

Досвід мовного бар'єру: емоційні та соціально-психологічні аспекти

<https://doi.org/10.67242/conference-2026-53>

**Руслана Тимчук, студентка 1-го курсу магістратури, кафедра психології,
Зігмунд Фройд Університет Україна, Київ, Україна**

Вступ. З моменту вторгнення російської навали у 2014 та 2022 роках спостерігається масштабний міграційний потік українського населення до країн Європи, США та інших країн світу у пошуках безпеки (Ціт. за аналітичною запискою ЦЕС, 2025; OECD, 2026). Дослідження засвідчують, що під час адаптації мігранти стикаються з викликами через мовний бар'єр, який суттєво ускладнює отримання медичних та соціально-адміністративних послуг (O'Reilly et al., 2025; Urbanavičė et al., 2024), а також перешкоджає можливості пояснити свій психоемоційний стан фахівцю у сфері психічного здоров'я (Kriechel et al., 2026; Mazhak & Sudyn, 2025). Метою цього дослідження є вивчення досвіду мовного бар'єру та його суб'єктивних впливів на особистість українців під час війни. Методи. Дослідження було проведено як якісне, за допомогою розробленого анонімного онлайн-опитування у вересні 2025 року. Опитування складалося із соціодемографічного блоку та трьох відкритих питань, присвячених обставинам виникнення мовного бар'єру, змінам у самовідчутті та наслідкам цього досвіду. Вибірка складала 35 осіб (26 жінок, 9 чоловіків) віком від 23 до 69 років $M=44,7$, $SD=11$, $Me=1$). Зібрані відповіді аналізувалися за процедурою тематичного аналізу з подальшою формуванням підтем за ознаками. Результати. Тематичний аналіз дозволив виокремити низку ключових тем. Щодо обставин стикання з мовним бар'єром було виділено три основні теми: «Перебування за кордоном або в іншомовному середовищі» (виникає в подорожах чи еміграції), «Адміністративно-побутовий ситуативний бар'єр» (звернення до муніципальних чи медичних установ) та безпосередньо «Незнання мови». Аналіз змін у самовідчутті при спілкуванні іноземною мовою виявив такі теми: «Емоційно-негативний досвід мовного бар'єру» (базові негативні емоції: відчуття сорому, страху, жаху, жалю, суму; стани соціального дискомфорту: розгубленість, невпевненість, ніяковість, скутість, дискомфорт; фізіологічні та когнітивні прояви: напруга, вплив на фізичний стан, незнання, неосвіченість), «Переосмислення себе» (самоідентифікація та порівняння через я як...; принципове ставлення до мови; суб'єктивне самосприйняття через відчуття себе «молодшим» чи «нездатним висловитися») та «Пошук способів впоратися» (мотивація; власний спосіб спілкування, використання digital-рішень). Дослідження наслідків впливу мовного бар'єру продемонструвало три теми: «Мотиваційно-спонукальні орієнтири» (спонукає до вивчення мови, демонструє активно-прикладне вивчення мови, а також показує бажання вивчення мови у майбутньому,), «Рефлексивно-ідентифікаційні аспекти» (зміна погляду на себе, збільшення мовного досвіду, погляд на інших через принципове ставлення до мови) та «Інструментально-адаптивні стратегії» (використання digital-рішень, невербальної мови). Обговорення. Отримані результати розкривають типові емоційні переживання та винахідливість стратегій подолання мовного бар'єру українцями. Цей досвід стає складним психоемоційним викликом, що тригерує почуття власної невідповідності та викликає тривожно-депресивні стани в періоди міграційної адаптації та спроб отримання адміністративних та соціальних послуг, зокрема в системі охорони здоров'я.

Водночас стикання з мовним бар'єром під час інтеграції в іншомовне середовище стимулює позитивні ефекти саморефлексії: українці активно застосовують копінги, задіюють невербальну комунікацію та digital -рішення, що допомагає впоратися з адміністративно-побутовими ситуаціями. Висновки. Мовний бар'єр є значущим стрес-фактором для українців, що мігрували через війну, і супроводжується спектром негативних емоцій та кризою ідентичності під час спілкування не рідною мовою. Незважаючи на це, він слугує каталізатором для особистісних змін, спонукаючи до пошуку інструментально-адаптивних стратегій та формуючи мотивацію до подальшого вивчення іноземних мов задля успішної соціокультурної інтеграції. Література «Аналітичний звіт: Українські біженці після трьох років за кордоном. Четверта хвиля дослідження» (2025) Центр економічної стратегії (ЦЕС). Yalçın, G., & Yavuz, S. (2025). A Phenomenological Study on the Difficulties of Ukrainian Immigrants in Learning Languages. *International Journal of Contemporary Educational Research*, 12(2), 173-186. DOI: <https://doi.org/10.52380/ijcer.2025.12.2.818> O'Reilly, N., Smithwick, E., Murphy, E., & Jennings, A. A. (2025). The challenges experienced by Ukrainian refugees accessing General Practice: a descriptive cross-sectional study. *Family Practice*, 42(2), cmaf012 <https://doi.org/10.1093/fampra/cmaf012> Kraby, M. R., Toropchyna, M., Holtan, A., & Becker, F. (2025). Ukrainian war trauma patients abroad: the rehabilitation process in light of language barriers, cultural differences, war, and infection isolation. *Journal of Rehabilitation Medicine*, 57, 42929. doi: 10.2340/jrm.v57.42929 Urbanavičė, R., El Arab, R. A., Hendrixson, V., Austys, D., Jakavonytė-Akstinienė, A., Skvarčevskaja, M., & Istomina, N. (2024). Experiences and challenges of refugees from Ukraine in accessing healthcare and social services during their integration in Lithuania. *Frontiers in public health*, 12, 1411738. <https://doi.org/10.3389/fpubh.2024.1411738> Kovaitė, K., Kononets, M., Vynoslavska, O., & Šūmakaris, P. (2025). Creative communication in the socio-psychological context: driving and hindering factors of the acculturation of Ukrainian migrants. *Creativity Studies*, 18(1), 282-300. DOI: <https://doi.org/10.3846/cs.2025.23273> Kriechel, L., Milewski, N., & Bujard, M. (2026). The Affective Well-Being of Ukrainian Refugees in Germany: Evidence from Five Waves of Representative Panel Data. *Journal of Happiness Studies*, 27(1), 13. 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 Mazhak, I., & Sudyn, D. (2025). Mental Health of Ukrainian Female Forced Migrants in Ireland: A Socio-Ecological Model Approach. *Social Sciences*, 14(12), 714 Organisation for Economic Co-operation and Development. (2026). *Ukraine's strategic response to the displacement crisis*. OECD. 2