

**МІНІСТЕРСТВО ОСВІТИ І НАУКИ
УНІВЕРСИТЕТ МИТНОЇ СПРАВИ ТА ФІНАНСІВ**

Факультет управління
Кафедра психології

КВАЛІФІКАЦІЙНА РОБОТА БАКАЛАВРА
за першим (бакалаврським) рівнем вищої освіти

**«СОЦІАЛЬНО-ПСИХОЛОГІЧНІ ДЕТЕРМІНАНТИ АДАПТАЦІЇ
УКРАЇНСЬКИХ СТУДЕНТІВ ДО УМОВ ПРОЖИВАННЯ В КРАЇНАХ
ЄС»**

Спеціальність: 053 Психологія
Освітня програма: Психологія

ВИКОНАВ:

студент групи ПС22-2
Котова Марія Вячеславівна



КЕРІВНИК:

професор кафедри психології,
доктор політичних наук,
кандидат соціологічних наук, професор
Агарков О. А.

РЕЦЕНЗЕНТ:

Алла Іванівна Руденок, кандидат
психологічних наук, доцент, доцент
кафедри психології та педагогіки
Хмельницького національного
університету

ДОПУЩЕНО ДО ЗАХИСТУ:

В.о. завідувача кафедри психології
Скляньська Ольга Вадимівна

м. Дніпро
2026

АНОТАЦІЯ

Котова М. Соціально-психологічні детермінанти адаптації українських студентів до умов проживання в країнах ЄС.

У роботі аналізується вплив соціально-психологічних детермінант на успішність адаптації українських студентів у країнах ЄС. Виявляється взаємозв'язок між особистісними характеристиками, зокрема рівнем авторитаризму, сприйманою соціальною підтримкою та рівнем адаптованості індивіда. У процесі виконання роботи було визначено теоретико-методологічні основи дослідження соціально-психологічної адаптації, підібрано комплекс психодіагностичних методик, здійснено емпіричне дослідження та проаналізовано особливості взаємозв'язків між досліджуваними змінними.

Ключові слова: соціально-психологічна адаптація, особистісні характеристики, авторитаризм, соціальна підтримка, адаптованість.

SUMMARY

Kotova M. Socio-psychological determinants of adaptation of Ukrainian students to living conditions in EU countries.

The study analyzes the influence of socio-psychological determinants on the successful adaptation of Ukrainian students in EU countries. A relationship between personality characteristics, in particular the level of authoritarianism, perceived social support, and the level of individual adaptability is identified. The study defines the theoretical and methodological foundations of socio-psychological adaptation research, selects a set of psychodiagnostic methods, conducts an empirical investigation, and analyzes the relationships between the studied variables.

Keywords: socio-psychological adaptation, personality characteristics, authoritarianism, social support, adaptability.

ЗМІСТ

ВСТУП	4
РОЗДІЛ 1. ТЕОРЕТИЧНИЙ ФУНДАМЕНТ СОЦІАЛЬНО-ПСИХОЛОГІЧНОЇ АДАПТАЦІЇ	8
1.1. Концепція соціально-психологічної адаптації та її види	8
1.2. Моделі та структурні компоненти адаптації	11
1.3. Соціально-психологічні чинники успішності адаптаційного процесу	15
Висновок до розділу 1	23
РОЗДІЛ 2. ЕМПІРИЧНЕ ДОСЛІДЖЕННЯ ВЗАЄМОЗВ'ЯЗКУ СОЦІАЛЬНО-ПСИХОЛОГІЧНИХ ЧИННИКІВ ТА УСПІШНОСТІ АДАПТАЦІЙНОГО ПРОЦЕСУ	24
2.1. Методологія та організація дослідження	24
2.2. Результати емпіричного дослідження	28
Висновок до розділу 2	42
ВИСНОВОК	44
ПЕРЕЛІК ВИКОРИСТАНИХ ДЖЕРЕЛ	48
ДОДАТКИ	56

ВСТУП

Актуальність дослідження. У сучасних реаліях нашого життя, за умов нестабільності, постійного стресу, загальної соціальної напруженості та виснаження, викликаного повномасштабним російським вторгненням в Україну, у пошуках більшої стабільності та безпеки зовнішнього світу потік українських мігрантів до країн Європейського Союзу станом на 28.02.2026 складає 4,4 мільйона громадян [19]. Точні дані щодо кількості українських студентів серед мігрантів відсутні, що ускладнює їх точне виокремлення в межах загальної міграційної групи.

Міграція у своєму розумінні майже завжди передбачає необхідність адаптації, особливо при переїзді до іншої країни, що стає новим стресором для мігранта. Сам процес соціально-психологічної адаптації являє собою досить складне, багатоаспектне явище, яке включає в себе багаторівневе пристосування особистості в досі невідомому соціально-культурному середовищі. Так як цей процес не є пасивним, але вимагає активної участі індивіда в адаптаційному процесі шляхом психологічної переробки, а також можливої зміни власних поведінкових проявів, установок, розробки стратегій копінгу, що веде або до успішної адаптації, яка характеризується відновленням вихідного рівня психічного здоров'я або навіть його покращенням, або до дезадаптації, яка може проявлятися у вигляді стійких проблем із психічним здоров'ям.

З урахуванням вищевикладеного, розуміння цієї траєкторії ставить розуміння та вивчення факторів, що чинять головний вплив на успішність соціальної та психологічної адаптації українських студентів у новому соціокультурному середовищі, як актуальну тему в низці сучасних напрямів психології.

Об'єкт дослідження - соціально-психологічна адаптація українських студентів у країнах ЄС.

Предмет дослідження - соціально-психологічні детермінанти адаптації

українських студентів до умов проживання в країнах ЄС.

Гіпотеза дослідження - соціально-психологічна адаптація українських студентів у країнах Європейського Союзу пов'язана з індивідуальними та груповими чинниками, зокрема особистісними характеристиками, суб'єктивним сприйняттям культурної дистанції та рівнем сприйманої соціальної підтримки.

Завдання дослідження - для досягнення мети дослідження були поставлені такі завдання:

1. Проаналізувати теоретичні підходи до розуміння соціально-психологічної адаптації особистості.
2. Розглянути основні моделі та механізми соціально-психологічної адаптації.
3. Визначити основні детермінанти соціально-психологічної адаптації.
4. Обґрунтувати та описати методи, методики та організацію емпіричного дослідження.
5. Проаналізувати отримані результати, визначити обмеження дослідження та окреслити перспективи подальших досліджень.

Методика - короткий опитувальник особистості TIPI-UKR (Ten-Item Personality Inventory) для визначення особистісних характеристик відповідно до п'ятифакторної моделі; коротка шкала авторитаризму KSA-3 (Kurzskala Autoritarismus) для вимірювання рівня авторитарних установок; шкала культурної дистанції CDS (Cultural Distance Scale) для оцінки суб'єктивного сприйняття культурних відмінностей; багатовимірна шкала сприйманої соціальної підтримки MSPSS (Multidimensional Scale of Perceived Social Support); методика діагностики соціально-психологічної адаптації К. Роджерса та Р. Даймонда. Для виявлення взаємозв'язків між досліджуваними детермінантами та рівнем соціально-психологічної адаптації використовувався коефіцієнт рангової кореляції Спірмена при рівні статистичної значущості $p \leq 0,05$ ($\alpha = 0,05$).

Емпірична база. У дослідженні взяли участь 30 українських студентів, які перебувають у країнах Європейського Союзу. Дослідження проводилося в онлайн-форматі з використанням платформи Google Forms.

Теоретико-методологічна основа дослідження -

Теоретико-методологічну основу дослідження становлять положення теорій соціально-психологічної адаптації особистості, концепції п'ятифакторної моделі особистості, підходи до вивчення авторитаризму як особистісної характеристики, а також сучасні дослідження культурної дистанції та соціальної підтримки як чинників адаптації.

Теоретична значущість полягає в узагальненні та систематизації наукових підходів до вивчення соціально-психологічної адаптації особистості, а також у розширенні уявлень про роль індивідуальних і групових чинників у процесі адаптації українських студентів до умов нового соціокультурного середовища.

Наукова новизна дослідження полягає у виявленні особливостей взаємозв'язку між індивідуальними (особистісні характеристики, авторитаризм) та груповими (суб'єктивно сприймана культурна дистанція, соціальна підтримка) чинниками і рівнем соціально-психологічної адаптації українських студентів, які перебувають у країнах Європейського Союзу. Уточнено роль окремих особистісних характеристик та соціальних ресурсів у процесі адаптації до нового соціокультурного середовища.

Практична значущість дослідження полягає в можливості використання отриманих результатів для розроблення психологічних рекомендацій щодо підвищення рівня соціально-психологічної адаптації українських студентів у країнах Європейського Союзу. Результати дослідження можуть бути використані психологами, соціальними працівниками та освітніми установами для організації підтримки студентів у процесі адаптації до нового соціокультурного середовища.

Апробація роботи здійснювалася на міжнародній науково-практичній конференції: Котова М. В. Соціально-психологічні детермінанти адаптації

українських студентів у країнах ЄС. Цифрове суспільство: міжнародні економічні відносини, управління, фінанси та соціум: матеріали міжнародної науково-практичної конференції. Дніпро / Університет митної справи та фінансів, 2026. С. 251. [2]

Структура роботи зумовлена метою та завданнями дослідження. Робота складається зі вступу, двох розділів, висновків, списку використаних джерел (66) та додатків (2). Перший розділ присвячений теоретичному аналізу проблеми соціально-психологічної адаптації особистості. У другому розділі представлено результати емпіричного дослідження соціально-психологічної адаптації українських студентів у країнах Європейського Союзу. Загальний обсяг роботи становить 44 сторінок основного тексту, містить 2 таблиці і 3 рисунка.

РОЗДІЛ 1

ТЕОРЕТИЧНИЙ ФУНДАМЕНТ СОЦІАЛЬНО-ПСИХОЛОГІЧНОЇ АДАПТАЦІЇ

1.1. Концепція соціально-психологічної адаптації та її види

Починаючи з витоків, доцільним буде розглянути, що в загальному розумінні означає поняття «адаптація».

Термін «адаптація» має латинське походження (лат. *adaptare* - «пристосовувати») і спочатку використовувався в медицині та фізіології для опису пристосовувальних реакцій внутрішніх процесів на зовнішні стимули. У своїх працях Клод Бернар описував механізми підтримання стабільного стану організму за умов впливу зовнішніх факторів, заклавши основи уявлень про стабільність внутрішнього середовища організму (гомеостаз). Подальший розвиток цієї ідеї здійснив Уолтер Кеннон, увівши поняття «боротьби або втечі» («*fight-or-flight*»), розуміючи під цим фізіологічну адаптацію до стресових ситуацій. Найбільш відомим дослідником, який закріпив використання терміна «адаптація», є Ганс Сельє. Він ввів поняття загального адаптаційного синдрому (ЗАС) і визначав його як «суму всіх неспецифічних, системних реакцій організму, що виникають при тривалому впливі стресу» («...*the sum of all non-specific, systemic reactions of the body which ensue upon long continued exposure to stress.*») [51]. Ганс Сельє виділяв у ЗАС три стадії: стадія тривоги, стадія резистентності та стадію виснаження, звертаючи увагу на послідовність внутрішніх реакцій на зовнішні чинники [52]. Згодом, у першій половині XX століття термін «адаптація» увійшов до психології та почав активно використовуватись завдяки працям Ж. Піаже. Він розумів це поняття як «рівновагу між дією організму на середовище та навпаки» («...*an equilibrium between the action of the organism on the environment and vice versa.*») [44]. В сучасній психології це поняття визначають як динамічний процес пристосування особистості до вимог внутрішнього та зовнішнього

світу з метою збереження психічної рівноваги та можливості ефективно функціонувати, оминаючи внутрішній дискомфорт та конфлікти.

Повертаючись до поняття «соціально-психологічної адаптації», слід зазначити, що це ключове поняття в низці сучасних напрямів психології, яке охоплює одразу два рівні: психологічний, тобто внутрішні процеси індивіда, та соціальний - взаємодію з навколишнім середовищем. Тобто в даному контексті ми розглядаємо психологічну та соціальну адаптації одночасно.

Найбільш універсальним визначенням поняттю «психологічна адаптація» є розуміння цього як забезпечення відповідності внутрішніх психічних процесів особи її потребам та цілям.

Поняття «соціальна адаптація» можна розглянути з двох боків: з одного - це безперервний процес пристосування особистості до суспільних відносин, норм та традицій соціуму в якому вона живе; з іншого - це є результатом цього процесу як такого. Важливим моментом також є, що в цих відносинах людини та середовища обидві сторони виступають активними, і саме в цьому поєднанні і виникає явище соціальної адаптації [5].

Успішність процесу соціальної адаптації є залежним від психологічної, оскільки перша потребує психосоціальної стійкості, навичок комунікації та саморегуляції, тоді як друга надає можливість до психологічної обробки та подолання внутрішніх бар'єрів. Без поєднання цих аспектів адаптації людина буде неспроможна до ефективної взаємодії з суспільством і розв'язання проблем, що ускладнить її входження до соціуму або зовсім унеможливилює його.

Для більш глибокого розуміння поняття адаптації, пропонуємо розглянути різні підходи з трьох напрямів психології: аналітичної (Х. Еріксон, З. Фрейд), гуманістичної (А. Маслоу, Е. Фромм) та когнітивної (Ж. Піаже, Л. Фестінгер).

Представники аналітичної психології розглядали адаптацію через призму становлення «Я» та власної ідентичності, вважаючи, що цей процес передбачає не лише пристосування до зовнішніх умов, але й узгодження

внутрішніх психічних структур особистості для підтримання її цілісності. Виходячи з цього, можна підсумувати, що успішна адаптація в контексті цього напрямку відбувається у динаміці співвідношення внутрішнього становлення особистості та вимог соціального середовища в процесі якого зберігається цілісність «Я» та здатність до самосвідомості [18, 21].

В контексті гуманістичної психології увага приділялася не стільки процесу адаптації, скільки характеристиці індивіда, здатного до успішної соціально-психологічної адаптації в соціальному середовищі. У своїх роботах А. Маслоу описував такого як зрілого та свідомого, із здатністю до узгодження внутрішніх прагнень та вимог зовнішнього середовища. За його роздумами, саме усвідомлюючи свої потреби та бажання індивід має кращі передумови для успішної адаптації в суспільстві [40]. Водночас Е. Фромм, не використовуючи безпосередньо термін «соціальна адаптація» у своїй роботі «Втеча від свободи», тим не менше осмислював її як співвідношення соціальної пристосованості та збереження індивідуального «Я». Він підкреслював, що часто зовнішнє добре адаптована людина здобуває схвалення суспільства ціною втрати власної індивідуальності та спонтанності. Спонтанність у цьому контексті розуміється як здатність усвідомлювати свої почуття, бажання та реалізовувати їх у свободі від соціальної конформності [22].

Когнітивний напрям. Адаптація також розуміється як гармонійне співвідношення внутрішнього (психічного) та зовнішнього (соціального середовища) світів, де цей процес є двостороннім. Проаналізувавши роботи Ж. Піаже [44] та Л. Фестінгера [20] можна підсумувати, що процес адаптації відбувається шляхом зміни особистісних установок та переконань, спрямованих на відновлення балансу, порушеного внаслідок невідповідності нових умов навколишнього середовища звичним способами реагування, а також уже наявним переконанням індивіда.

Незважаючи на відмінність підходів до розуміння проблеми адаптації, крізь них проходить одна й та сама думка: збереження внутрішньої цілісності

та узгодженості головним чином впливає на успішність адаптації. Ця узагальнена думка приводить до наступного висновку - соціально-психологічна адаптація є складним, багатоаспектним явищем, що потребує психосоціальної стійкості та навичок соціальної взаємодії як умови успішності цього процесу. Також передбачається двосторонність процесу - активна взаємодія з соціальним середовищем замість пасивного пристосування, засвоєння нових соціальних норм, традицій і ролей, пошук балансу між особистісними устремліннями, бажаннями та вимогами суспільства.

Враховуючи наведене вище, варто зазначити, що хоча успішна адаптація передбачає активність зі сторони індивіда у соціальній взаємодії, існування пасивної позиції в цьому контексті не визначає автоматично неуспішність адаптації. Пасивна адаптація полягає у слідуванні новим соціальним нормам без спроб впливу та зміни середовища адаптації. Часто така форма адаптації може лише слугувати захисним механізмом при різкому та непередбачуваному зіткненні індивіда з новими умовами зовнішнього середовища, проте в довгостроковій перспективі тривале перебування в такій формі може призвести до дезадаптації або так званої «лжеадаптації».

1.2. Моделі та структурні компоненти адаптації

Проаналізувавши поняття соціально-психологічної адаптації, доцільним буде поглибити розуміння даного процесу, розглянувши основні моделі такого: когнітивно-поведінкову та стрес-копінг.

Когнітивно-поведінкова модель адаптації в загальному сенсі представляє собою процес зміни мислення (тобто установок, автоматичних думок) та поведінки (тобто автоматичних реакцій, звичних способів реагування). У когнітивно-поведінковій терапії вказують на взаємозв'язок мислення та поведінки [11]. Змінюючи мислення, змінюються й поведінкові

реакції, що призводить до закріплення адаптивних стратегій і, як наслідок, до адаптації. Оскільки адаптація передбачає пристосування до нових умов, така модель (за умови психологічної пластичності) дозволяє ефективно взаємодіяти з новим оточенням шляхом навчання, формування нових схем поведінки, зміни мислення.

Стрес-копінг модель представляє собою процес подолання стресових ситуацій, викликаних змінами в навколишньому середовищі, шляхом когнітивних та поведінкових зусиль. У контексті подолання труднощів (копінгу) Р. Лазарус і С. Фолкман розглядали емоційно-орієнтовану та проблемно-орієнтовану форми копінгу, тобто регуляцію емоційної реакції на проблему та управління або змінювання відповідно. У випадку першої він підкреслював, що деякі форми даного копінгу змінюють сприйняття ситуації без зміни об'єктивної ситуації (когнітивна переоцінка), інші форми (дії, спрямовані на зниження інтенсивності емоційного напруження, такі як медитація, спорт, пошук емоційної підтримки та ін.) можуть призвести до переоцінки, але самі не є такою. Функцію проблемно-орієнтованої форми копінгу слід розуміти як щось схоже зі стратегією розв'язання проблем, однак це включає не лише пошук альтернатив, саму дію та виконання, а й зміну мотивації або когнітивні зміни (зниження рівня домагань, амбіцій, пошук «заміни» для задоволення тощо) [35].

Беручи до уваги існуючу відмінність у способах подолання труднощів, дослідники різних напрямів психології висували власні припущення щодо факторів, що головним чином впливають на вибір стратегії копінгу. Так, клінічні та особистісні психологи стверджували про вплив стабільних характеристик індивіда, а соціологи розглядали вплив соціального контексту. У свою чергу, процесний підхід об'єднує ці дві точки зору, вказуючи на взаємовплив стабільних особистісних рис і соціального контексту.

Виходячи з цього, можна стверджувати, що вибір стратегій подолання труднощів, які описуються в моделях процесу адаптації, є досить гнучкою

реакцією, що враховує контекст існуючої ситуації, а також особистісні характеристики [7].

У контексті соціально-психологічної адаптації важливою складовою цього процесу є емоційний, когнітивний та поведінковий компоненти, які відображають основні рівні реагування індивіда на зміни умов середовища. .

Емоційний компонент. Емоційні реакції (емоції), як позитивні, так і негативні, виникають як відповідь на ту чи іншу значущу подію в житті людини. У своїй статті про емоційну регуляцію Д. Гросс (1998), посилаючись на дослідження, підкреслював, що емоційні реакції можуть формуватися соціальним контекстом [28]. Вони вказують на наявні конкретно зараз взаємовідносини між індивідом і соціальним середовищем [55]. Оскільки входження в нове соціальне середовище часто супроводжується стресом, для збереження психологічного балансу необхідною навичкою є здатність до емоційної регуляції. Емоційна регуляція передбачає управління тим, які емоції відчуває людина, коли вона їх відчуває та як виражає. Сучасні дослідження підтверджують позитивний вплив емоційної регуляції на стресостійкість, рівень тривоги, нав'язливі думки та навіть фізіологічну реакцію [6, 9, 48, 57].

Когнітивний компонент являє собою оцінку події або ситуації на когнітивному рівні. Це механізм, який відповідає за сприйняття, аналіз та інтерпретацію. В умовах зіткнення з новими нормами, традиціями, правилами, а також поведінкою соціокультурного суспільства когнітивна пластичність сприяє адаптації в нових умовах шляхом переробки та переосмислення вже сформованих уявлень [42, 59]. Обробка інформації, сенсу та значущості є необхідним етапом для подальшої розробки стратегії поведінки .

Поведінковий компонент (а також біхевіоральний) втілює попередній етап когнітивної обробки та передбачає розробку й реалізацію нових поведінкових схем, спрямованих на досягнення відповідності вимогам зовнішнього середовища. Поведінка також може бути запозиченою, тобто

вивченою та перейнятою шляхом спостереження, для подальшої інтеграції в суспільство [10].

Вищенаведені компоненти являють собою механізм адаптаційного процесу та мають циклічний характер, оскільки необхідність адаптації виникає неодноразово в міру зіткнення індивіда зі змінами в навколишньому середовищі.

Так, у контексті міжкультурної міграції, входження індивіда в нове соціокультурне середовище передбачає необхідність адаптації з подальшим вибором (як усвідомленим, так і неусвідомленим) однієї з чотирьох стратегій (асиміляція, інтеграція, сепарація, маргіналізація) [13]. Цей вид адаптації в соціальній та кроскультурній психології визначають як акультурацію. Одним із перших, хто дав визначення цьому поняттю ще наприкінці 30-х років, був М. Дж. Херсковіц. Він розглядав акультурацію як охоплюючу «ті явища, що виникають, коли групи людей з різними культурами вступають у безперервний безпосередній контакт» (*«...those phenomena which result when groups of individuals having different cultures come into continuous first-hand contac...»*) [30].

Акультураційний процес, в межах концепції Дж. Беррі, включає в себе соціальну та психологічну акультурації, головною відмінністю яких є те, як культурні компоненти впливають на індивіда і які психологічні наслідки цього впливу. Якщо соціальна акультурація передбачає опанування правил, норм поведінки та дуже часто мови, то психологічна акультурація полягає у зміні ціннісних орієнтацій, переконань і установок, рольовій поведінці. Слід зазначити, що успішна соціально-психологічна адаптація в новому соціокультурному середовищі не потребує відмови індивіда від власної культурної ідентичності та може бути досягнута шляхом прийняття норм і правил поведінки без повного прийняття іншої культури [13].

Процес акультурації часто супроводжується на початкових етапах культурним шоком мігранта (акультураційним стресом) - втрата звичних символів та знаків соціальної взаємодії у зв'язку з переходом у нову культуру

[41], однак це не є обов'язковою умовою. Сукупність чинник, що головним чином впливають на перебіг процесу соціально-психологічної адаптації в новому соціокультурному середовищі, буде розглянута в наступному підрозділі.

1.3. Соціально-психологічні чинники успішності адаптаційного процесу

Беручи до уваги багатоаспектність і складність соціально-психологічної адаптації, у науковій літературі з адаптації та акультурації виокремлюють дві основні групи факторів, що характерним чином впливають на цей процес: індивідуальні та групові [5]. У даному теоретичному огляді основна увага буде приділятися таким індивідуальним факторам, як особистісна характеристика, емоційні та когнітивні ресурси, а також таким груповим факторам, як ступінь відмінності культури країни перебування та країни виходу індивіда (культурна дистанція), сприймана соціальна підтримка.

Значущість особистісних характеристик індивіда в процесі соціально-психологічної адаптації чітко демонструється в дослідженнях, теоретичною основою яких є п'ятифакторна модель [29, 64].

П'ятифакторна модель («Велика п'ятірка») описує особистість через п'ять основних рис: екстраверсія, доброзичливість, невротизм, добросовісність, відкритість до нового — ступінь вираженості яких впливає на успішність адаптаційного процесу. Таким чином, предикторами успішності виступають екстраверсія, що сприяє соціальній активності та налагодженню зв'язків; доброзичливість, що сприяє гармонійному побудуванню тих самих зв'язків; низький показник невротизму (емоційна стабільність), що впливає на рівень стресостійкості та тривожності; добросовісність, що включає такі риси, як відповідальність (самодисципліна), організованість і цілеспрямованість; відкритість до нового, що передбачає

інтерес до вивчення нового (допитливість) і здатність до когнітивної гнучкості.

В роботах, представлених Вардом [60] зазначається, що дослідження 2000 року вказує на зв'язок емоційної стабільності (ступінь вираженості невротизму) та адаптаційних проблем (серед яких депресія, тривожність і психосоматичні скарги), а також на зв'язок екстраверсії, добросовісності та доброзичливості з психологічною та емоційною адаптацією, хоча й зазначалося, що ці риси впливають слабо, проте все ж є значущими. Трохи пізніше дослідження 2003 року також підтверджує вплив емоційної стабільності на психологічну адаптацію [58].

Крім того, у результатах дослідження П. Шмітта та Дж. Беррі (2011) зазначається, що вираженість певних рис (та їх поєднання) впливає на вибір стратегії акультурації і, як наслідок, на результат адаптації. Так, оцінюючи вплив особистісних рис за опитувальником Цукермана-Кульмана (ZKPQ), високі показники екстраверсії, активності, прагнення до гострих відчуттів при низьких показниках імпульсивності, невротизму (тривожності) та агресивності виявляються у людей, схильних до вибору інтегративної стратегії акультурації, що вважається найбільш ефективною стратегією адаптації в іншому соціокультурному суспільстві. На противагу цьому, низькі показники за вищенаведеними рисами та високий рівень невротизму, агресії й імпульсивності відзначаються у осіб, які віддають перевагу стратегії маргіналізації, що характеризується неприйняттям (часто неусвідомленим) культури та інших аспектів приймаючої країни, а також втратою культурних зв'язків із країною походження [49].

Як стає помітно, емоційна стабільність відіграє важливу роль у процесі адаптації. Як особистісна риса вона є однією зі складових емоційних ресурсів індивіда, які спрямовані на подолання емоційно заряджених і стресових ситуацій.

Емоційний інтелект (EI), як ще одна складова емоційного ресурсу, дозволяє спостерігати індивідуальні відмінності в адаптаційному процесі та

аккультурації. У науковій літературі розмежовують дві концептуалізації ЕІ — особистісний, який розглядається більше як риса характеру (проявляється в емпатії, здоровій наполегливості та позитиві) і ЕІ, спрямований на обробку інформації (проявляється в умінні усвідомлювати та виражати емоції) [43]. Оскільки емоційний інтелект, спрямований на обробку інформації, переважно розглядається в когнітивних напрямках психології, основна увага в психології аккультурації зосереджена на особистісному ЕІ.

Емпіричні дані досліджень підтверджують роль особистісного емоційного інтелекту в перебігу процесу аккультурації. Високі показники ЕІ відповідали вибору стратегії інтеграції, тоді як низькі, як і передбачалося, відповідали менш адаптивним стратегіям аккультурації, таким як сепарація та маргіналізація. Однак у контексті асиміляції виникли часткові розбіжності результатів, що вказує на наявність інших змінних, які необхідно враховувати [37, 50].

Когнітивні ресурси поряд з емоційними розглядаються як значущий фактор адаптації. У науковій літературі широко вивчаються когнітивні стилі, які відображають особливості сприйняття та обробки інформації, серед яких догматизм, польова залежність і незалежність. Вивчення цих стилів дозволяє виявити психологічну диференціацію індивідів, що впливає на успішність адаптаційного процесу.

Догматизм розглядається як когнітивна характеристика особистості, що відображає ступінь відкритості або закритості системи переконань індивіда. Відповідно до концепції М. Рокіча, високий рівень догматизму пов'язаний зі схильністю до ригідності мислення, труднощами у прийнятті нової інформації та орієнтацією на жорсткі й малозмінні уявлення про соціальну реальність. Особи з високим рівнем догматизму частіше демонструють нетерпимість до невизначеності, підвищену орієнтацію на авторитети та схильність до категоричного сприйняття соціальних явищ. Натомість більш низький рівень догматизму пов'язується з більшою когнітивною гнучкістю,

відкритістю до нового досвіду та готовністю переглядати власні переконання залежно від змін соціального середовища [47].

У контексті соціально-психологічної адаптації догматизм розглядається як чинник, що потенційно може ускладнювати процес пристосування до нових соціокультурних умов. У ряді сучасних досліджень зазначається, що когнітивна ригідність і закритість до нового досвіду можуть бути пов'язані з підвищеною тривожністю та напруженістю у міжкультурній взаємодії, а також нижчим рівнем культурної адаптації. Водночас більш когнітивно гнучкі особистості демонструють вищу готовність до міжкультурної взаємодії, інтеграції нового соціального досвіду та більш ефективного пристосування до змінюваних умов середовища [38]. Таким чином, догматизм може розглядатися як один із когнітивних чинників, пов'язаних з особливостями соціально-психологічної адаптації в умовах міжкультурної взаємодії.

Польова залежність і незалежність являють собою когнітивні стилі, що відображають відмінності у сприйнятті та обробці інформації. Польова незалежність характеризується здатністю суб'єкта виокремлювати об'єкти з «поля», тобто зі звичного контексту, і орієнтуватися на внутрішні орієнтири, тоді як польова залежність проявляється у більшій орієнтації на зовнішні сигнали та цілісне сприйняття ситуації.

Розглядаючи взаємозв'язок когнітивних стилів сприйняття та особистісних характеристик, можна виділити наступні аспекти у залежних від поля суб'єктів: такі люди проявляють підвищену орієнтацію на соціальні орієнтири, уважність до людей і активне використання зовнішніх соціальних сигналів. Вони також демонструють підвищену сприйнятливність до соціального впливу, схильні до меншої міжособистісної дистанції і загалом проявляють риси, що сприяють соціальній адаптації. На противагу залежним, польові незалежні суб'єкти проявляють більшу дистанційованість від соціального оточення та меншу схильність до соціального впливу. Вони більше орієнтовані на абстрактні та теоретичні завдання [26, 63].

Кроскультурні дослідження чітко вказують на зв'язок польової залежності/незалежності зі способом взаємодії із соціальним середовищем та рівнем автономії [62]. Однак прямий зв'язок даних когнітивних стилів з успішністю адаптації не отримав достатнього емпіричного підтвердження.

У зв'язку з багатоаспектністю такого явища, як авторитаризм, у рамках даного теоретичного аналізу він розглядається окремо як особистісна характеристика, що включає у свою структуру когнітивні компоненти.

У сучасних дослідженнях [15, 54] концепція авторитаризму ґрунтується на ранніх роботах Б. Альтмаєра щодо правого авторитаризму, який включає в себе три субшкали: авторитарна агресія, підпорядкованість і конвенціоналізм [8]. Авторитарна агресія проявляється у підтримці та виправдовуванні санкціонованої агресії, спрямованої на осіб, які порушують соціальні норми або сприймаються як загроза встановленому порядку. Підпорядкованість характеризується високим ступенем підпорядкування легітимним авторитетам суспільства, в якому живе суб'єкт. Конвенціоналізм виражається у глибокій прихильності до соціальних норм і традицій, прийнятих та схвалюваних у суспільстві [8].

Авторитаризм розглядається у психологічних дослідженнях як відносно стійка особистісна характеристика, яка формується у процесі соціалізації та відображає систему установок, орієнтованих на підпорядкування авторитету і дотримання встановлених правил. Формування та підтримання авторитарних установок може бути наслідком особливості когнітивної сфери психіки індивіда, зокрема низької когнітивної пластичності. Низька когнітивна пластичність відображається в спрощеному сприйнятті соціальної реальності, використанні жорстких категорій («правильно-неправильно», «свій-чужий») і низькій готовності переглядати та переосмислювати сформовані установки. Подібна когнітивна особливість може сприяти розвитку ригідних установок, що забезпечують стійкість авторитарного мислення [16, 31].

Як зазначалося раніше в розділі, присвяченому моделям і механізмам адаптації, адаптаційний процес реалізується через емоційний, когнітивний та поведінковий компоненти, де когнітивний компонент пов'язаний з аналізом та інтерпретацією інформації, а також її переробкою в умовах змінюваного середовища. У цьому сенсі когнітивна пластичність виступає важливою характеристикою когнітивної сфери індивіда, що визначає здатність до переосмислення раніше сформованих уявлень і, таким чином, до ефективної адаптації в новому середовищі [59, 61]. У межах даного підходу авторитаризм доцільно розглядати у взаємозв'язку з догматизмом, оскільки обидві характеристики можуть бути пов'язані з когнітивною ригідністю, жорсткістю переконань та низькою готовністю до переосмислення соціального досвіду. Така поєднаність може посилювати труднощі адаптації, оскільки сприяє більш категоричному сприйняттю соціальної реальності та меншій відкритості до нових норм і правил.

З урахуванням викладеного можна припустити, що авторитаризм як особистісна характеристика, пов'язана з когнітивною пластичністю, здійснює опосередкований вплив на адаптаційний процес. Таким чином, низька когнітивна пластичність може ускладнювати пристосування до нових умов і знижувати адаптаційні можливості індивіда. Однак, враховуючи орієнтованість авторитаризму на дотримання норм і правил, він може сприяти більш швидкому засвоєнню вимог нового соціального середовища, особливо у випадку відносної подібності вже раніше засвоєних норм і вимог.

У даному контексті особливого значення набуває культурна дистанція як чинник, що впливає на перебіг адаптаційного процесу.

У науковій літературі культурна дистанція часто розглядається як ступінь відмінності між культурами, включаючи норми поведінки та традиції країни виходу і країни перебування, при цьому культурна дистанція може розглядатися у двох вимірах: об'єктивному, який відображає фактичні відмінності культур, і суб'єктивному, який пов'язаний з індивідуальним сприйняттям відмінностей.

Емпіричні дослідження враховують обидва ці виміри в контексті їх впливу на адаптацію. Однак ряд емпіричних досліджень, що стосуються об'єктивної культурної дистанції, демонструють відсутність або слабкий статистично значущий зв'язок [33, 42], тоді як суб'єктивно сприймана дистанція демонструє більш виражений зв'язок із показниками адаптації [25, 39]. У зв'язку з цим, у контексті вивчення чинників, що впливають на перебіг адаптаційного процесу, основне значення набуває суб'єктивно сприймана культурна дистанція, оскільки саме суб'єктивна оцінка культурних відмінностей визначає психологічну складність адаптації. Для студентів, які навчаються та проживають у країнах Європейського Союзу, це має додаткове значення через необхідність одночасної адаптації до нових соціальних норм, освітніх вимог і міжособистісної взаємодії.

Поряд із культурною дистанцією важливим фактором, що впливає на успішність адаптації, виступає соціальна підтримка. У концепції стресу і подолання Лазаруса і Фолкман соціальне середовище розглядається як амбівалентна система, що одночасно виступає джерелом вимог, які викликають стрес, і джерелом ресурсів, необхідних для подолання стресу та підтримання психологічного благополуччя [35].

У цьому контексті соціальна підтримка розглядається як один із ресурсів, що пом'якшують вплив стресових факторів, включаючи акультураційний стрес [13], а її вплив на адаптацію має опосередкований характер через вплив на психоемоційний стан індивіда та зниження рівня переживаємого стресу.

Разом з тим у науковій літературі прийнято розмежовувати соціальну підтримку на фактичну та сприйману. Однак найбільша увага приділяється саме сприйманій соціальній підтримці, яка відображає суб'єктивну оцінку індивідом доступності та достатності підтримки з боку соціального оточення. В емпіричних дослідженнях показано, що вона пов'язана зі зниженням рівня стресу та опосередковано впливає на адаптованість індивіда [45, 56].

У межах даного підрозділу були виділені та розглянуті індивідуальні та групові фактори, що впливають на успішність адаптаційного процесу. До індивідуальних факторів були віднесені особистісні характеристики, а також емоційні та когнітивні ресурси індивіда, тоді як до групових - суб'єктивно сприймані культурна дистанція та соціальна підтримка. Дані фактори відображають багатоаспектний характер адаптаційного процесу та вказують на те, що він зумовлений взаємодією внутрішніх ресурсів особистості та особливостей сприйняття нею соціального оточення.

Висновок до розділу 1

У даному теоретичному розділі була розглянута концепція соціально-психологічної адаптації, починаючи з аналізу її витоків та еволюції розуміння у науковій літературі. Були проаналізовані різні підходи до розуміння адаптації в різних напрямках психології. Розглянуті основні моделі адаптації, включаючи когнітивно-поведінковий та стрес-копінг підхід, а також виділені основні компоненти адаптаційного процесу: емоційний, когнітивний та поведінковий. Окреслено процес акультурації як одну з форм адаптації в умовах входження індивіда в нове соціокультурне середовище, що передбачає взаємодію індивіда з новими соціальними нормами, правилами та цінностями. Крім того, були виділені та проаналізовані основні групи факторів (індивідуальні та групові), що впливають на успішність адаптації, включаючи особистісні характеристики, суб'єктивно сприймані культурну дистанцію та соціальну підтримку.

Узагальнюючи викладений матеріал, соціально-психологічну адаптацію доцільно розглядати як складний і багаторівневий процес, що передбачає не лише пристосування до нових умов, але й активну взаємодію індивіда із соціальним середовищем, переосмислення попередніх установок та формування нових способів поведінки. Успішність адаптаційного процесу визначається поєднанням внутрішніх ресурсів особистості та особливостей соціального контексту, у межах якого відбувається її взаємодія з оточенням, що дозволяє сформувати цілісне уявлення про соціально-психологічну адаптацію як динамічний і багатоаспектний процес. Отримані теоретичні положення становлять основу для подальшого емпіричного дослідження взаємозв'язку соціально-психологічних чинників та успішності адаптаційного процесу та обґрунтовують вибір методологічних підходів і психодіагностичних методик, що будуть представлені в наступному розділі.

РОЗДІЛ 2

ЕМПІРИЧНЕ ДОСЛІДЖЕННЯ ВЗАЄМОЗВ'ЯЗКУ СОЦІАЛЬНО-ПСИХОЛОГІЧНИХ ЧИННИКІВ ТА УСПІШНОСТІ АДАПТАЦІЙНОГО ПРОЦЕСУ

2.1. Методологія та організація дослідження

Метою даного дослідження є виявлення та аналіз взаємозв'язку індивідуальних і групових соціально-психологічних чинників з успішністю адаптації студентів українських ВНЗ, які на момент навчання перебувають на території країн Європейського Союзу. Таким чином, об'єктом дослідження виступає соціально-психологічна адаптація українських студентів у країнах Європейського Союзу. У свою чергу, предметом дослідження є соціально-психологічні детермінанти успішної адаптації українських студентів до умов проживання в новому соціокультурному середовищі.

Гіпотеза дослідження полягає в тому, що існує статистично значущий зв'язок між рівнем соціально-психологічної адаптації українських студентів у країнах Європейського Союзу та їхніми індивідуальними характеристиками (особистісні риси, авторитарні установки), суб'єктивним сприйняттям культурної дистанції та рівнем сприйманої соціальної підтримки.

Вибір саме такого дизайну дослідження зумовлений необхідністю виявлення не лише окремих характеристик адаптації, а й можливих зв'язків між індивідуальними та соціально-психологічними чинниками. Це дозволяє розглядати адаптацію як багатофакторне явище, зумовлене взаємодією особистісних і середовищних змінних.

Емпіричне дослідження було розділене на декілька етапів. Першим етапом був здійснений підбір психодіагностичних методик, вибір яких зумовлений необхідністю вимірювання основних змінних дослідження - індивідуальних характеристик, суб'єктивного сприйняття культурної дистанції, рівня сприйманої соціальної підтримки та рівня соціально-психологічної адаптації - і забезпечення їх подальшого

статистичного аналізу відповідно до теоретичної моделі дослідження. Обрані методики дозволяють охопити як внутрішні ресурси особистості, так і зовнішні умови адаптації, що відповідає теоретичній моделі дослідження. Використання коротких шкал також було доцільним з огляду на онлайн-формат дослідження та необхідність зменшення навантаження на учасників.

Для оцінки особистісних характеристик досліджуваних використовувалися коротка методика п'ятифакторної моделі української адаптації (далі TIPI-UKR) та коротка шкала авторитаризму (далі KSA-3).

Вибір методики TIPI-UKR зумовлений її відповідністю меті дослідження та можливістю швидко оцінити базові особистісні риси, які в сучасних дослідженнях розглядаються як важливі предиктори соціально-психологічної адаптації в новому соціокультурному середовищі. Адаптація методики TIPI була виконана М. Б. Кліманською та І. І. Галецькою [1]. TIPI-UKR складається з 10 пунктів і включає 5 шкал, дозволяючи виміряти вираженість екстраверсії, доброзичливості, добросовісності, емоційної стабільності, а також рівень відкритості до нового.

Методика KSA-3, розроблена німецькими дослідниками К. Байєрлайн, Ф. Асброк, М. Кауфф, П. Шмідт, складається з 9 пунктів і включає 3 шкали, що вимірюють рівень авторитарної агресії, підпорядкованості та конвенціоналізму [12]. Використання методики KSA-3 було зумовлене необхідністю оцінки авторитарних установок як особистісних характеристик, що потенційно можуть бути пов'язані з когнітивною ригідністю, особливостями міжособистісної взаємодії та процесом соціально-психологічної адаптації. Оскільки ця методика не адаптована українською мовою, був використаний авторський переклад.

Для вимірювання суб'єктивного сприйняття культурної дистанції досліджуваних була застосована методика шкали культурної дистанції (далі CDS), що базується на оригінальній моделі, розробленій Бабікером та ін. (1980) і пізніше модифікованій Вардом і Сьорлом (1991). Вибір шкали

культурної дистанції (CDS) зумовлений необхідністю оцінки саме суб'єктивного сприйняття культурних відмінностей між країною походження та країною перебування, оскільки сприймана культурна дистанція розглядається як один із чинників, що може впливати на процес адаптації. Методика включає 10 пунктів і дозволяє оцінити ступінь суб'єктивно сприйманих культурних відмінностей між країною походження та країною перебування [53]. Оскільки дана методика не адаптована українською мовою, був використаний авторський переклад.

Для оцінки рівня суб'єктивно сприйманої соціальної підтримки використовувалася багатовимірна шкала сприйманої соціальної підтримки (далі MSPSS), розроблена Г. Д. Зіметом, Н. У. Далем, С. Г. Зіметом і Г. К. Фарлі [65, 66]. Методика MSPSS була обрана у зв'язку з її спрямованістю на оцінку суб'єктивно сприйманої соціальної підтримки з боку сім'ї, друзів і значущих інших, яка в сучасних дослідженнях розглядається як важливий ресурс соціально-психологічної адаптації. Методика включає 12 тверджень і дозволяє оцінити сприйманий рівень підтримки з боку сім'ї, друзів і значущих інших. У межах дослідження використовувалася версія шкали, перекладена українською мовою [4]. У процесі підготовки онлайн-опитування була використана модифікована форма шкали з шестибальною шкалою відповідей (замість вихідної семибальної). Редукція шкали була виконана з метою зменшення кількості нейтральних відповідей і підвищення диференціації оцінок. При цьому розрахунок підсумкових показників проводився відповідно до прийнятої структури шкали та забезпечував порівнюваність отриманих даних з теоретичною моделлю.

Для діагностики рівня соціально-психологічної адаптації застосовувалася методика К. Роджерса і Р. Даймонда, що базується на Q-sort дослідженнях самоконцепції, описаних у роботі Роджерса і Даймонда (1954) [46]. Використання методики СПА К. Роджерса і Р. Даймонда зумовлене її поширеним застосуванням у дослідженнях соціально-психологічної адаптації та можливістю оцінки адаптаційних і дезадаптаційних тенденцій особистості.

Дана методика містить 101 пункт, які розподіляються на шкали адаптації, дезадаптації, прийняття себе, прийняття інших, емоційного комфорту, внутрішнього контролю та прагнення до домінування.

У межах даного дослідження були використані лише дві шкали - «адаптація» та «дезадаптація», що дозволило отримати узагальнені показники рівня адаптованості досліджуваних при скороченні обсягу методики та зниженні навантаження на учасників дослідження. Для проведення дослідження використовувався український переклад методики, розміщений у відкритому доступі [3].

Для аналізу взаємозв'язку між досліджуваними змінними було використано коефіцієнт рангової кореляції Спірмена (ρ), який дозволяє оцінювати силу та напрямок статистичного зв'язку між змінними, вимірними в порядкових або інтервальних шкалах. Вибір коефіцієнта рангової кореляції Спірмена був зумовлений невеликим обсягом вибірки та характером досліджуваних змінних, що дозволяє коректно оцінювати силу та напрямок зв'язків між показниками без жорстких вимог до нормальності розподілу. Статистичну значущість отриманих результатів оцінювались при рівні $p \leq 0,05$.

Другим етапом було формування вибірки емпіричного дослідження, яку склали студенти ($n=30$) українських ЗВО, які на момент навчання перебували та проживали на території країн Європейського Союзу. Критеріями відбору виступали: наявність українського громадянства, статус студента у закладі вищої освіти України, а також фактичне проживання в одній із країн Європейського Союзу. Стать і вік учасників не обмежувалися і не враховувалися як критерії відбору.

Третім етапом було безпосереднє проведення опитування та збір емпіричних даних з використанням онлайн-платформи Google Forms. Проведення дослідження в онлайн-форматі забезпечувало доступність участі для респондентів, які перебувають у різних країнах Європейського Союзу, та було доцільним з огляду на географічну розпорошеність вибірки. Участь в

опитуванні була добровільною та анонімною. Обробка даних здійснювалася по мірі надходження відповідей з метою їх структурування та подальшого аналізу. Розрахунок показників за низкою методик проводився вручну відповідно до ключів, тоді як показники за методикою СПА обчислювалися з використанням формул у Google Таблицях, куди також вносилися всі отримані дані.

Четвертим етапом, після завершення збору даних, було проведено статистичний аналіз з використанням онлайн-калькулятора коефіцієнта Спірмена з метою виявлення взаємозв'язків між досліджуваними соціально-психологічними чинниками та рівнем адаптації.

Отримані результати були систематизовані для подальшої інтерпретації та формування висновків і рекомендацій щодо подальших досліджень, що являло собою завершальний етап даного емпіричного дослідження.

2.2. Результати емпіричного дослідження

У даному підрозділі представлені результати емпіричного дослідження, спрямованого на виявлення передбачуваного взаємозв'язку виділених соціально-психологічних факторів з рівнем адаптації.

Вибірку дослідження складали 30 студентів українських закладів вищої освіти, які проживають на території країн Європейського Союзу. Додатково були зібрані дані про країну перебування (див. рис. 2.1) та тривалість проживання (див. рис. 2.2) досліджуваних, що дозволило більш повно охарактеризувати вибірку.

Стать і вік учасників не виступали критеріями відбору та не фіксувалися в межах дослідження.

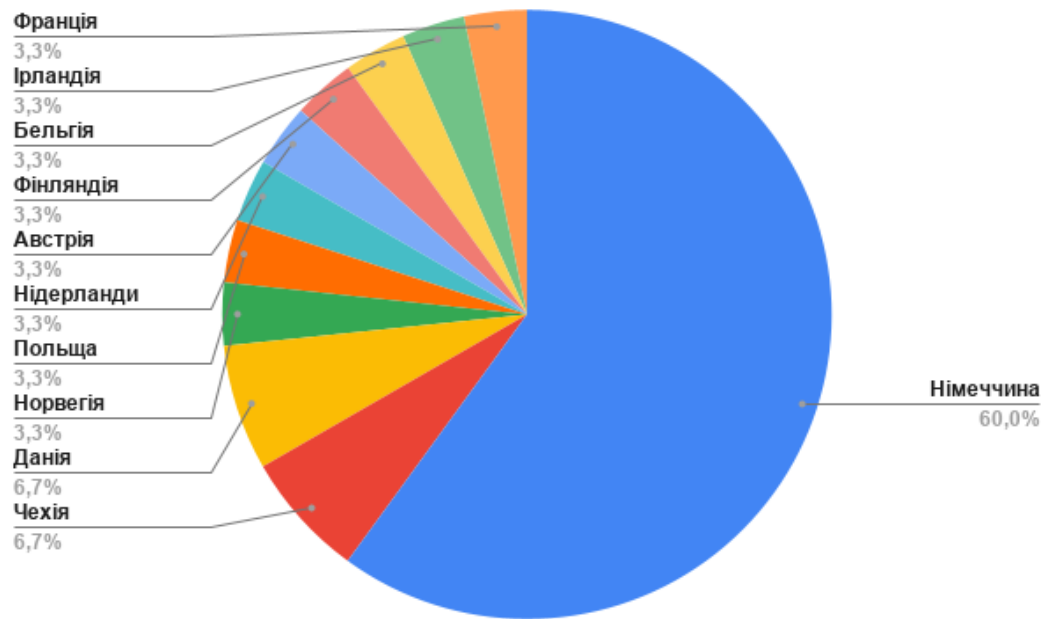


Рис. 2.1. Розподіл досліджуваних за країною проживання.

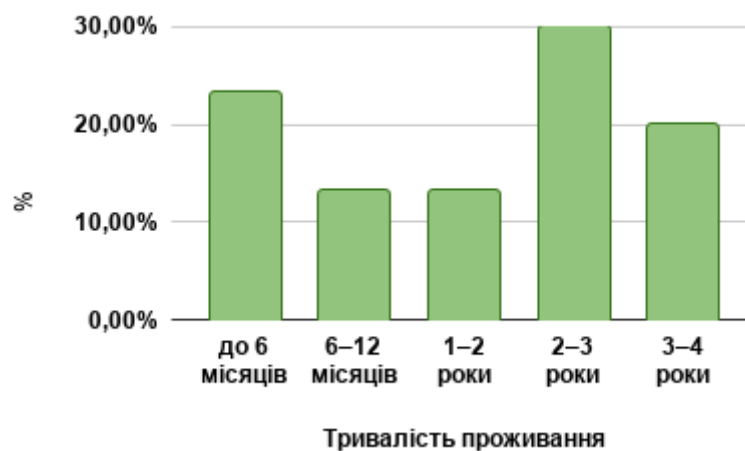


Рис. 2.2. Розподіл досліджуваних за тривалістю проживання за кордоном.

Результати, отримані з використанням методики TIPI-UKR, дозволили оцінити вираженість п'яти базових особистісних рис, які потенційно пов'язані з рівнем соціально-психологічної адаптації та особливостями взаємодії в новому соціокультурному середовищі. Загалом, показники за шкалами перебували в діапазоні від 2 до 14 балів і демонстрували помірну варіативність у вибірці, що свідчить про неоднорідність особистісного

профілю досліджуваних. Така варіативність особистісних характеристик є важливою для подальшого аналізу, оскільки дозволяє дослідити можливі відмінності у вираженості адаптаційних процесів залежно від індивідуально-психологічних особливостей досліджуваних.

Зокрема, середній рівень екстраверсії становив 8,6 бала, що відображає помірну соціальну активність досліджуваних і середню вираженість тенденції до встановлення міжособистісних контактів у нових умовах (діапазон значень: 5-13 балів). Доброзичливість характеризувалася відносно високим середнім рівнем ($M = 10,6$), що може свідчити про схильність до кооперації, емпатійної взаємодії та підтримання позитивних соціальних відносин (8-14 балів), що є важливим ресурсом адаптації. Аналогічно, добросовісність також демонструвала відносно високі значення ($M = 10,8$), що відображає розвинену самодисципліну, відповідальність та орієнтацію на дотримання соціальних норм (6-14 балів), які можуть сприяти більш ефективному пристосуванню до вимог нового середовища.

Водночас рівень емоційної стабільності був дещо нижчим ($M = 7,7$), що може вказувати на помірну чутливість до стресових ситуацій та варіативність емоційного реагування серед досліджуваних, особливо в умовах адаптаційного навантаження (3-14 балів). Показники відкритості до нового досвіду становили в середньому 9,9 бала, що свідчить про достатньо високий рівень когнітивної гнучкості, готовності до змін та сприйняття нового досвіду у вибірці (3-14 балів), що також може виступати адаптаційним ресурсом.

Результати, отримані з використанням методики KSA-3, дозволили оцінити вираженість авторитарних установок у вибірці, включаючи авторитарну агресію, підпорядкованість і конвенціоналізм, які потенційно можуть бути пов'язані з особливостями соціально-психологічної адаптації. Загалом показники за шкалами перебували в діапазоні від 1 до 5 балів і демонстрували помірну варіативність у вибірці.

Зокрема, рівень авторитарної агресії в середньому становив 2,75 бала, що свідчить про помірну схильність до підтримки та виправдання

санкціонованої агресії щодо осіб, які сприймаються як загроза встановленому соціальному порядку. При цьому мінімальне значення у вибірці становило 1 бал, а максимальне - 5 балів, що вказує на досить виражений розкид індивідуальних показників.

Рівень підпорядкованості в середньому становив 2,58 бала, що відображає помірну орієнтацію на слідування авторитетам і соціально схваленим нормам. Мінімальне значення становило 1 бал, максимальне - 4,33 бала, що також свідчить про значну варіативність у вибірці за цією шкалою.

Конвенціоналізм у середньому дорівнював 2,93 бала, що вказує на помірну вираженість прихильності до соціальних норм, традицій і культурно схвалених моделей поведінки. Діапазон значень становив від 1,67 до 4,33 бала, що також свідчить про неоднорідність показників у вибірці.

Інтегральний показник авторитаризму, розрахований як середнє значення за трьома субшкалами, становив 2,70 бала, що свідчить про загалом помірний рівень вираженості авторитарних установок у досліджуваній вибірці. Отримані результати свідчать про відсутність вираженого домінування авторитарних установок у вибірці, що може мати значення для особливостей міжособистісної взаємодії та процесу соціально-психологічної адаптації в новому соціальному середовищі.

Для вимірювання суб'єктивного сприйняття культурної дистанції була застосована методика CDS. Середнє значення по вибірці склало 22,07 бала (при діапазоні від 0 до 40), що характеризує сприйману культурну дистанцію як помірну; тоді як мінімальне значення склало 7, а максимальне 33, що вказує на варіативність показників у вибірці та неоднорідність сприйняття культурної дистанції досліджуваними.

Для оцінки суб'єктивно сприйманої соціальної підтримки використовувалася методика MSPSS. Отримані результати показали, що середнє значення по вибірці склало 4,47 бала (при діапазоні від 1 до 6), що вказує на сприйману соціальну підтримку як помірну; тоді як мінімальне значення склало 1, а максимальне 6, що вказує на виражену варіативність

показників сприйманої соціальної підтримки у вибірці. При цьому варіативність показників може свідчити про відмінності у доступності та суб'єктивному переживанні соціальної підтримки серед досліджуваних, що потенційно може впливати на особливості їх адаптації в новому соціокультурному середовищі.

Для діагностики рівня соціально-психологічної адаптації застосовувалася методика СПА, яка дозволяє оцінити ступінь адаптованості особистості в соціальному середовищі. Отримані результати були проаналізовані за двома основними шкалами - адаптації та дезадаптації. Інтерпретація показників здійснювалася з урахуванням нормативного діапазону (68-136 балів), при цьому значення нижче розглядалися як низький рівень вираженості, а вище - як високий.

Зокрема, за шкалою адаптації середнє значення становило 157,37 бала, що відповідає високому рівню адаптованості у вибірці в цілому. Мінімальне значення дорівнювало 99 балам, максимальне - 197 балам, що свідчить про значну варіативність рівня адаптації серед досліджуваних. При цьому частина показників виходила за межі нормативного діапазону, перевищуючи його верхню межу.

За шкалою дезадаптації середнє значення становило 83,37 бала, що вказує на помірний рівень дезадаптаційних проявів у вибірці. Мінімальне значення становило 4 бали, максимальне - 174 бали, що відображає високу варіативність показників та наявність як дуже низьких, так і підвищених значень у окремих досліджуваних.

Додатково було здійснено порівняльний аналіз вираженості показників адаптації та дезадаптації, результати якого представлені на рис. 2.3



Рис. 2.3. Розподіл досліджуваних за співвідношенням показників адаптації та дезадаптації.

У 83,3% досліджуваних ($n=25$) показники адаптації превалювали над показниками дезадаптації, що загалом свідчить про високий рівень соціально-психологічної адаптованості вибірки.

У 10% ($n=3$) було виявлено відносний баланс між показниками адаптації та дезадаптації, що може інтерпретуватися як нестабільний адаптаційний профіль.

У 6,7% ($n=2$) спостерігалось превалювання дезадаптаційних показників, що відображає виражені труднощі адаптаційного процесу в соціальному середовищі.

В цілому, отримані дані свідчать про неоднорідність вибірки з варіативністю показників особистісних характеристик, сприйманої культурної дистанції та сприйманої соціальної підтримки. При цьому більшість досліджуваних продемонстрували достатньо високий рівень соціально-психологічної адаптації, що дозволяє розглядати виявлені

індивідуальні відмінності як потенційно значущі чинники адаптаційного процесу.

З метою узагальнення отриманих результатів описові статистики за всіма досліджуваними показниками представлені в табл. 2.1. При цьому показники в цілому інтерпретуються як сприятливі для соціально-психологічної адаптації. Виявлені відмінності у показниках досліджуваних предикторів успішної адаптації дозволяють перейти до аналізу їх взаємозв'язків.

Таблиця 2.1

Описові статистики досліджуваних показників

Показник		Середнє	Мін.	Макс.
TIPI-UKR	Екстраверсія	8,6	5	13
	Доброзичливість	10,6	8	14
	Добросовісність	10,8	6	14
	Емоційна стабільність	7,7	3	14
	Відкритість новому досвіду	9,9	3	14
KSA-3	Авторитарна агресія	2,75	1	5
	Підпорядкованість	2,58	1	4,33
	Конвенціоналізм	2,93	1,67	4,33
KSA-3	Інтегральний показник	2,70		
CDS	Сприймана культурна дистанція	22,07	7	33
MSPSS	Сприймана соціальна підтримка	4,47	1	6
СПА	Адаптація	157,37	99	197
	Дезадаптація	83,37	4	174

Для виявлення взаємозв'язків між особистісними характеристиками, сприйманою культурною дистанцією, соціальною підтримкою та показниками адаптації було проведено кореляційний аналіз за коефіцієнтом рангової кореляції Спірмена (r_s). Метою даного етапу було виявлення статистично значущих зв'язків між досліджуваними змінними у контексті соціально-психологічної адаптації.

Результати статистично значущих кореляційних зв'язків між досліджуваними змінними наведено в табл. 2.2:

Таблиця 2.2

Кореляційні зв'язки між досліджуваними змінними (r_s Спірмена)

Змінна	Адаптація (r_s ; p)	Дезадаптація (r_s ; p)
Екстраверсія	0,51*	-0,35
Добросовісність	0,40*	-0,33
Емоційна стабільність	—	-0,40*
Відкритість до досвіду	0,37*	—
Авторитаризм (загальний)	—	0,40*
Авторитарна агресія	-0,49*	0,53*
Сприймана культурна дистанція (CDS)	—	—
Сприймана соціальна підтримка (MSPSS)	0,43*	—

* $p < 0,05$

Отримані результати дозволили виявити систему статистично значущих зв'язків між особистісними характеристиками (особистісними рисами та параметрами суб'єктивного сприйняття) та показниками соціально-психологічної адаптації. Загалом найбільша кількість статистично значущих зв'язків була виявлена між особистісними характеристиками досліджуваних та показниками адаптації й дезадаптації. Водночас не всі досліджувані змінні продемонстрували статистично значущі взаємозв'язки,

зокрема показники сприйманої культурної дистанції та окремі особистісні характеристики.

Як показано, між екстраверсією та показником адаптації виявлено статистично значущу позитивну кореляцію, що може свідчити про те, що більш виражена соціальна активність сприяє кращому пристосуванню до нового соціального середовища.

Крім того, були встановлені позитивні зв'язки між такими особистісними рисами, як добросовісність, відкритість новому досвіду та рівнем адаптації, що може вказувати на роль особистісних ресурсів у підвищенні ефективності адаптаційного процесу.

Між тим, емоційна стабільність продемонструвала негативний зв'язок з рівнем дезадаптації, що свідчить про її захисну роль у контексті подолання адаптаційного стресу. Таким чином, отримані результати вказують на те, що окремі особистісні характеристики можуть виступати як адаптаційними ресурсами, так і факторами ризику у процесі пристосування до нового соціокультурного середовища.

Також виявлені значущі зв'язки між показниками авторитаризму та рівнем адаптації: зокрема, авторитарна агресія демонструє негативну кореляцію з адаптацією і позитивну - з дезадаптацією, що може свідчити про її дезадаптивну роль у процесі соціального пристосування. При цьому інші компоненти авторитаризму не продемонстрували настільки виражених взаємозв'язків із показниками адаптації.

Сприймана соціальна підтримка виступає останньою змінною, що показала статистично значущий взаємозв'язок з рівнем адаптації, що свідчить про її значущу роль у процесі соціально-психологічної адаптації, виступаючи важливим зовнішнім ресурсом, який сприяє більш ефективному пристосуванню до нових умов.

Водночас між показниками сприйманої культурної дистанції та рівнем адаптації статистично значущих взаємозв'язків виявлено не було. Аналогічно, окремі особистісні характеристики також не продемонстрували

значущих кореляцій з показниками адаптації та дезадаптації. Отримані результати стали основою для подальшого аналізу та інтерпретації виявлених взаємозв'язків у контексті сучасних досліджень соціально-психологічної адаптації.

При інтерпретації отриманих результатів необхідно враховувати низку обмежень даного дослідження. Насамперед, обмеженням виступає відносно невеликий обсяг вибірки ($n=30$), що знижує статистичну потужність аналізу та обмежує можливість узагальнення отриманих результатів на ширшу популяцію українських студентів, які перебувають у країнах Європейського Союзу.

Додатковим обмеженням є неоднорідність вибірки за країнами перебування та тривалістю проживання за кордоном, що потенційно може впливати на особливості адаптаційного процесу. У межах даного дослідження ці фактори не аналізувалися як окремі змінні.

Крім того, стать і вік учасників не враховувалися як окремі змінні дослідження та не включалися до подальшого статистичного аналізу. Це може певною мірою обмежувати інтерпретацію отриманих результатів, оскільки в сучасних дослідженнях демографічні характеристики нерідко розглядаються як потенційно значущі чинники міжкультурної та соціально-психологічної адаптації, хоча результати щодо сили та спрямованості такого впливу залишаються неоднозначними [23, 24].

Необхідно також враховувати, що частина використаних психодіагностичних методик не має офіційної українськомовної адаптації. Зокрема, для методик KSA-3 та CDS було використано авторський переклад, тоді як для методик MSPSS та СПА застосовувалися україномовні версії, розміщені у відкритому доступі. Це може впливати на точність сприйняття окремих тверджень досліджуваними та особливості інтерпретації отриманих результатів.

Окремим обмеженням виступає онлайн-формат проведення дослідження, який ускладнює контроль умов проходження опитування та не

дозволяє повністю виключити вплив зовнішніх факторів на відповіді респондентів.

З урахуванням зазначених обмежень отримані результати потребують подальшої перевірки на більшій та більш структурованій вибірці з урахуванням додаткових соціально-психологічних чинників адаптації.

Отримані результати кореляційного аналізу дозволяють зіставити виявлені взаємозв'язки з даними сучасних психологічних досліджень соціально-психологічної адаптації.

У низці досліджень [29, 64] було показано, що особистісні риси Великої п'ятірки в цілому є значущими предикторами адаптації, при цьому їх вплив проявляється стабільно, незважаючи на варіативність їх вираженості залежно від типу адаптації.

У даному дослідженні найбільшу значущість серед особистісних рис продемонструвала екстраверсія ($r_s = 0,51$, $p=0,004$), що узгоджується з результатами, отриманими в попередніх дослідженнях. Крім того, подібні результати були отримані також щодо добросовісності та відкритості новому досвіду, які продемонстрували значущі позитивні зв'язки з рівнем соціально-психологічної адаптації (добросовісність: $r_s = 0,40$, $p=0,030$; відкритості новому досвіду: $r_s = 0,37$, $p=0,045$), що підтверджує стійкий характер впливу даних особистісних рис, описаний у раніше проведених дослідженнях.

Отримані результати можуть свідчити про те, що більш виражена соціальна активність, схильність до встановлення міжособистісних контактів, організованість та відкритість до нового досвіду виступають важливими психологічними ресурсами адаптації в умовах нового соціокультурного середовища. Ймовірно, дані особистісні характеристики сприяють більш активному включенню у соціальну взаємодію, гнучкішому реагуванню на зміни та ефективнішому подоланню адаптаційних труднощів.

У свою чергу, емоційна стабільність продемонструвала статистично значущий негативний зв'язок з рівнем дезадаптації ($r_s = -0,40$, $p=0,028$), що

узгоджується з даними попередніх досліджень, у яких невротизм (низька емоційна стабільність) мав статистично значущий негативний зв'язок з рівнем адаптації. Отриманий результат може свідчити про те, що емоційна стабільність виконує захисну функцію в умовах адаптаційного стресу, сприяючи кращій емоційній саморегуляції та зниженню інтенсивності негативних переживань у процесі пристосування до нового соціального середовища.

Доброзичливість не продемонструвала статистично значущих зв'язків ні з рівнем адаптації ($r_s = -0,05$, $p=0,808$), ні з рівнем дезадаптації ($r_s = 0,24$, $p=0,203$), що частково розходиться з результатами низки попередніх досліджень, де дана риса розглядалася як значущий предиктор соціокультурної та міжособистісної адаптації. Отримані результати можуть бути зумовлені відносно невеликим об'ємом вибірки ($n=30$), що знижує статистичну потужність аналізу та обмежує виявлення слабких взаємозв'язків.

Авторитаризм, розглянутий як особистісна характеристика, продемонстрував у даному дослідженні позитивний зв'язок з рівнем дезадаптації ($r_s = 0,40$, $p=0,029$), що може бути пояснено його зв'язком із когнітивною ригідністю. У дослідженнях показано, що ригідність асоційована з негативними когнітивно-емоційними процесами та сприяє їх посиленню з часом, що може ускладнювати адаптаційні процеси [61].

Авторитарна агресія, у свою чергу, продемонструвала значущий негативний зв'язок з рівнем адаптації ($r_s = -0,49$, $p=0,006$), а також позитивний зв'язок з рівнем дезадаптації ($r_s = 0,53$, $p=0,003$). Отримані результати можуть бути зумовлені схильністю до ворожого сприйняття оточуючих і підтримки жорстких заходів покарання щодо осіб, які порушують соціальні норми, що ускладнює міжособистісну взаємодію та сприяє виникненню дезадаптивних проявів.

Сприймана соціальна підтримка продемонструвала значущий позитивний зв'язок з рівнем адаптації ($r_s = 0,43$, $p = 0,018$), тоді як зв'язок з

дезадаптацією виявився статистично незначущим ($r_s = -0,07$, $p=0,724$). Отримані результати частково узгоджуються з даними попередніх досліджень, у яких показано, що сприймана соціальна підтримка пов'язана з вищим рівнем адаптації та благополуччя, а також з меншою вираженістю тривожних і депресивних симптомів [45, 56]. При цьому передбачається, що її вплив на адаптацію може мати опосередкований характер, зокрема через зниження рівня стресових переживань і підвищення здібності до їх емоційного подолання.

У даному дослідженні не було виявлено статистично значущих зв'язків між показниками сприйманої культурної дистанції та рівнем адаптації ($r_s = 0,31$, $p = 0,091$), а також дезадаптації ($r_s = -0,13$, $p = 0,506$). Отримані результати розходяться з даними низки досліджень, у яких показано, що більша сприймана культурна дистанція пов'язана з нижчим рівнем адаптації [25]. Водночас у сучасних дослідженнях зазначається, що вплив культурної дистанції на адаптацію може мати не прямий, а опосередкований характер і залежати від ряду додаткових чинників, зокрема рівня культурного інтелекту, попереднього міжкультурного досвіду та індивідуальних стратегій подолання стресу [17, 36, 39]. У межах даного дослідження зазначені змінні не аналізувалися, що може частково пояснювати відсутність статистично значущих взаємозв'язків.

Крім того, відсутність значущих зв'язків може бути пов'язана з неоднорідністю вибірки за країнами перебування та індивідуальними особливостями сприйняття культурних відмінностей, оскільки суб'єктивне переживання культурної дистанції не завжди безпосередньо визначає успішність адаптаційного процесу.

Загалом отримані результати свідчать про те, що у вибірці українських студентів у країнах ЄС найбільш виразними чинниками соціально-психологічної адаптації є особистісні ресурси та сприймана соціальна підтримка, тоді як культурна дистанція не виявила самостійного статистично значущого внеску. Це може вказувати на можливий

опосередкований характер її впливу через інші змінні, зокрема соціальну включеність, індивідуальні копінг-стратегії або тривалість перебування в новому середовищі. Отримані результати частково підтверджують висунуту гіпотезу дослідження та підкреслюють важливість комплексного врахування індивідуальних і соціальних чинників адаптації.

Висновок до розділу 2

В ході емпіричного дослідження були проаналізовані особливості соціально-психологічної адаптації досліджуваних і виявлені взаємозв'язки між особистісними характеристиками, сприйманою культурною дистанцією, соціальною підтримкою та показниками адаптації. Встановлено, що у вибірці в цілому переважає рівень адаптації над дезадаптацією, що свідчить про відносно сприятливий адаптаційний профіль при збереженні варіативності показників.

Кореляційний аналіз показав наявність значущих зв'язків адаптації з рядом особистісних і соціально-психологічних факторів. Зокрема, адаптація позитивно пов'язана з екстраверсією, добросовісністю, відкритістю новому досвіду та сприйманою соціальною підтримкою. Емоційна стабільність демонструє негативний зв'язок з дезадаптацією, що вказує на її захисну роль в адаптаційному процесі. Авторитарна агресія, навпаки, пов'язана з нижчим рівнем адаптації та вищим рівнем дезадаптації.

Отримані результати в цілому узгоджуються з даними інших досліджень, у яких підкреслюється значущість особистісних характеристик і соціальної підтримки для успішної адаптації. Водночас виявлені ефекти культурної дистанції у даній вибірці не досягли статистичної значущості, що може вказувати на опосередкований характер впливу даного показника та роль додаткових соціально-психологічних чинників.

У цілому результати дослідження свідчать про важливу роль індивідуальних особистісних ресурсів і соціального оточення у процесі соціально-психологічної адаптації українських студентів у країнах Європейського Союзу. Отримані дані дозволяють розглядати адаптацію як багатофакторний процес, що визначається взаємодією особистісних і соціально-психологічних чинників.

Таким чином, результати дослідження частково підтверджують висунуту гіпотезу щодо значущості особистісних характеристик і соціальної

підтримки у процесі соціально-психологічної адаптації українських студентів у країнах Європейського Союзу.

ВИСНОВОК

Дослідження соціально-психологічних чинників, що впливають на успішність адаптації, є надзвичайно важливим для розуміння механізмів пристосування особистості до умов змінного соціального середовища та для подальшої розробки стратегій, спрямованих на підвищення ефективності адаптаційного процесу. Адаптація розглядається як багатоаспектне явище, необхідність якого виникає неодноразово в міру зіткнення індивіда зі змінами в навколишньому середовищі.

У межах вирішення першого завдання дослідження було проаналізовано теоретичні підходи до розуміння соціально-психологічної адаптації особистості. З огляду на складність і багатоаспектність адаптаційного процесу теоретичний аналіз дозволив глибше вивчити дане явище. Встановлено, що адаптаційний процес поєднує в собі психологічні та соціальні аспекти і передбачає активну взаємодію індивіда із соціальним середовищем. Незважаючи на відмінності психологічних підходів у розумінні процесу адаптації, спільним виступає уявлення про те, що успішність адаптації визначається збереженням внутрішньої цілісності та ідентичності в умовах змін навколишнього середовища. При цьому адаптація може реалізовуватися як через активну, так і пасивну форму взаємодії із середовищем, де пасивне пристосування на початкових етапах може виконувати захисну функцію.

У межах вирішення другого завдання було розглянуто основні моделі та механізми соціально-психологічної адаптації. Складність і багатоаспектність адаптаційного процесу також відображається в різноманітності підходів до його опису на рівні теоретичних моделей. Зокрема, когнітивно-поведінкова модель розглядає адаптацію як процес зміни когнітивних установок і поведінкових патернів, де трансформація мислення може приводити до зміни поведінки, а поведінкові зміни — до корекції когнітивних схем.

Стрес-орієнтована модель копінгу пояснює адаптацію через способи подолання стресових ситуацій і передбачає існування

проблемно-орієнтованих і емоційно-орієнтованих стратегій. Перша з них спрямована на активне вирішення адаптаційних труднощів, тоді як друга — на зміну сприйняття та емоційної оцінки ситуації без безпосереднього впливу на саму проблему.

Окрім теоретичних моделей, адаптаційний процес може бути описаний через систему психологічних механізмів, що включають емоційний, когнітивний і поведінковий компоненти.

Емоційний компонент передбачає первинну емоційну реакцію на ситуацію, що виникла, та відображає її суб'єктивну значущість для індивіда. Когнітивний компонент пов'язаний із процесом інтерпретації та оцінки ситуації, визначенням її значення для особистості. Поведінковий компонент реалізується у виборі конкретних дій у відповідь на вимоги ситуації та визначається попередньою емоційно-когнітивною обробкою.

У межах вирішення третього завдання було визначено основні детермінанти соціально-психологічної адаптації. У межах теоретичного аналізу соціально-психологічних чинників, що впливають на успішність адаптації, було виокремлено індивідуальні та групові фактори. До індивідуальних факторів віднесено особистісні характеристики, когнітивні та емоційні ресурси, зокрема риси особистості за п'ятифакторною моделлю, емоційну стабільність, емоційний інтелект, когнітивну гнучкість та авторитарні установки. До групових факторів належать культурна дистанція та сприймана соціальна підтримка, які виявляють значущу роль у процесі адаптації через суб'єктивне сприйняття індивідом соціального середовища.

У межах вирішення четвертого завдання було обґрунтовано та описано методи, методики та організацію емпіричного дослідження. Емпіричний етап дослідження дозволив виявити особливості адаптації досліджуваних ($n=30$), більшість з яких характеризуються високим або достатнім рівнем соціально-психологічної адаптованості (83,3%). Незначна частка вибірки демонструє баланс між адаптаційними та дезадаптаційними показниками, тоді як 6,7% досліджуваних мають перевагу дезадаптаційних характеристик.

У межах вирішення п'ятого завдання було проаналізовано отримані результати та окреслено перспективи подальших досліджень. Кореляційний аналіз показав наявність зв'язків між рівнем адаптації та низкою індивідуальних і групових чинників. Зокрема, виявлено значущі зв'язки особистісних характеристик та емоційної стабільності з показниками адаптації, а також позитивний зв'язок сприйманої соціальної підтримки. Водночас сприймана культурна дистанція не продемонструвала статистично значущих зв'язків.

Порівняння отриманих результатів з попередніми дослідженнями загалом підтвердило провідну роль особистісних характеристик і соціальної підтримки у процесі адаптації, однак виявило розбіжності щодо значущості дружелюбності та культурної дистанції, що може бути пов'язано з особливостями вибірки.

Таким чином, отримані результати емпіричного дослідження підтверджують значущість як внутрішніх, так і зовнішніх ресурсів у забезпеченні успішності адаптаційного процесу, що загалом свідчить про часткове підтвердження висунутої гіпотези.

Під час інтерпретації результатів також було визначено основні обмеження дослідження. До них належать невеликий обсяг вибірки, її неоднорідність за країнами перебування та тривалістю проживання за кордоном, використання окремих методик без офіційної українськомовної адаптації, а також онлайн-формат збору даних, який обмежує контроль умов проходження опитування. Врахування зазначених обмежень є важливим для коректної інтерпретації отриманих результатів та визначення напрямів подальших наукових пошуків.

Практична значущість дослідження визначається можливістю застосування отриманих результатів у практиці психологічного супроводу українських студентів, які навчаються в країнах Європейського Союзу. Зокрема, результати можуть бути використані для розробки та впровадження заходів, спрямованих на полегшення процесу їх соціально-психологічної

адаптації до нових соціокультурних умов. Отримані дані можуть бути корисними для фахівців психологічної служби, соціальних працівників та представників освітніх установ.

Перспективи подальших досліджень пов'язані з необхідністю розширення вибірки досліджуваних, що дозволить підвищити надійність та узагальненість отриманих результатів. Важливим напрямом подальших наукових пошуків є більш детальне вивчення ролі особистісної мотивації у процесі соціально-психологічної адаптації, зокрема її впливу на активність індивіда та взаємодію з соціальним середовищем.

Окрім того, перспективним є дослідження впливу рівня академічного та соціального навантаження на процес адаптації, з урахуванням поєднання навчальної діяльності, професійної зайнятості та вимог середовища приймаючої країни. Такий підхід дозволить глибше зрозуміти умови, за яких відбувається адаптація, а також виявити чинники, що можуть ускладнювати або, навпаки, полегшувати цей процес.

ПЕРЕЛІК ВИКОРИСТАНИХ ДЖЕРЕЛ

1. Кліманська, М. Б., Галецька, І. І. Українська адаптація короткого п'ятифакторного опитувальника особистості TIPI (TIPI-UKR) / Марина Борисівна Кліманська, Інна Іванівна Галецька // *Psychological Journal*. — 2019. — Vol. 5, № 9. — Електронний ресурс: <https://doi.org/10.31108/1.2019.5.9.4> (дата звернення: 03.01.2026).
2. Котова М. В. Соціально-психологічні детермінанти адаптації українських студентів у країнах ЄС // Цифрове суспільство: міжнародні економічні відносини, управління, фінанси та соціум : матеріали міжнародної науково-практичної конференції. Дніпро : Університет митної справи та фінансів, 2026. С. 251. URL: <https://drive.google.com/file/d/1rcntfMfQ2obcKk3pPIuaNMgmp3T0j4sp> (дата звернення: 05.06.2026).
3. Методика дослідження соціально-психологічної адаптації К. Роджерса – Р. Даймонда [Електронний ресурс]. — Режим доступу: <https://guc.org.ua/wp-content/uploads/2024/06/BLANK-Rodzhera-Dajmonda.pdf> (дата звернення: 03.01.2026).
4. Мельник, Ю. Б., Стаднік, А. В. Багатомірна шкала сприйняття соціальної підтримки: методичний посібник (українська версія) / Ю. Б. Мельник, А. В. Стаднік. — Харків: ХОГОКЗ, 2023. — 12 с. — Електронний ресурс: <https://doi.org/10.26697/melnyk.stadnik.6.2023> (дата звернення: 03.01.2026).
5. Слюсаревський, М. М., Блинова, О. Є. *Психологія міграції : навчальний посібник* / Національна академія педагогічних наук України, Інститут соціальної та політичної психології. — Вид. 2-ге, переробл. і доповнене. — Київ : Талком, 2018. — 360 с. — Електронний ресурс: <https://lib.iitta.gov.ua/id/eprint/745940> (дата звернення: 18.05.2026).
6. Akbari A., Torabizadeh C., Nick N. et al. The effects of training female students in emotion regulation techniques on their social problem-solving skills and social anxiety: a randomized controlled trial // *Child and Adolescent Psychiatry and Mental Health*. 2025. Vol. 19, no. 3. DOI: <https://doi.org/10.1186/s13034-025-00860-1> (дата звернення: 07.12.2025).
7. Aldwin, C. M., Werner, E. E. *Stress, Coping, and Development: An Integrative Perspective*. — 2nd ed. — New York: Guilford Press, 2009. — P. 129–134. — Електронний ресурс: <https://books.google.de/books?id=SWW3V39ak34C> (дата звернення: 10.12.2025).

8. Altemeyer, B. *Right-Wing Authoritarianism*. — Winnipeg: Univ. of Manitoba Press, 1981. — 364 p. — Электронный ресурс: <https://books.google.de/books?id=-mFaEAAAQBAJ> (дата звернения: 19.12.2025).
9. Awad, E., Fawaz, M., Hallit, S., Obeid, S. The moderating effect of emotion regulation in the association between coping strategies and resilience in Lebanese adults // *BMC Psychol.* — 2022. — Vol. 10. — Article 296. — Электронный ресурс: <https://link.springer.com/article/10.1186/s40359-022-01019-9> (дата звернения: 07.12.2025).
10. Bandura, A. *Social Learning Theory*. — New York: General Learning Press, 1977. — 46 p. — Электронный ресурс. — Режим доступа: https://www.asecib.ase.ro/mps/Bandura_SocialLearningTheory.pdf (дата звернения: 08.12.2025).
11. Beck, J. S. *Cognitive Behavior Therapy: Basics and Beyond*. — 2nd ed. — New York: The Guilford Press, 2011. — P. 30–34, 36–39. — Электронный ресурс: https://books.google.de/books?id=J_iAUcHc60cC (дата звернения: 06.12.2025).
12. Beierlein, C., Asbrock, F., Kauff, M., Schmidt, P. Die Kurzskala Autoritarismus (KSA-3): Ein ökonomisches Messinstrument zur Erfassung dreier Subdimensionen autoritärer Einstellungen // *GESIS Working Papers*. — 2014. — № 35. — Электронный ресурс: <https://nbn-resolving.org/urn:nbn:de:0168-ss0ar-426711> (дата звернения: 03.01.2026).
13. Berry, J. W., Poortinga, Y. H., Pandey, J. (Eds.) *Handbook of Cross-cultural Psychology*. Vol. 3. — Boston, MA: Allyn & Bacon, 1997. — 532 p. — P. 294–298. — Электронный ресурс: <https://books.google.de/books?id=Z0L7dwJKel8C> (дата звернения: 08.12.2025).
14. Chen, N., Zhang, Y. An Analysis on How Personality Traits Influence Acculturation and Cross-Cultural Adaptation for International Students // *Journal of Education, Humanities and Social Sciences*. — 2023. — Vol. 9. — P. 82–86. — Электронный ресурс: <https://doi.org/10.54097/ehss.v9i.6418>
15. Duckitt, J., Sibley, C. G. Personality, Ideology, Prejudice, and Politics: A Dual-Process Motivational Model / John Duckitt, Chris G. Sibley // *Journal of Personality*. — 2010. — Vol. 78, № 6. — P. 1861–1893. — Электронный ресурс: <https://www.researchgate.net/publication/47642855> (дата звернения: 19.12.2025).
16. Duncan, L. E., Peterson, B. E. Authoritarianism, Cognitive Rigidity, and the Processing of Ambiguous Visual Information / Lauren E. Duncan, Bill E. Peterson // *Journal of Personality and Social Psychology*. — 2001. — Vol. 80, № 3. — P. 481–492. — Электронный ресурс:

- <https://www.researchgate.net/publication/266575133> (дата звернення: 20.12.2025).
17. English, A., Chi, R. A Longitudinal Study on International Students' Stress, Problem-Focused Coping and Cross-Cultural Adaptation in China // *Journal of International Students*. — 2020. — Vol. 10, Suppl. Issue 3. — Электронний ресурс: [https://doi.org/10.32674/jis.v10iS\(3\).1774](https://doi.org/10.32674/jis.v10iS(3).1774) (дата звернення: 28.05.2026).
 18. Erikson, E. H. *Identity: Youth and Crisis*. — New York: W. W. Norton & Company, 1968. — 338 p. — Электронний ресурс: https://www.academia.edu/37327712/Erik_H_Erikson_Identity_Youth_and_Crisis (дата звернення: 04.12.2025).
 19. Eurostat. *Temporary protection for 4.40 million in February 2026* [Электронний ресурс]. — Режим доступу: <https://ec.europa.eu/eurostat/web/products-eurostat-news/w/ddn-20260414-1> (дата звернення: 17.04.2026).
 20. Festinger, L. *A Theory of Cognitive Dissonance*. — Stanford: Stanford University Press, 1957. — 259 p. — Электронний ресурс: <https://books.google.de/books?id=voeQ-8CASacC> (дата звернення: 05.12.2025).
 21. Freud, S. *Das Ich und das Es*. — Wien ; Leipzig ; Zürich : Internationaler Psychoanalytischer Verlag, 1923. — 90 s. — Электронний ресурс: https://archive.org/details/Freud_1923_Das_Ich_und_das_Es_k (дата звернення: 05.12.2025).
 22. Fromm, E. *Escape from Freedom*. — New York: Farrar & Rinehart, Inc., 1941. — 260 p. — P. 104, 217. — Электронний ресурс: <https://edarcipelago.com/classici/erichfromm/escape%20from%20freedom%20-%20erich%20fromm.pdf> (дата звернення: 03.12.2025).
 23. Gebregergis, W. T., Csukonyi, C. Unveiling Psychological and Sociocultural Adaptation Patterns of International Students in Hungary // *Journal of International Students*. — 2025. — Vol. 15, № 4. — P. 97–118. — Электронний ресурс: <https://doi.org/10.32674/21yqse06> (дата звернення: 05.04.2026).
 24. Gebregergis, W. T., Csukonyi, C., Šmigelskas, K. A Systematic Review of Personal and Situational Factors Associated with Intercultural Adaptation of International Students: Unravelling the Resources and Demands // *International Journal of Intercultural Relations*. — 2025. — Vol. 108. — Article 102252. — Электронний ресурс: <https://doi.org/10.1016/j.ijintrel.2025.102252> (дата звернення: 05.04.2026).
 25. Geeraert, N., Demes, K. A. Measures Matter: Scales for Adaptation, Cultural Distance, and Acculturation Orientation Revisited // *Journal of Cross-Cultural Psychology*. — 2014. — Vol. 45, № 1. — P. 91–109. — Электронний ресурс: <https://doi.org/10.1177/0022022113487590> (дата звернення: 22.12.2025).

26. Goodenough, D. R., Witkin, H. A. Origins of the Field-Dependent and Field-Independent Cognitive Styles // *ETS Research Bulletin Series*. — 1977. — № i. — Р. i–80. — Электронний ресурс: <https://doi.org/10.1002/j.2333-8504.1977.tb01134.x> (дата звернення: 17.12.2025).
27. Gross, J. J. Emotion regulation: Affective, cognitive, and social consequences // *Psychophysiology*. — 2002. — Vol. 39. — Р. 281–291. — Электронний ресурс: <https://doi.org/10.1017/S0048577201393198> (дата звернення: 07.12.2025).
28. Gross, J. J. The emerging field of emotion regulation: An integrative review // *Review of General Psychology*. — 1998. — Vol. 2, № 3. — Р. 271–299. — Використано Р. 278. — Электронний ресурс: <https://oveislab.com/s/Gross-1998.pdf> (дата звернення: 07.12.2025).
29. Han, Y., Sears, G. J., Wang, Y. Facilitating Cross-Cultural Adaptation: A Meta-Analytic Review of Dispositional Predictors of Expatriate Adjustment // *Journal of Cross-Cultural Psychology*. — 2022. — Vol. 53, Issue 9. — Электронний ресурс: <https://doi.org/10.1177/00220221221109559>
30. Herskovits, M. J. *Acculturation: The Study of Culture Contact*. — New York: J. J. Augustin Publisher, 1938. — 158 p. — Р. 10. — Электронний ресурс: <https://dn790009.ca.archive.org/0/items/acculturationstu00hers/acculturationstu00hers.pdf> (дата звернення: 08.12.2025).
31. Jugert, P., Cohrs, J. C., Duckitt, J. Inter- and Intrapersonal Processes Underlying Authoritarianism: The Role of Social Conformity and Personal Need for Structure // *European Journal of Personality*. — 2009. — Vol. 23, № 7. — Р. 607–621. — Электронний ресурс: <https://www.researchgate.net/publication/229956791> (дата звернення: 20.12.2025).
32. Kasic, A. Individual Factors in Acculturation: An Overview of Key Dimensions // *Behav. Sci.* — 2025. — Vol. 15, № 6. — Article 827. — Электронний ресурс: <https://doi.org/10.3390/bs15060827> (дата звернення: 12.12.2025).
33. Ladum A., Burkholder G. Psychological adaptation of international students in the northern part of Cyprus // *Higher Learning Research Communications*. 2019. Vol. 9, no. 1. DOI: <https://doi.org/10.18870/hlrc.v9i1.436> (дата звернення: 22.12.2025).
34. Lazarus, R. S. *Emotion and Adaptation*. — New York ; Oxford: Oxford University Press, 1991. — Электронний ресурс: <https://books.google.de/books?id=-ltMCAAQBAJ> (дата звернення: 06.12.2025).

35. Lazarus, R. S., Folkman, S. *Stress, Appraisal, and Coping*. — New York: Springer Publishing Company, 1984. — 456 p. — P. 149–152. — Электронный ресурс: <https://books.google.de/books?id=i-ySQQuUpr8C> (дата звернения: 06.12.2025).
36. Lee, L. Y., Sukoco, B. M. The Effects of Cultural Intelligence on Expatriate Performance: The Moderating Effects of International Experience // *The International Journal of Human Resource Management*. — 2010. — Vol. 21, № 7. — P. 963–981. — Электронный ресурс: <https://doi.org/10.1080/09585191003783397> (дата звернения: 28.05.2026).
37. Lopez-Zafra, E., El Ghoudani, K. The influence of culture of honor and emotional intelligence in the acculturation of Moroccan immigrant women // *The Spanish Journal of Psychology*. — 2014. — Vol. 17. — P. 1–9. — Электронный ресурс: <https://doi.org/10.1017/sjp.2014.53> (дата звернения: 13.12.2025).
38. Lou, N. M., Noels, K. A. Sensitivity to Language-Based Rejection in Intercultural Communication: The Role of Language Mindsets and Implications for Migrants' Cross-Cultural Adaptation // *Applied Linguistics*. — 2019. — Vol. 40, № 3. — P. 478–505. — Электронный ресурс: <https://www.researchgate.net/publication/322103333> (дата звернения: 28.05.2026).
39. Malay, E. D., Otten, S., Coelen, R. J. Predicting Adjustment of International Students: The Role of Cultural Intelligence and Perceived Cultural Distance // *Research in Comparative and International Education*. — 2023. — Vol. 18, № 2. — Article 17454999231159469. — Электронный ресурс: <https://doi.org/10.1177/17454999231159469> (дата звернения: 22.12.2025).
40. Maslow, A. H. *Motivation and Personality*. — Harper & Row Publishers, 1954. — 394 p. — P. 158–159. — Электронный ресурс: <https://www.holybooks.com/motivation-and-personality> (дата звернения: 03.12.2025).
41. Oberg, K. Culture Shock: Adjustment to New Cultural Environments // *Practical Anthropology*. — 1960. — Электронный ресурс: https://culturaladjustment.weebly.com/uploads/7/5/4/8/7548819/culture_shock_oberg.pdf (дата звернения: 08.12.2025).
42. Otlu, F. N. *College Adjustment of International Students: The Role of Gender, Acculturative Stress, Coping Skills, Cultural Distance, and Perceived Social Support*: Master's Thesis. — Ankara: Middle East Technical University, 2010. — Электронный ресурс: <https://open.metu.edu.tr/handle/11511/20186> (дата звернения: 22.12.2025).
43. Petrides, K. V., Furnham, A. On the Dimensional Structure of Emotional Intelligence // *Personality and Individual Differences*. — Vol. 28, № 3. — 2000. —

- P. 437–468. — Электронный ресурс: [https://www.psychometriclab.com/adminsdata/files/PAID%20\(2000\)%20-%20T_E_L.pdf](https://www.psychometriclab.com/adminsdata/files/PAID%20(2000)%20-%20T_E_L.pdf) (дата звернения: 13.12.2025).
44. Piaget, J. *La Psychologie de l'intelligence*. — First English edition. — London & New York: Routledge & Kegan Paul, 1950. — P. 8. — Электронный ресурс: <https://books.google.com/books?id=rIKBAgAAQBAJ> (дата звернения: 30.11.2025).
45. Razgulin, J., Argustaitė-Zailskienė, G., Šmigelskas, K. The Role of Social Support and Sociocultural Adjustment for International Students' Mental Health // *Scientific Reports*. — 2023. — Vol. 13. — Article 893. — Электронный ресурс: <https://doi.org/10.1038/s41598-022-27123-9> (дата звернения: 24.12.2025).
46. Rogers, C. R., Dymond, R. F. *Psychotherapy and Personality Change: Co-ordinated Research Studies in the Client-Centered Approach*. — Chicago: University of Chicago Press, 1954. — С. 79. — Электронный ресурс: <https://hdl.handle.net/2027/mdp.39015033184154> (дата звернения: 03.01.2026).
47. Rokeach, M. *The Open and Closed Mind: Investigations into the Nature of Belief Systems and Personality Systems* / Milton Rokeach. — New York: Basic Books, 1960. — 460 p. — Электронный ресурс: <https://ia601505.us.archive.org/14/items/in.ernet.dli.2015.187615/2015.187615.The-Open-And-Closed-Mind.pdf> (дата звернения: 19.12.2025).
48. Rosenbaum, D., Int-Veen, I., Rubel, J., Laicher, H., Kroczeck, A., Lawyer, G., Fallgatter, A. J., Ann-Christine. Associations of different emotion regulation strategies with coping-efficacy, rumination and stress // *Cogn. Ther. Res.* — 2022. — Vol. 46. — P. 889–901. — Электронный ресурс: <https://link.springer.com/article/10.1007/s10608-022-10307-y> (дата звернения: 07.12.2025).
49. Schmitz, P. G., Berry, J. W. Structure of Acculturation Attitudes and their Relationships with Personality and Psychological Adaptation: A Study with Immigrant and National Samples in Germany // *Rendering Borders Obsolete: Cross-Cultural and Cultural Psychology as an Interdisciplinary, Multi-Method Endeavor*. — 2011. — Электронный ресурс: https://scholarworks.gvsu.edu/iaccp_papers/80 (дата звернения: 13.12.2025).
50. Schmitz, P. G., Schmitz, F. Emotional Intelligence and Acculturation // *Behavioral Psychology / Psicología Conductual*. — Vol. 20, № 1. — 2012. — P. 15–41. — Электронный ресурс: <https://www.researchgate.net/publication/259384569> (дата звернения: 13.12.2025).
51. Selye, H. The general adaptation syndrome and the diseases of adaptation // *Journal of Clinical Endocrinology*. — 1946. — Vol. 6. — P. 117–231. —

- Електронна версія. — Режим доступу: <https://garfield.library.upenn.edu> (дата звернення: 28.11.2025).
52. Selye, H. *The Stress of Life*. — Rev. ed. — New York: McGraw-Hill, 1978. — 515 p. — P. 36–40. — Електронний ресурс: <https://doi.org/10.1086/398544> (дата звернення: 28.11.2025).
53. Shenoy, U. A. *In Moving to a New Country: Children and Adolescent's Adaptation*: Master's Thesis. — Blacksburg: Virginia Polytechnic Institute and State University, 1996. — Електронний ресурс: <http://hdl.handle.net/10919/36723> (дата звернення: 03.01.2026).
54. Sibley, C. G., Duckitt, J. Personality and Prejudice: A Meta-Analysis and Theoretical Review // *Personality and Social Psychology Review*. — 2008. — Vol. 12, № 3. — P. 248–279. — Електронний ресурс: <https://www.researchgate.net/publication/51415480> (дата звернення: 19.12.2025).
55. Smith, C. A., Lazarus, R. S. Emotion and Adaptation // *Contemporary Sociology: A Journal of Reviews*. — 1990. — Vol. 21, № 4. — P. 609–637. — Використано P. 614–616. — Електронний ресурс: <https://www.researchgate.net/publication/232438867> (дата звернення: 07.12.2025).
56. Song, L., Peng, C., Hai, Y., Wang, J., Zhao, J. The Influence of Perceived Social Support on Anxiety among International Students: The Mediating Role of Communicative Adaptability // *Frontiers in Psychology*. — 2026. — Vol. 16. — Article 1498261. — Електронний ресурс: <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2025.1498261> (дата звернення: 24.12.2025).
57. Tyra, A. T., Fergus, T. A., Ginty, A. T. Emotion suppression and acute physiological responses to stress in healthy populations: a quantitative review of experimental and correlational investigations // *Health Psychol. Rev.* — 2023. — Vol. 18, № 2. — P. 396–420. — Електронний ресурс: <https://pmc.ncbi.nlm.nih.gov/articles/PMC12312699> (дата звернення: 07.12.2025).
58. van Oudenhoven, J. P., Mol, S., Van der Zee, K. A. A study of the adjustment of Western expatriates in Taiwan ROC with the Multicultural Personality Questionnaire (MPQ). — University of Groningen, Erasmus University of Rotterdam. — P. 1–35. — Електронний ресурс: <https://repub.eur.nl/pub/1000/psy044.pdf>
59. Waldeck, D., Pancani, L., Holliman, A. J., Karekla, M., Tyndall, I. Adaptability and Psychological Flexibility: Overlapping Constructs? // *Journal of Contextual Behavioral Science*. — 2021. — Vol. 19. — P. 100–110. — Електронний ресурс: <https://www.researchgate.net/publication/348419409> (дата звернення: 20.12.2025).

60. Ward, C., Bochner, S., Furnham, A. *The Psychology of Culture Shock*. — 1st ed. — London: Routledge, 2001. — P. 85, 150. — Электронный ресурс: <https://scholar.google.com/scholar?q=The+psychology+of+culture+shock>
61. Westhoff, M., Heshmati, S., Siepe, B. et al. Psychological Flexibility and Cognitive-Affective Processes in Young Adults' Daily Lives // *Scientific Reports*. — 2024. — Vol. 14. — Article 8182. — Электронный ресурс: <https://doi.org/10.1038/s41598-024-58598-3> (дата звернения: 20.12.2025).
62. Witkin, H. A., Berry, J. W. Psychological Differentiation in Cross-Cultural Perspective // *ETS Research Bulletin Series*. — 1975. — № i. — P. i–100. — Электронный ресурс: <https://doi.org/10.1002/j.2333-8504.1975.tb01043.x> (дата звернения: 17.12.2025).
63. Witkin, H. A., Moore, C. A., Goodenough, D. R., Cox, P. W. Les styles cognitifs «dépendant à l'égard du champ» et «indépendant à l'égard du champ» et leurs implications éducatives // *L'Orientation scolaire et professionnelle*. — 1978. — Vol. 7, № 4. — P. 299–349. — Электронный ресурс: https://www.persee.fr/doc/binop_0249-6739_1978_num_7_4_3919 (дата звернения: 17.12.2025).
64. Zhang, J., Mandl, H. Personality, Acculturation, and Psychosocial Adjustment of Chinese International Students in Germany // *Psychological Reports*. — 2010. — Vol. 107, № 2. — P. 511–525. — Электронный ресурс: <https://www.researchgate.net/publication/49645079>
65. Zimet, G. D. Multidimensional Scale of Perceived Social Support (MSPSS): Scale Items and Scoring Information / Gregory D. Zimet. — Электронный ресурс: <https://www.researchgate.net/publication/311534896> (дата звернения: 03.01.2026).
66. Zimet, G. D., Dahlem, N. W., Zimet, S. G., Farley, G. K. The Multidimensional Scale of Perceived Social Support // *Journal of Personality Assessment*. — 1988. — Vol. 52, № 1. — P. 30–41. — Электронный ресурс: <https://www.researchgate.net/publication/240290845> (дата звернения: 03.01.2026).

ДОДАТКИ

Додаток А

Первинні (сирі) дані психодіагностичного дослідження

ІD	Країна	Тривалість	TIPI-UKR: E	TIPI-UKR: Др	TIPI-UKR: Дб	TIPI-UKR: EC	TIPI-UKR: B	KSA-3	KSA-3: A	KSA-3: П	KSA-3: К	CDS	MSPS S	A	Д
Д1	Німеччина	2 роки	6	13	8	5	7	2,89	3,67	2,67	2,33	14	4,5	141	106
Д2	Німеччина	1,5 року	10	11	12	11	12	1,67	1	1,67	2,33	22	4,3	185	57
Д3	Німеччина	2 роки	7	9	11	11	11	3	3	2,67	3,33	25	4,8	138	61
Д4	Норвегія	2 міс	9	13	11	9	9	2,33	2	2,33	2,67	26	5,2	169	49
Д5	Польща	2 роки	10	9	10	10	10	2,33	2	2,33	2,76	7	6	160	33
Д6	Чехія	1,5 міс	13	11	13	5	13	2,78	2	2	4,33	18	5,6	193	46
Д7	Данія	5 міс	11	8	7	10	10	2,5	2,33	2,67	2,67	19	6	164	95
Д8	Нідерланди	4 роки	8	12	11	6	9	2,78	3	2	3,33	24	5,3	153	81
Д9	Німеччина	2 роки	8	12	13	10	13	3,11	3	3	3,33	29	6	152	105
Д10	Німеччина	1,5 року	7	11	11	12	8	2,22	1,33	2,67	2,67	29	3,6	134	63
Д11	Німеччина	3 роки	6	11	6	9	6	2,78	3,33	2,67	2,33	30	3,8	150	88
Д12	Німеччина	4 роки	10	11	12	4	8	2,33	2	2	3	29	6	179	115
Д13	Австрія	3 роки	8	11	11	7	9	2,33	2	2	3	19	5,2	169	33
Д14	Німеччина	3,5 року	9	10	9	8	10	2,31	1,6	2	3,33	14	4,1	149	84
Д15	Німеччина	3 роки	13	13	14	7	14	2,6	2,33	2	3,33	33	5,8	177	77
Д16	Німеччина	1 рік	8	9	11	3	7	3,2	3,67	3,33	2,67	18	5,2	132	134
Д17	Німеччина	5 міс	6	14	10	5	3	2,6	2,67	2,33	2,67	21	5,1	156	174

Продовження додатку А

Д18	Німеччина	6 міс	10	10	10	9	10	2,89	2,67	4,33	1,67	19	4,6	174	67
Д19	Фінляндія	5 міс	11	8	10	6	9	2,4	2	2,67	2,67	30	5,3	169	69
Д20	Німеччина	3 роки	6	9	13	10	9	3,89	3,67	3,67	4,33	22	5	135	101
Д21	Чехія	3,5 року	10	9	9	7	10	2,6	3	2,67	2	23	5,8	169	46
Д22	Данія	5 міс	11	10	11	7	12	2,3	2,67	2,67	1,67	23	5,4	170	74
Д23	Бельгія	2 тижні	10	9	13	7	7	2	1,67	2	2,33	27	2,6	137	76
Д24	Ірландія	6 міс	7	10	10	7	9	3,11	3,33	2,67	3,33	22	6	164	141
Д25	Франція	4 роки	9	10	11	10	14	3,33	2,33	4	3,67	33	5,7	180	85
Д26	Німеччина	14 міс	10	8	13	14	14	3,11	3	2	4,33	33	2,1	197	4
Д27	Німеччина	3,5 року	5	8	11	3	10	2,67	3,33	2,67	2	15	4,3	176	51
Д28	Німеччина	2 роки	5	13	9	4	11	3,11	4,33	2,33	2,67	8	1,9	99	151
Д29	Німеччина	6 міс	9	11	10	8	12	2,44	2,67	2,33	2,33	8	3,5	107	116
Д30	Німеччина	8 міс	10	8	64	4	12	3,67	5	3	3	23	1	114	162

Д1-Д30 - досліджувані; TIPI-UKR - п'ятифакторна модель особистості; TIPI-UKR: Е - екстраверсія; TIPI-UKR: Др - дружелюбність; TIPI-UKR: Дб - добросовісність; TIPI-UKR: ЕС - емоційна стабільність; TIPI-UKR: В - відкритість до досвіду; KSA-3 - шкала авторитаризму; KSA-3: А - агресія; KSA-3: П - підпорядкованість; KSA-3: К - конвенціоналізм; CDS - шкала культурної дистанції; MSPSS - багатовимірна шкала сприйнятої соціальної підтримки; СПА-А - показник адаптації; СПА-Д - показник дезадаптації.

Статистичні результати кореляційного аналізу

Показник	A (rs / r)	p (A)	D (rs / r)	p (D)
TIPI-UKR: Екстраверсія	0,51	0,004	-0,35	0,06
TIPI-UKR: Дружелюбність	-0,05	0,808	0,24	0,203
TIPI-UKR: Добросовісність	0,4	0,03	-0,33	0,072
TIPI-UKR: Емоційна стабільність	0,12	0,544	-0,4	0,028
TIPI-UKR: Відкритість до нового	0,37	0,045	-0,25	0,19
KSA-3	-0,19	0,321	0,4	0,029
KSA-3: Конвенціоналізм	0,17	0,378	-0,06	0,757
KSA-3: Агресія	-0,49	0,006	0,53	0,003
KSA-3: Підпорядкованість	-0,14	0,476	0,21	0,256
CDS	0,31	0,091	-0,13	0,506
MSPSS	0,43	0,018	-0,07	0,724

rs - коефіцієнт рангової кореляції Спірмена; **r** - коефіцієнт кореляції Пірсона;

p - рівень статистичної значущості; **TIPI-UKR** - п'ятифакторна модель

особистості; **KSA-3** - шкала авторитаризму; **CDS** - шкала культурної

дистанції; **MSPSS** - багатовимірна шкала сприйнятої соціальної підтримки; **A**

- показник адаптації; **D** - показник дезадаптації.