: An International Journal of Undergraduate Research*, 7(1), 1–1. Paimta iš <https://web.p.ebscohost.com/ehost/detail/detail?vid=1&sid=04dc8921-ea1d-4a30-b356-6c6ad656e6e9%40redis&bdata=JnNpdGU9ZWWhvc3QtbGl2ZQ%3d%3d#AN=97223654&db=asn>
- Papadopoulos, D. K., Karasavoglou, A., Geranis, C., & Violitzi, K. (2015). The effect of socio-demographic variables on acculturation of Albanian immigrants in Greece. *Procedia Economics and Finance*, 19, 154–166. [https://doi.org/10.1016/S2212-5671\(15\)00017-9](https://doi.org/10.1016/S2212-5671(15)00017-9)
- Pavlopoulos, V., & Motti-Stefanidi, F. (2017). Intercultural relations in Greece. In J. W. Berry (Eds.), *Mutual Intercultural Relations* (pp. 187–209). Cambridge: Cambridge University Press.
- Razumkov Centre (2022). *Ukrainian Refugees: Attitudes and Assessments*. Paimta iš <https://razumkov.org.ua/en/research-areas/surveys/ukrainian-refugees-attitudes-and-assessments-march-2022>
- Redfield, R., Linton, R., & Herskovits, M. J. (1936). Memorandum for the study of acculturation. *American Anthropologist*, 38(1), 149–152. <https://www.jstor.org/stable/662563>
- Renzaho, A. M., Mansouri, F., Counted, V., & Polonsky, M. (2022). The influence region of origin, area of residence prior to migration, religion, and perceived discrimination on acculturation strategies among sub-Saharan African migrants in Australia. *Journal of International Migration and Integration*, 23(1), 141–160. <https://doi.org/10.1007/s12134-021-00829-x>

- Ryabichenko, T. A. (2017). Русские в литовском контексте: проверка трех гипотез межкультурных отношений. [Russians in the Lithuanian context: testing the three hypotheses of intercultural relations.]. In N. M. Lebedeva (Eds.) *Межкультурные отношения на постсоветском пространстве [Intercultural relations in the post-Soviet space]* (pp. 324–341). Москва: Менеджер.
- Rizzi, D., Ciuffo, G., Sandoli, G., Mangiagalli, M., De Angelis, P., Scavuzzo, G., ... & Ionio, C. (2022). Running away from the war in Ukraine: the impact on mental health of internally displaced persons (IDPs) and refugees in transit in Poland. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 19(24), 1–12. <https://doi.org/10.3390/ijerph192416439>
- Rożnowski, B. (2023). Acculturation Strategies of Ukrainian Students Studying in Poland and Their Well-Being. *Journal for Perspectives of Economic Political and Social Integration*, 28(2), 41–66. <https://doi.org/10.18290/pepsi-2022-0007>
- Rudmin, F. W. (2003). Critical history of the acculturation psychology of assimilation, separation, integration, and marginalization. *Review of General Psychology*, 7(1), 3–37. <https://doi.org/10.1037/1089-2680.7.1.3>
- Schimmack, U., Diener, E., & Oishi, S. (2002). Life-satisfaction is a momentary judgment and a stable personality characteristic: The use of chronically accessible and stable sources. *Journal of Personality*, 70(3), 345–384. <https://doi.org/10.1111/1467-6494.05008>
- Schwartz, S. J., Unger, J. B., Zamboanga, B. L., & Szapocznik, J. (2010). Rethinking the concept of acculturation: implications for theory and research. *American Psychologist*, 65(4), 237–251. <https://doi.org/10.1037/a0019330>
- Schwarz, N., & Strack, F. (1999). Reports of subjective well-being: Judgmental processes and their methodological implications. In D. Kahneman, E. Diener, & N. Schwarz (Eds.), *Well-being: The foundations of hedonic psychology* (pp. 61–84). New York: Russell Sage Foundation.
- Shin, D. C., & Johnson, D. M. (1978). Avowed happiness as an overall assessment of the quality of life. *Social Indicators Research*, 5, 475–492. <https://doi.org/10.1007/BF00352944>
- Smoller, J. W. (2016). The genetics of stress-related disorders: PTSD, depression, and anxiety disorders. *Neuropsychopharmacology*, 41(1), 297–319. <https://doi.org/10.1038/npp.2015.266>
- Tatarko, A. N., & Lebedeva, N. M. (2001). *Методы этнической и кросскультурной психологии. [Methods of ethnic and cross-cultural psychology.]*. Москва: Высшая школа экономики.

- Theorell, T., Hammarström, A., Aronsson, G., Träskman Bendz, L., Grape, T., Hogstedt, C., ... & Hall, C. (2015). A systematic review including meta-analysis of work environment and depressive symptoms. *BMC Public Health*, 15(1), 1–14. <https://doi.org/10.1186/s12889-015-1954-4>
- UNHCR (2023). *Refugee statistics*. Paimta iš <https://www.unhcr.org/refugee-statistics/>
- UNHCR (2024). *Ukraine Refugee Situation*. Paimta iš <https://data.unhcr.org/en/situations/ukraine>
- Ünlü Ince, B., Fassaert, T., de Wit, M. A., Cuijpers, P., Smit, J., Ruwaard, J., & Riper, H. (2014). The relationship between acculturation strategies and depressive and anxiety disorders in Turkish migrants in the Netherlands. *BMC psychiatry*, 14, 1–11. <https://doi.org/10.1186/s12888-014-0252-5>
- Valstybės duomenų agentūra (2021). *Tarptautinė migracija*. Paimta iš <https://osp.stat.gov.lt/lietuvos-gyventojai-2021/gyventoju-migracija/tarptautine-migracija>
- Valstybės duomenų agentūra (2023a). *Lietuvos gyventojai (2023 m. leidimas). Tarptautinė migracija*. Paimta iš <https://osp.stat.gov.lt/lietuvos-gyventojai-2023/gyventoju-migracija/tarptautine-migracija>
- Valstybės duomenų agentūra (2023b). *Lietuvos gyventojų pajamos ir gyvenimo sąlygos (2023 m. leidimas). Pasitenkinimas gyvenimu*. Paimta iš <https://osp.stat.gov.lt/lietuvos-gyventoju-pajamos-ir-gyvenimo-salygos-2023/gyventoju-gyvenimo-kokybe/pasitenkinimas-gyvenimu>
- Valstybės duomenų agentūra (2024). *Karo pabėgėliai iš Ukrainos*. Paimta iš <https://osp.stat.gov.lt/ukraine-dashboards>
- Van de Vijver, F., Berry, J., & Celenk, O. (2016). Assessment of acculturation. In D. Sam & J. Berry (Eds.), *The Cambridge Handbook of Acculturation Psychology* (pp. 93–112). Cambridge: Cambridge University Press. doi:10.1017/CBO9781316219218.007
- Vazquez, C., Rahona, J. J., Gomez, D., Caballero, F. F., & Hervas, G. (2015). A national representative study of the relative impact of physical and psychological problems on life satisfaction. *Journal of Happiness Studies*, 16, 135–148. <https://doi.org/10.1007/s10902-014-9501-z>
- Walther, L., Fuchs, L. M., Schupp, J., & Von Scheve, C. (2020). Living conditions and the mental health and well-being of refugees: evidence from a large-scale German survey. *Journal of Immigrant and Minority Health*, 22, 903–913. <https://doi.org/10.1007/s10903-019-00968-5>
- Wu, Q., Ge, T., Emond, A., Foster, K., Gatt, J. M., Hadfield, K., ... & Woudes, T. A. (2018). Acculturation, resilience, and the mental health of migrant youth: a cross-country comparative study. *Public health*, 162, 63–70. <https://doi.org/10.1016/j.puhe.2018.05.006>
- Zavlis, O., Butter, S., Bennett, K., Hartman, T. K., Hyland, P., Mason, L., ... & Bentall, R. P. (2022). How does the COVID-19 pandemic impact on population mental health? A network analysis of COVID

influences on depression, anxiety and traumatic stress in the UK population. *Psychological Medicine*, 52(16), 3825–3833. doi:10.1017/S0033291721000635

Zhuk, Y., Bilan, S., Brycz, M., & Brycz, H. (2023). Economic status, emigration, and life satisfaction: strategies of acculturation among Belarusian and Ukrainian migrants in Poland before and during the war. *Economics & Sociology*, 16(4), 321–332. doi:10.14254/2071-789X.2023/16-4/16

PRIEDAI

1 Priedas. Akultūracijos nuostatų skalės teiginių koreguotos koreliacijos su skalių suminiais įverčiais

Skalės	Teig inio Nr.	Teiginio koreliacija su Integracijos skalės suminiu įverčiu	Teiginio koreliacija su Asimiliacijos skalės suminiu įverčiu	Teiginio koreliacija su Separacijos skalės suminiu įverčiu	Teiginio koreliacija su Marginalizacijos skalės suminiu įverčiu
Integracija	5	0,45	- 0,03	- 0,32	- 0,30
	9	0,64	- 0,17	- 0,26	- 0,27
	15	0,60	- 0,14	- 0,25	- 0,19
	16	0,61	- 0,15	-0,27	- 0,26
Asimiliacija	6	- 0,01	0,42	- 0,03	0,19
	10	- 0,18	0,52	0,01	0,21
	11	- 0,19	0,63	0,09	0,14
	12	- 0,04	0,50	- 0,22	0,07
Separacija	1	- 0,27	- 0,03	0,32	0,33
	4	- 0,37	0,20	0,28	0,43
	8	- 0,17	- 0,22	0,36	0,07
	14	- 0,20	0,19	0,31	0,02
Marginalizacija	2	- 0,36	0,16	0,27	0,25
	3	- 0,31	0,09	0,14	0,31
	7	- 0,09	0,23	0,23	0,18
	13	- 0,33	0,22	0,21	0,16

Pastaba. Paryškintu šriftu pažymėtos didžiausios teigiamos teiginio koreliacijos.

2 Priedas. Pasitenkinimo gyvenimu skalės pagrindinių komponentų faktorių analizės teiginių svoriai faktoriuje

Skalė	Teiginio Nr.	Teiginių svoriai faktoriuje
		1 faktorius
Pasitenkinimas gyvenimu	1	0,76
	2	0,72
	3	0,87
	4	0,78
	5	0,74

3 Priedas. Psichologinių problemų skalės pagrindinių komponentių faktorių analizės teiginių svoriai faktoriuje

Skalė	Teiginio Nr.	Teiginių svoriai faktoriuje
		1 faktorius
Psichologinės problemos	1	0,70
	2	0,54
	3	0,66
	4	0,48
	5	0,69
	6	0,77
	7	0,81
	8	0,75
	9	0,77
	10	0,68
	11	0,76
	12	0,70
	13	0,83
	14	0,73
	15	0,61

4 Priedas. Klausimų apie gyvenimo trukmę, užimtumą, finansinės padėties vertinimą ir ketinimą likti / nelikti Lietuvoje pavyzdžiai anglų kalba

How long have You been living in Lithuania?

- Less than 3 months
- From 3 months to 1 year
- From 1 year to 2 years
- From 2 years to 5 years
- From 5 years to 10 years
- More than 10 years

What is the reason for Your arrival in Lithuania?

- For work
- To study
- Because of the war in Ukraine
- To visit relatives
- I came as a tourist
- Enter: _____

What do You do in Lithuania?

- I am studying
- I am working
- I am unemployed
- I am retired

How would you rate your financial status in Lithuania? (When 1 - completely dissatisfied and 10 - completely satisfied)

Completely dissatisfied	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	Completely satisfied
----------------------------	---	---	---	---	---	---	---	---	---	----	-------------------------

Are You planning to stay in Lithuania?

- Yes
- No
- I don't know

5 Priedas. Klausimų apie gyvenimo trukmę, užimtumą, finansinės padėties vertinimą ir ketinimą likti / nelikti Lietuvoje pavyzdžiai rusų kalba

Как долго Вы живете в Литве?

- Менее 3 месяцев
- От 3 месяцев до 1 года
- От 1 года до 2 лет
- От 2 лет до 5 лет
- От 5 лет до 10 лет
- Более 10 лет

Какова причина Вашего приезда?

- Работать
- Учиться
- Из-за войны в Украине
- В гости к родственникам
- Я приехал(-а) как турист
- Укажите _____

Чем Вы занимаетесь в Литве?

- Учусь
- Работаю
- Я безработный(-ая)
- Я пенсионер

Как бы Вы оценили свое финансовое положение в Литве? (когда 1 - полностью не доволен и 10 - полностью доволен)

Полностью не доволен	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	Полностью доволен
-------------------------	---	---	---	---	---	---	---	---	---	----	----------------------

Планируете ли Вы остаться в Литве?

- Да
- Нет
- Не знаю