

МІНІСТЕРСТВО ОСВІТИ І НАУКИ УКРАЇНИ
ОДЕСЬКИЙ НАЦІОНАЛЬНИЙ УНІВЕРСИТЕТ ІМЕНІ І.І. МЕЧНИКОВА

Кваліфікаційна наукова праця
на правах рукопису

САВІНОК АРТЕМ ВІКТОРОВИЧ

УДК 316.6:159.942.5:364.628-054.73

**СОЦІАЛЬНО-ПЕРЦЕПТИВНІ ЧИННИКИ ЕФЕКТИВНОСТІ
АДАПТАЦІЇ ПЕРЕСЕЛЕНЦІВ У НОВОМУ СЕРЕДОВИЩІ**

Спеціальність 053 Психологія
Галузь 05 Соціальні та поведінкові науки

Подається на здобуття наукового ступеня доктора філософії
Дисертація містить результати власних досліджень.
Використання ідей, результатів і текстів інших авторів мають
посилання на відповідне джерело _____ А.В.Савінок

Науковий керівник:

доктор психологічних наук,
професор
Кононенко Оксана Іванівна

Одеса – 2026

АНОТАЦІЯ

Савінок А.В. Соціально-перцептивні чинники ефективності адаптації переселенців у новому середовищі. – Кваліфікаційна наукова праця на правах рукопису.

Дисертація на здобуття наукового ступеня доктора філософії за спеціальністю 053 «Психологія». – Одеський національний університет імені І.І. Мечникова МОН України. – Одеса, 2026.

Дисертацію присвячено дослідженню особливостей соціально-перцептивних чинників ефективності адаптації переселенців у новому середовищі.

Здійснено теоретико-методологічний аналіз проблеми адаптації та основних проблем пристосування переселенців до нового середовища.

Узагальнення специфіки адаптації осіб, які опинилися в нових соціальних умовах унаслідок вимушеного переміщення, актуалізує необхідність розгляду соціально-перцептивних чинників як самостійної аналітичної площини дослідження. Вказані чинники відображають своєрідність того, як індивід сприймає, інтерпретує та осмислює новий соціальний контекст. Їх зміст охоплює особливості формування уявлень про соціальне середовище, уміння розпізнавати й адекватно трактувати поведінкові прояви інших, визначення символічних меж між «своїми» та «чужими», зміни в образі Я під впливом життєвих трансформацій, а також очікування щодо перспектив і характеру подальшої міжособистісної взаємодії.

Виділення соціально-перцептивних чинників як окремого предмета наукового аналізу створює підґрунтя для комплексного вивчення механізмів адаптивної активності особистості. Такий підхід уможливорює виявлення взаємозалежностей між когнітивними, емоційними та соціальними компонентами процесу пристосування; визначення системи показників адаптованості (зокрема рівня довіри до оточення, інтенсивності соціальної тривожності, готовності до комунікативної ініціативи, специфіки каузальних

пояснень подій); а також окреслення напрямів психологічної підтримки, спрямованої на трансформацію соціальних уявлень, установок і очікувань.

На основі системного теоретико-емпіричного дослідження *розкрито* теоретичне осмислення психологічних механізмів включення особистості в нову систему соціальних зв'язків; *визначено* адаптацію переселенців як процес реконструкції ідентичності та засвоєння нових моделей соціальної поведінки через спостереження й взаємодію; *виявлено та емпірично підтверджено* роль соціальної конгруентності як інтегрального показника ефективності соціального функціонування та міжособистісної взаємодії переселенців; *створено* цілісні факторні моделі особистості переселенців з різними рівнями адаптації: з високим рівнем адаптації (Особистісна сила та емоційно стабільне Я, Психологічне благополуччя та соціальна зрілість, Інтернальність та відповідальність за життєві події), з низьким рівнем адаптації (Суперечлива Я-концепція та захисні дезінтеграція, Декларативне благополуччя за умов зовнішнього контролю, Напружена активність та домінантність на тлі екстернальності та недовіри до соціального середовища); *виявлено та емпірично підтверджено* структуру соціально-перцептивних чинників адаптації переселенців у новому середовищі (навички емпатійної комунікації, толерантність до культурних відмінностей та відчуття приналежності до нової спільноти); *розроблено* авторську методику вивчення особливостей уявлення переселенців про інших людей; *поглиблено та уточнено*: концептуальні засади соціально-психологічної адаптації; *набули подальшого розвитку*: уявлення про соціальну перцепцію в умовах кризового соціального контексту.

Укладено трифакторні моделі особистості переселенців з високим та низьким рівнями адаптації. Трифакторна структура особистості переселенців із високими показниками адаптованості репрезентує цілісну та внутрішньо узгоджену систему психологічних характеристик. У її межах гармонійно поєднуються особистісна резильєнтність, емоційна стабільність і позитивне, конструктивне ставлення до себе; відчуття психологічного благополуччя, соціальна зрілість і наявність чітких смисложиттєвих орієнтирів; внутрішній

локус контролю, прийняття відповідальності за перебіг життєвих подій і сформовані навички саморегуляції. Саме інтегрованість і взаємоузгодженість зазначених параметрів зумовлюють високу результативність соціальної адаптації в новому соціокультурному середовищі та можуть слугувати еталонною моделлю адаптаційного потенціалу в подальших теоретичних узагальненнях і емпіричних дослідженнях.

Трифакторна модель особистості переселенців із низьким рівнем адаптації відображає фрагментарну й недостатньо інтегровану організацію особистісної сфери. Вона характеризується внутрішньою суперечливістю, амбівалентністю самооцінки та домінуванням неусвідомлених психологічних захисних механізмів над свідомими процесами саморегуляції. Для представників цієї групи типовими є нестабільна й поляризована Я-концепція, розбіжність між декларованими життєвими цілями та реальним прийняттям відповідальності за власні рішення, а також переважання зовнішнього локусу контролю, схильність до проєктивних способів реагування й підвищена конфліктність у взаємодії з соціальним оточенням.

Сучасні суспільні зміни, пов'язані з масштабними міграційними процесами, зумовлюють підвищений інтерес до проблеми психологічної адаптації переселенців у новому соціокультурному просторі. Вимушене переміщення як складний життєвий і психосоціальний досвід супроводжується розривом усталених соціальних контактів, трансформацією звичних умов існування, зміною соціальних ролей і ціннісних орієнтацій, що підвищує ймовірність виникнення дезадаптивних реакцій. За таких умов особливої наукової значущості набуває дослідження соціально-перцептивних детермінант адаптації, серед яких провідне місце посідають толерантність до культурного різноманіття, сформованість емпатійної комунікації та переживання належності до нової соціальної спільноти.

Емпіричне вивчення толерантності до культурних відмінностей як складової соціально-перцептивного чинника продемонструвало, що середній показник комунікативної інтолерантності у вибірці переселенців становить М

= 41,06 бала, що відповідає середньому рівню її прояву. Це свідчить про наявність помірних інтолерантних тенденцій у сфері міжособистісної взаємодії, які не є домінуючими, однак за умов підвищеного психоемоційного напруження можуть ускладнювати процес спілкування. Показники стандартного відхилення ($SD = 15,19$) і коефіцієнта варіації ($V = \pm 0,38$) вказують на відносну неоднорідність вибірки, що дає підстави виокремлювати групи респондентів із низьким, середнім та підвищеним рівнями інтолерантності. Аналіз окремих шкал засвідчив, що найвищі середні значення зафіксовано за параметрами «схильність до перевиховання інших» ($M = 5,59$) та «консерватизм у судженнях» ($M = 5,21$), що відповідає середньо-високому рівню інтолерантних проявів. Водночас підвищені значення стандартних відхилень за цими шкалами свідчать про варіативність поведінкових стратегій та різноспрямованість установок у межах досліджуваної групи.

Середні значення за шкалами «схильність до непростення» ($M = 4,91$), «демонстративність ставлення» ($M = 4,92$) та «неприйняття індивідуальної своєрідності іншого» ($M = 4,71$) відповідають середньому рівню вираженості. Це дозволяє припустити, що інтолерантні реакції за цими параметрами мають переважно ситуативний характер і посилюються в умовах емоційної напруги або міжособистісних суперечностей.

Найнижчий середній результат зафіксовано за шкалою «нетерпимість до дискомфорту» ($M = 3,41$), що відповідає низько-середньому рівню. Такий показник свідчить про відносно збережену здатність респондентів переносити психологічні та фізичні незручності у взаємодії з іншими людьми, що може виступати важливим адаптаційним ресурсом у ситуації вимушеного переміщення.

Інтегральний індекс соціокультурної толерантності сформований на середньо-високому рівні. У структурі соціокультурної толерантності найвищі значення отримано за шкалою емпатії ($M = 14,87$), що відповідає високому рівню розвитку здатності до емоційного розуміння та співпереживання. Показник за шкалою поваги ($M = 10,86$) також перебуває в межах середньо-

високого рівня, відображаючи орієнтацію на прийняття соціального й культурного різноманіття. На основі отриманих даних було сформовано узагальнений психологічний портрет соціокультурно толерантного та комунікативно інтолерантного переселенця з урахуванням характеристик когнітивної сфери (фактор інтелекту), емоційної стабільності, міжособистісної довіри, соціальної проникливості, самооцінки, внутрішньої відповідальності, а також рівня напруження й тривожності.

Переселенці з вираженими ознаками розвиненої толерантності демонструють вищий за середній рівень розвитку інтелекту, що створює умови для розвитку емоційної лабільності, критичного аналізу соціальних ситуацій та нової інформації. У комунікативно інтолерантних переселенців середній показник інтелекту є нижчим, що може обмежувати здатність до когнітивного самоаналізу та гальмувати процес адаптації до соціального середовища.

Афективна збалансованість психіки переселенців виступає важливою характеристикою толерантного профілю особистості, що є підґрунтям сформованої саморегуляції емоційних станів та стресостійкості, необхідних для конструктивної комунікації в нових умовах. В групі комунікативно інтолерантних переселенців констатується висока емоційна лабільність, імпульсивність та виражені реакції у стресових ситуаціях.

В особистісному профілі соціокультурно толерантного переселенця фіксується відносно адекватна самооцінка ($M = 5,9$), що підтверджує віру у свої сили та можливості, готовність покласти на себе відповідальність за наслідки своїх вчинків без зайвого самозвинувачення. У групі комунікативно інтолерантних переселенців, фіксується протилежна тенденція ($M = 9,0$), що свідчить внутрішню напругу, переживання психологічної небезпеки та схильність до ауторуйнівної рефлексії.

Соціокультурно толерантні переселенці характеризуються нормативним рівнем напруження ($M = 4,4$) і низькою тривожністю ($M = 5,0$), що є умовою поведінкової лабільності, ефективною збалансованості та ефективною взаємодії з оточуючими. У комунікативно інтолерантних переселенців констатовано

високе психоемоційне напруження ($M = 5,9$) та тривожності ($M = 7,0$), що може бути показником емоційного перевантаження психіки та використання в процесі взаємодії неефективних стратегій взаємодії.

Встановлено статистично значущий позитивний зв'язок між рівнем емпатії щодо батьків та інтуїтивним каналом емпатії ($r = 0,358$; $p \leq 0,01$). Це означає, що співпереживання найближчому оточенню значною мірою спирається на безпосереднє, інтуїтивне «зчитування» емоційних станів, а не лише на раціональне осмислення. Зафіксовано обернений кореляційний зв'язок між емпатією до незнайомих людей та інтуїтивним каналом ($r = -0,301$; $p \leq 0,05$). В умовах вимушеного переселення інтуїтивна чутливість не завжди поширюється на соціально дистанційованих осіб. Ймовірно, така особливість пов'язана з підвищеною настороженістю, недовірою або використанням захисних стратегій у взаємодії з новим і недостатньо знайомим соціальним оточенням.

Найвищий кореляційний показник зафіксовано між емпатією до людей похилого віку та емоційним каналом емпатії ($r = 0,459$; $p \leq 0,01$). Це свідчить про те, що співчуття до цієї категорії осіб зумовлене високим рівнем емоційної включеності та здатністю до гуманістично спрямованого співпереживання, особливо щодо вразливих груп.

Констатовано, що у структурі емпатії для взаємодії з референтними особами у переселенців особливу роль мають інтуїтивний та емоційний канали, а у взаємодії із соціально віддаленими об'єктами може знижуватися інтуїтивна емпатійність.

Між показниками емпатії та компонентами емоційного інтелекту зафіксовані значимі зв'язки. Наявність негативних кореляцій є показником дисбалансу емоційної емпатії та навичок емоційної саморегуляції, що зумовлюється адаптаційним стресом, емоційним вигоранням та активізацією захисних механізмів, що може тимчасово знижувати глибину емпатійного реагування в умовах тривалих життєвих змін.

Показник емоційної обізнаності виявляє обернений кореляційний зв'язок із емпатійними установками та водночас має виразний прямий зв'язок із загальним рівнем емпатії. Усвідомлення власних емоцій підсилює загальну здатність до співпереживання, але зменшує опору на шаблонні чи зовнішньо зумовлені емпатійні настанови.

Зафіксовано, що цілеспрямованість переселенців та активізація внутрішніх ресурсів суттєво знижують глибину емоційного співпереживання в умовах тривалого стресу.

Рациональне розпізнавання емоцій у переселенців може поєднуватися зі зниженням прямої емоційної залученості, що набуває форми інтелектуалізації емоційного досвіду.

Інтегральний показник емоційного інтелекту виявляє негативні зв'язки з установками на емпатію та емоційним каналом емпатії, а також позитивний зв'язок з ідентифікацією. Загальна емоційна компетентність переселенців більшою мірою пов'язана зі здатністю свідомо приймати позицію іншого, ніж зі спонтанною емоційною реактивністю.

Констатовано взаємозв'язок соціальної фрустрованості та креативності в процесі адаптації переселенців до нових умов проживання.

У групах переселенців із низьким і середнім рівнями адаптації показник соціальної фрустрованості є однаковим ($M = 2,53$), що є показником стабільно підвищеної соціальної незадоволеності та напруження в процесі пристосування до нових умов. У групі з високим рівнем адаптації фіксується протилежна тенденція, що емпірично підтверджує навички ефективнішого додання труднощів та формування соціального благополуччя.

Найвищий рівень фрустрованості зафіксовано у слабоадаптованих переселенців ($M = 2,73$), що детермінується неспівпадінням очікувань та обмеженими можливостями професійної самореалізації. У високоадаптивних цей показник нижчий ($M = 2,44$), що є емпіричним критерієм покращення власної компетентності та побудови життєвих перспектив.

Задоволеність міжособистісними стосунками має тенденцію до зменшення соціальної фрустрованості в процесі збільшення рівня адаптованості. У групі з низьким рівнем адаптації ($M = 3,07$) цей показник є найвищим, що може доводити брак емоційної підтримки та проблеми у формуванні нових соціальних контактів. При зростанні адаптованості цей показник знижується ($M = 2,80$), що можна розглядати як соціальний маркер поступового формування почуття приналежності до соціальної громади, в якій проживають переселенці.

У групі з високим рівнем адаптації відновлюється відчуття власної соціальної значущості та стабільності в новому середовищі. Емпірично доведено, що найбільш уразливими сферами для переселенців на ранніх етапах звикання до нових умов проживання виступають міжособистісні стосунки, освіта та соціальний статус – показники, які безпосередньо впливають на становлення почуття приналежності до нової громади.

В процесі формування цих показників особливого значення набуває зв'язок соціальної фрустрованості та особистісної креативності як здатності долати складні стресові або повсякденні події.

Індекс унікальності має статистично достовірні негативні кореляції із загальною соціальною фрустрованістю, задоволеністю власним соціальним статусом. Це свідчить про те, що відчуття соціальної незадоволеності знижує здатність переселенців продукувати нестандартні, оригінальні ідеї, які є важливим механізмом адаптації в нових умовах.

Індекс типовості демонструє позитивні кореляційні зв'язки з усіма шкалами соціальної фрустрованості, що емпірично підтверджує схильність переселенців до стереотиповості у мисленні, уникнення ризикованої поведінки в умовах соціальної напруги.

Індекс пластичності має стійкі негативні кореляції з усіма ключовими показниками соціальної фрустрованості: соціальна незадоволеність обмежує когнітивну гнучкість переселенців, ускладнюючи їхню здатність швидко змінювати стратегії поведінки, адаптуватися до нових вимог і знаходити

альтернативні шляхи вирішення проблем. Найбільш інформативними виявилися інтегральні показники креативності. Зокрема, інтегральний показник «Оригінальність» має статистично значущі негативні кореляції з усіма шкалами соціальної фрустрованості (r від $-0,145$ до $-0,264$; $p \leq 0,046$). Найсильніший зв'язок виявлено із задоволеністю власним соціальним статусом ($r = -0,264$; $p = 0,000$), що підкреслює роль соціального самосприйняття у формуванні творчого потенціалу переселенців.

Відчуття приналежності до нової спільноти базується на системі уявлень про інших людей. Система оцінних шкал охоплює ключові блоки особистісних рис: моральні якості (чесність, доброзичливість, чуйність, захопленість); інтелектуальні якості (розум, кмітливість, тямущість, допитливість); вольові характеристики (наполегливість, вольовитість, стриманість, працелюбність); індивідуально-стильові особливості (відкритість, життєрадісність, зібраність, посидючість); узагальнене, недиференційоване враження про людину загалом.

Укладені методичні рекомендації орієнтовані на розвиток та посилення соціально-перцептивних чинників, що якісно підвищує ефективність адаптації переселенців у нових соціальних умовах. Можлива структура корекційної роботи поділена за основними напрямками, які відображають соціально-перцептивні чинники адаптаційного процесу.

Ключові слова: соціальна перцепція, соціально-перцептивні чинники, адаптація до нового середовища, психологічна адаптація переселенців, соціально-психологічна адаптація, психологічні ресурси особистості, резильєнтність, життєстійкість, копінг-стратегії, стресостійкість, толерантність до невизначеності, психологічне здоров'я, міжособистісна взаємодія, соціальна підтримка, адаптація в умовах війни.

Savinok A.V. Socio-perceptual factors of the effectiveness of adaptation of immigrants in a new environment. - Qualification scholarly work published as manuscript.

Dissertation for the degree of Doctor of Philosophy in specialty 053 "Psychology". – Odesa I. I. Mechnykov National University, Ministry of Education and Science of Ukraine. – Odesa, 2026.

The dissertation is devoted to the study of the features of social-perceptual factors of the effectiveness of adaptation of migrants in a new environment.

Generalization of the specifics of adaptation of individuals who find themselves in new social conditions as a result of forced displacement actualizes the need to consider social-perceptual factors as an independent analytical plane of research. These factors reflect the uniqueness of how an individual perceives, interprets and comprehends a new social context. Their content includes the features of forming ideas about the social environment, the ability to recognize and adequately interpret the behavioral manifestations of others, the definition of symbolic boundaries between “one’s own” and “others”, changes in the image of the Self under the influence of life transformations, as well as expectations regarding the prospects and nature of further interpersonal interaction. The allocation of social-perceptual factors as a separate subject of scientific analysis creates the basis for a comprehensive study of the mechanisms of adaptive activity of the individual. This approach makes it possible to identify interdependencies between cognitive, emotional and social components of the adaptation process; definition of a system of indicators of adaptability (in particular, the level of trust in the environment, the intensity of social anxiety, readiness for communicative initiative, the specificity of causal explanations of events); as well as outlining the directions of psychological support aimed at transforming social perceptions, attitudes and expectations.

Based on a systematic theoretical and empirical study, the theoretical understanding of the psychological mechanisms of the inclusion of the individual in a new system of social relations is revealed; the adaptation of immigrants is defined as the process of reconstructing identity and mastering new models of social

behavior through observation and interaction; the role of social congruence as an integral indicator of the effectiveness of social functioning and interpersonal interaction of immigrants is identified and empirically confirmed; holistic factor models of the personality of immigrants with different levels of adaptation were created: with a high level of adaptation (Personal strength and emotionally stable self, Psychological well-being and social maturity, Internality and responsibility for life events), with a low level of adaptation (Conflicting self-concept and protective disintegration, Declarative well-being under conditions of external control, Intense activity and dominance against the background of externality and distrust of the social environment); the structure of social and perceptual factors of the adaptation of immigrants in a new environment was identified and empirically confirmed (empathic communication skills, tolerance of cultural differences and a sense of belonging to a new community); the author's methodology for studying the features of the perception of immigrants about other people was developed; the conceptual foundations of socio-psychological adaptation were deepened and clarified; the following were further developed: the idea of social perception in a crisis social context.

Three-factor personality models of immigrants with high and low levels of adaptation have been developed. The three-factor personality structure of immigrants with high levels of adaptation represents a holistic and internally consistent system of psychological characteristics. Within its framework, personal resilience, emotional stability and a positive, constructive attitude towards oneself are harmoniously combined; a sense of psychological well-being, social maturity and the presence of clear meaningful life guidelines; an internal locus of control, acceptance of responsibility for the course of life events and developed self-regulation skills. It is the integration and mutual consistency of these parameters that determine the high effectiveness of social adaptation in a new socio-cultural environment and can serve as a reference model of adaptive potential in further theoretical generalizations and empirical studies. The three-factor personality model of immigrants with a low level of adaptation reflects a fragmented and insufficiently

integrated organization of the personal sphere. It is characterized by internal contradictions, ambivalence of self-esteem and dominance of unconscious psychological defense mechanisms over conscious processes of self-regulation. For representatives of this group, an unstable and polarized self-concept, a discrepancy between declared life goals and real acceptance of responsibility for one's own decisions, as well as the predominance of an external locus of control, a tendency to projective ways of responding and increased conflict in interaction with the social environment are typical.

Modern social changes associated with large-scale migration processes cause increased interest in the problem of psychological adaptation of migrants in a new socio-cultural space. Forced displacement as a complex life and psychosocial experience is accompanied by a break in established social contacts, transformation of habitual conditions of existence, change in social roles and value orientations, which increases the likelihood of maladaptive reactions. Under such conditions, the study of socio-perceptual determinants of adaptation acquires special scientific significance, among which tolerance to cultural diversity, the formation of empathetic communication and the experience of belonging to a new social community occupy a leading place. The empirical study of tolerance to cultural differences as a component of the socio-perceptual factor demonstrated that the average indicator of communicative intolerance in the sample of immigrants is $M = 41.06$ points, which corresponds to the average level of its manifestation. This indicates the presence of moderate intolerant tendencies in the sphere of interpersonal interaction, which are not dominant, but under conditions of increased psycho-emotional stress can complicate the process of communication. The standard deviation ($SD = 15.19$) and coefficient of variation ($V = \pm 0.38$) indicate the relative heterogeneity of the sample, which gives grounds to distinguish groups of respondents with low, medium and high levels of intolerance. Analysis of individual scales showed that the highest average values were recorded for the parameters "tendency to re-educate others" ($M = 5.59$) and "conservatism in judgments" ($M = 5.21$), which corresponds to a medium-high level of intolerant manifestations. At the

same time, the increased values of standard deviations on these scales indicate the variability of behavioral strategies and the diversity of attitudes within the studied group.

The average values on the scales “tendency to unforgiveness” ($M = 4.91$), “demonstrativeness of attitude” ($M = 4.92$) and “non-acceptance of the individual uniqueness of the other” ($M = 4.71$) correspond to the average level of severity. This suggests that intolerant reactions on these parameters are mainly situational in nature and are intensified in conditions of emotional tension or interpersonal contradictions. The lowest average result was recorded on the scale “intolerance to discomfort” ($M = 3.41$), which corresponds to a low-average level. This indicator indicates a relatively preserved ability of respondents to tolerate psychological and physical discomfort in interaction with other people, which can act as an important adaptive resource in a situation of forced displacement.

The integral index of sociocultural tolerance is formed at a medium-high level. In the structure of sociocultural tolerance, the highest values were obtained on the empathy scale ($M = 14.87$), which corresponds to a high level of development of the ability to emotional understanding and empathy. The indicator on the respect scale ($M = 10.86$) is also within the medium-high level, reflecting an orientation towards accepting social and cultural diversity. Based on the data obtained, a generalized psychological portrait of a socioculturally tolerant and communicatively intolerant immigrant was formed, taking into account the characteristics of the cognitive sphere (intelligence factor), emotional stability, interpersonal trust, social insight, self-esteem, internal responsibility, as well as the level of tension and anxiety.

Immigrants with pronounced signs of developed tolerance demonstrate a higher than average level of intellectual development, which creates conditions for the development of emotional lability, critical analysis of social situations and new information. In communicatively intolerant migrants, the average intelligence is lower, which can limit the ability to cognitive self-analysis and slow down the process of adaptation to the social environment.

The affective balance of the psyche of migrants is an important characteristic of the tolerant personality profile, which is the basis for the formed self-regulation of emotional states and stress resistance necessary for constructive communication in new conditions. In the group of communicatively intolerant migrants, high emotional lability, impulsivity and pronounced reactions in stressful situations are noted.

The personal profile of a socioculturally tolerant migrant records a relatively adequate self-esteem ($M = 5.9$), which confirms faith in one's strengths and capabilities, willingness to take responsibility for the consequences of one's actions without excessive self-blame. In the group of communicatively intolerant migrants, the opposite trend is recorded ($M = 9.0$), which indicates internal tension, experiencing psychological danger and a tendency to self-destructive reflection. Socioculturally tolerant migrants are characterized by a normative level of tension ($M = 4.4$) and low anxiety ($M = 5.0$), which is a condition for behavioral lability, affective balance and effective interaction with others. Communicatively intolerant migrants have high psycho-emotional tension ($M = 5.9$) and anxiety ($M = 7.0$), which may be an indicator of emotional overload of the psyche and the use of ineffective interaction strategies in the process of interaction.

A statistically significant positive relationship was established between the level of empathy towards parents and the intuitive channel of empathy ($r = 0.358$; $p \leq 0.01$). This means that empathy for the immediate environment is largely based on direct, intuitive "reading" of emotional states, and not only on rational understanding. An inverse correlation was recorded between empathy for strangers and the intuitive channel ($r = -0.301$; $p \leq 0.05$). In conditions of forced resettlement, intuitive sensitivity does not always extend to socially distanced individuals. This feature is probably associated with increased alertness, distrust, or the use of protective strategies in interaction with a new and not sufficiently familiar social environment. The highest correlation index was recorded between empathy for the elderly and the emotional channel of empathy ($r = 0.459$; $p \leq 0.01$). This indicates that compassion for this category of people is due to a high level of emotional

inclusion and the ability for humanistically directed empathy, especially towards vulnerable groups.

It was found that in the structure of empathy for interaction with reference persons in IDPs, the intuitive and emotional channels play a special role, and in interaction with socially distant objects, intuitive empathy may decrease. Significant connections were recorded between empathy indicators and components of emotional intelligence. The presence of negative correlations is an indicator of an imbalance of emotional empathy and emotional self-regulation skills, which is caused by adaptive stress, emotional burnout and activation of protective mechanisms, which can temporarily reduce the depth of empathic response in conditions of long-term life changes.

The indicator of emotional awareness reveals an inverse correlation with empathic attitudes and at the same time has a clear direct relationship with the general level of empathy. Awareness of one's own emotions enhances the general ability to empathize, but reduces reliance on stereotyped or externally conditioned empathic guidelines.

It has been recorded that the purposefulness of displaced persons and the activation of internal resources significantly reduce the depth of emotional empathy in conditions of long-term stress.

Rational recognition of emotions in displaced persons can be combined with a decrease in direct emotional involvement, which takes the form of intellectualization of emotional experience.

The integral indicator of emotional intelligence reveals negative relationships with attitudes towards empathy and the emotional channel of empathy, as well as a positive relationship with identification. The general emotional competence of migrants is more related to the ability to consciously take the position of another than to spontaneous emotional reactivity.

The relationship between social frustration and creativity in the process of adaptation of migrants to new living conditions has been established.

In groups of migrants with low and medium levels of adaptation, the indicator of social frustration is the same ($M = 2.53$), which is an indicator of steadily increased social dissatisfaction and tension in the process of adaptation to new conditions. In the group with a high level of adaptation, the opposite trend is recorded, which empirically confirms the skills of more effective overcoming of difficulties and the formation of social well-being.

The highest level of frustration was recorded in poorly adapted migrants ($M = 2.73$), which is determined by the mismatch of expectations and limited opportunities for professional self-realization. In highly adaptive, this indicator is lower ($M = 2.44$), which is an empirical criterion for improving one's own competence and building life prospects. Satisfaction with interpersonal relationships tends to reduce social frustration in the process of increasing the level of adaptation. In the group with a low level of adaptation ($M = 3.07$), this indicator is the highest, which may indicate a lack of emotional support and problems in forming new social contacts. With increasing adaptation, this indicator decreases ($M = 2.80$), which can be considered as a social marker of the gradual formation of a sense of belonging to the social community in which migrants live.

In the group with a high level of adaptation, the feeling of one's own social significance and stability in the new environment is restored. It has been empirically proven that the most vulnerable areas for migrants in the early stages of adapting to new living conditions are interpersonal relationships, education and social status - indicators that directly affect the formation of a sense of belonging to a new community.

In the process of forming these indicators, the connection between social frustration and personal creativity as the ability to overcome complex stressful or everyday events becomes of particular importance.

The uniqueness index has statistically significant negative correlations with general social frustration and satisfaction with one's own social status. This indicates that the feeling of social dissatisfaction reduces the ability of migrants to produce

non-standard, original ideas, which are an important mechanism for adaptation in new conditions.

The typicality index demonstrates positive correlations with all scales of social frustration, which empirically confirms the tendency of migrants to stereotype in thinking, to avoid risky behavior in conditions of social tension. The plasticity index has stable negative correlations with all key indicators of social frustration: social dissatisfaction limits the cognitive flexibility of migrants, making it difficult for them to quickly change behavioral strategies, adapt to new requirements and find alternative ways to solve problems. The most informative were the integral indicators of creativity. In particular, the integral indicator "Originality" has statistically significant negative correlations with all scales of social frustration (r from -0.145 to -0.264; $p \leq 0.046$). The strongest connection was found with satisfaction with one's own social status ($r = -0.264$; $p = 0.000$), which emphasizes the role of social self-perception in the formation of the creative potential of immigrants.

The feeling of belonging to a new community is based on a system of ideas about other people. The system of assessment scales covers key blocks of personal traits: moral qualities (honesty, benevolence, sensitivity, enthusiasm); intellectual qualities (intelligence, intelligence, intelligence, curiosity); volitional characteristics (perseverance, willpower, restraint, hard work); individual style features (openness, cheerfulness, concentration, perseverance); generalized, undifferentiated impression of a person in general.

The methodological recommendations are focused on the development and strengthening of socio-perceptual factors, which qualitatively increases the effectiveness of the adaptation of immigrants in new social conditions. The possible structure of correctional work is divided into main areas that reflect the socio-perceptual factors of the adaptation process.

Keywords: social perception, socio-perceptual factors, adaptation to a new environment, psychological adaptation of displaced persons, socio-psychological adaptation, psychological resources of personality, resilience, hardiness, coping

strategies, stress resistance, tolerance for uncertainty, psychological health, interpersonal interaction, social support, adaptation under wartime conditions.

СПИСОК ОПУБЛІКОВАНИХ ПРАЦЬ ЗА ТЕМОЮ ДИСЕРТАЦІЇ

*Стаття в зарубіжному науковому періодичному виданні
проіндексованому у базі Scopus*

1. Savinok A, Zhylin M, Mendelo V, Varnava U, Bazylenko K. The Relationship Between Addiction and Emotional Intelligence in the Ukrainian Socio-Cultural Context: Challenges of Emigration. Salud, Ciencia y Tecnología – Serie de Conferencias. 2024; 3:756. (Scopus) DOI: <https://doi.org/10.56294/sctconf2024.756>

*Статті у наукових фахових виданнях з психології, включених до
переліку, затверджених МОН України:*

2. Савінок А.В. Психологічна допомога вимушеним мігрантам під час пошуку ресурсів подолання стресу в разі травмівної психосоціальної ситуації. / Габітус. Випуск 59. 2024. С. 184-189. DOI <https://doi.org/10.32782/2663-5208.2024.59.31>
3. Савінок А.В. Соціально-перцептивні чинники ефективності адаптації внутрішньо переміщених осіб. Психологія та соціальна робота. Випуск 2.2025. С. 174-181. DOI: <https://doi.org/10.32782/2707-0409.2025.2.16>
4. Савінок А.В. Соціальна конгруентність переселенців як чинник адаптації в новому соціальному середовищі. Psychology Travelogs, 2026. №2. С. 259–267. <https://doi.org/10.31891/PT-2026-2-23>

апробаційного характеру:

1. Савінок А.В. Аналіз взаємозв'язку смисложиттєвих орієнтацій і базисних переконань особистості з психологічними наслідками стресу вимушеного переселення. // Матеріали до 77-ї звітної наукової конференції професорсько-викладацького складу і наукових працівників ОНУ імені І.І.Мечникова / Ред. Колегія: Л.М.Дунаєва, Л.С. Смокова, У.В.Варнава, Н.В. Кантарьова – Одеса: «ОНУ імені І.І.Мечникова», 2023. – С. 126 – 130.

2. Кононенко О.І., Савінок А.В. Соціально-перцептивні чинники ефективності адаптації переселенців у новому середовищі як умова гармонізації їх психоемоційного стану/Матеріали III Міжнародного науково-практичного форуму «Психологія і соціальна робота у XXI столітті» в межах Всеукраїнської програми ментального здоров'я «Ти як?», з нагоди 45-річчя кафедри психології (м. Полтава, 20-21 листопада 2025 року) / За заг. ред. проф. С. П. Яланської, доц. Т. М. Дзюби. Полтава, 2025. С.326- 329.

3. Кононенко О.І., Савінок А.В. Соціально-перцептивні чинники адаптації внутрішньо переміщених осіб у освітньому середовищі/ Матеріали Міжнародної науково-практичної конференції «Сучасні трансформації педагогічної освіти: проблеми теорії і практики», м. Запоріжжя, 29-30 січня 2026 р. / за заг. ред. М. І. Воровки. – Запоріжжя: ФОП Однорог Т.В., 2026. С.51-53.

4. Савінок А.В. Дослідження особливостей соціальної фрустрованості переселенців/Матеріали XII регіональної науково-практичної конференції XII «Людина і світ»:матеріали регіональної науково-практичної конференції (26 лютого 2026 р.,м. Запоріжжя) / за заг. ред. Афанасьєва Л., Глебова Н. Запоріжжя: Вид-во МДПУ імені Богдана Хмельницького, 2026. С.162-164.

ЗМІСТ

ВСТУП.....	23
РОЗДІЛ 1. ТЕОРЕТИКО-МЕТОДОЛОГІЧНІ ЗАСАДИ ДОСЛІДЖЕННЯ СОЦІАЛЬНО-ПЕРЦЕПТИВНИХ ЧИННИКІВ ЕФЕКТИВНОСТІ АДАПТАЦІЇ ПЕРЕСЕЛЕНЦІВ У НОВОМУ СЕРЕДОВИЩІ.....	29
1.1. Соціальні та психологічні проблеми переселенців в психології.....	29
1.2. Особливості адаптації переселенців у новому середовищі	36
1.3. Основні соціально-перцептивні чинники ефективної адаптації переселенців у новому середовищі	46
Висновки до першого розділу.....	53
РОЗДІЛ 2. ЕТАПИ ТА МЕТОДОЛОГІЧНІ ЗАСАДИ ДОСЛІДЖЕННЯ СОЦІАЛЬНО-ПЕРЦЕПТИВНИХ ЧИННИКІВ ЕФЕКТИВНОСТІ АДАПТАЦІЇ ПЕРЕСЕЛЕНЦІВ У НОВОМУ СЕРЕДОВИЩІ.....	56
2.1. Особливості методологічного забезпечення та організації дослідження соціально-перцептивних чинників ефективності адаптації переселенців у новому середовищі	56
2.2. Методи та підходи до дослідження соціально-перцептивних чинників ефективності адаптації переселенців у новому середовищі	65
2.3. Діагностичний комплекс для дослідження соціально-перцептивних чинників ефективності адаптації переселенців у новому середовищі.....	72
Висновки до другого розділу.....	92
РОЗДІЛ 3. ЕМПІРИЧНЕ ДОСЛІДЖЕННЯ СОЦІАЛЬНО- ПЕРЦЕПТИВНИХ ЧИННИКІВ ЕФЕКТИВНОСТІ АДАПТАЦІЇ ПЕРЕСЕЛЕНЦІВ У НОВОМУ СЕРЕДОВИЩІ.....	96
3.1. Особливості адаптованості та соціальної конгруентності переселенців у новому середовищі як загальний особистісний чинник адаптації у новому середовищі	96

3.2. Особливості толерантності переселенців до культурних відмінностей як соціально-перцептивного чинника адаптації у новому середовищі	118
3.3. Особливості навичок емпатійної комунікації переселенців як соціально- перцептивного чинника адаптації у новому середовищі	127
3.4. Особливості відчуття приналежності до нової спільноти як соціально-перцептивного чинника адаптації переселенців у новому середовищі	132
3.5. Методичні рекомендації з розвитку соціально-перцептивних чинників ефективності адаптації переселенців у новому середовищі.....	153
Висновки до третього розділу.....	160
ВИСНОВКИ.....	172
СПИСОК ВИКОРИСТАНИХ ДЖЕРЕЛ	178
ДОДАТКИ.....	196

ВСТУП

Актуальність теми дослідження. У сучасних умовах значущість проблеми внутрішньої та зовнішньої міграції набуває особливої гостроти. В Україні, у зв'язку з повномасштабною воєнною агресією, велика кількість громадян була вимушена переселитися в нові соціальні середовища. У цьому контексті адаптація переселенців стає не лише індивідуальною психологічною задачею, але й питанням соціальної стабільності, гуманітарної підтримки, міжгрупової інтеграції та національної безпеки (Т.Ф. Алексєєнко, В. Андріяш, М.Ю. Бровдій, Л.М. Волонтир, Д.І. Головченко, Л.В. Гончар, Ю. Гундერთайло, О.І. Кононенко, С. Кошова, Д.А. Селіхов та ін.).

Під адаптацією в науці розуміється складний багаторівневий процес, що охоплює поведінкові, емоційні, когнітивні та соціально-психологічні компоненти (Д.О. Александров, В.В. Бардиш, І.Є. Боровинська, Т.В. Вашека, І.С. Гічан, О. Верховод, І.І. Галецька, С.В. Грет, Н.І. Голова, Л.Й. Гуменюк, О.Ф. Деменко, О. Єрьоменко, Н.Є. Завацька, О.М. Малій, М.О. Нестеренко).

Одним із ключових, але недостатньо досліджених компонентів є соціально-перцептивні чинники - механізми, які визначають, як переселенець сприймає нове соціальне оточення, як інтерпретує наміри та поведінку членів приймаючої спільноти, як оцінює своє «Я» в нових умовах, та яким чином формує свою взаємодію із «іншими».

Розвинена соціальна перцепція має особливе значення в процесі відновлення довіри до світу, формування міжособистісних контактів у нових місцях проживання, зменшення відчуття соціального відчуження, а також для полегшення прийняття нової соціальної реальності.

Спираючись на соціальне та наукове значення цих питань, їх недостатню розробленість в науці, була обрана тема дисертаційного дослідження **«Соціально-перцептивні чинники ефективності адаптації переселенців у новому середовищі»**.

Зв'язок дослідження з науковими програмами, планами, темами.

Дисертаційне дослідження виконано в рамках комплексної науково-дослідної теми кафедри соціальної психології «Гене́за та соціально-психологічні детермінанти психологічного благополуччя особистості» (РК №332 зареєстрована в укрінтеї, № держреєстрації 0123U101274).

Тему дисертаційного дослідження затверджено Вченою радою Одеського національного університету імені І.І. Мечникова (протокол № 4 від 16.11. 2022 р.).

Об'єкт дослідження – адаптація переселенців у новому середовищі.

Предмет дослідження – соціально-перцептивні чинники ефективності адаптації переселенців у новому середовищі.

Мета дослідження – теоретично обґрунтувати та емпірично дослідити особливості соціально-перцептивних чинників ефективності адаптації переселенців у новому середовищі.

Для досягнення мети було поставлено такі **завдання дослідження**:

1. Здійснити теоретико-методологічний аналіз проблеми основних проблем та адаптації переселенців до нового середовища.

2. Емпірично дослідити особливості адаптованості та соціальної конгруентності переселенців у новому середовищі як загальний особистісний чинник адаптації у новому середовищі.

3.Розкрити особливості толерантності переселенців до культурних відмінностей як соціально-перцептивного чинника адаптації у новому середовищі

4. Емпірично дослідити особливості навичок емпатійної комунікації переселенців як соціально- перцептивного чинника адаптації у новому середовищі.

5. Емпірично дослідити особливості відчуття приналежності до нової спільноти як соціально-перцептивного чинника адаптації переселенців у новому середовищі.

6. Укласти методичні рекомендації з розвитку соціально-перцептивних чинників ефективності адаптації переселенців у новому середовищі.

Для розв'язання поставлених завдань дослідження професійної свідомості правника були використані такі **методи дослідження**: аналіз наукових першоджерел, спостереження, психодіагностичний та математико-статистичний методи.

Зміст психодіагностичного методу складав наступний методичний комплекс: Опитувальник соціально-психологічної адаптації К. Роджерса – М. Даймонд в авторській модифікації, Тест вербальної креативності RAT (Remote Associates Test) С. Медника в авторській модифікації, Опитувальник загального здоров'я (General Health Questionnaire, GHQ) Д. Голдберга та П. Вільямса, Методика визначення рівня соціальної фрустрованості Л. І. Вассермана, Опитувальник визначення сумарного показника толерантності Д.В. Зинов'єва; опитувальник визначення комунікативної толерантності В.В. Бойко, методика діагностики рівня емпатичних здібностей В.В. Бойко, методика діагностики емпатії І. М. Юсупова, авторська методика вивчення особливостей уявлень переселенців про інших людей.

– *Метод математико-статистичної обробки даних* з подальшою якісною інтерпретацією та узагальненням. Статистична обробка даних здійснювалася за допомогою пакета статистичних програм SPSS (версія 16.0).

Організація і база дослідження. Теоретико-емпіричне дослідження відбувалося на базі Одеської, Ізмаїльської та Саратовської громад. В дослідженні прийняли участь 260 респондентів, які перебувають на обліку в центрах соціально-психологічної допомоги для ВПО та осіб, які постраждали від збройних конфліктів.

Надійність і вірогідність результатів дослідження забезпечені методологічним обґрунтуванням вихідних теоретичних позицій, використанням взаємодоповнювальних методів, що відповідають меті та завданням дослідження, репрезентативністю вибірки, поєднанням кількісних

та якісних методів аналізу отриманих емпіричних даних, використанням методів математичної статистики.

Теоретико-методологічні основи дослідження склали сучасні уявлення про онтологічний та гносеологічний принципи (В.І. Абрамов, В.Х. Арутюнов, Т.М. Білуха, С. О. Мартиненко, Т. І. Сватенкова, О. А. Тимошенко), ідея діалогічності як взаємодії смислових позицій (Г.О. Балл, М. В. Папуча, Т. І. Сватенкова, О. А. Тимошенко), принцип біполярної організації психологічних конструктів (М.О. Клименко, В.В. Ковальчук, М. С. Корольчук, В. І. Осьодло В.Г. Петрук, Ю.Л. Трофімов) та виокремлення науково обґрунтованих одиниць аналізу (С.Д. Максименко).

Наукова новизна дослідження полягає у тому, що:

– *вперше*: на основі системного теоретико-емпіричного дослідження *розкрито* теоретичне осмислення психологічних механізмів включення особистості в нову систему соціальних зв'язків; *визначено* адаптацію переселенців як процес реконструкції ідентичності та засвоєння нових моделей соціальної поведінки через спостереження й взаємодію; *виявлено та емпірично підтверджено* роль соціальної конгруентності як інтегрального показника ефективності соціального функціонування та міжособистісної взаємодії переселенців; *створено* цілісні факторні моделі особистості переселенців з різними рівнями адаптації: з високим рівнем адаптації (Особистісна сила та емоційно стабільне Я, Психологічне благополуччя та соціальна зрілість, Інтернальність та відповідальність за життєві події), з низьким рівнем адаптації (Суперечлива Я-концепція та захисні дезінтеграція, Декларативне благополуччя за умов зовнішнього контролю, Напружена активність та домінантність на тлі екстернальності та недовіри до соціального середовища); *виявлено та емпірично підтверджено* структуру соціально-перцептивних чинників адаптації переселенців у новому середовищі (навички емпатійної комунікації, толерантність до культурних відмінностей та відчуття приналежності до нової спільноти); *розроблено* авторську методику вивчення особливостей уявлення переселенців про інших людей;

- *поглиблено та уточнено*: концептуальні засади соціально-психологічної адаптації;
- *набули подальшого розвитку*: уявлення про соціальну перцепцію в умовах війни.

Теоретичне значення дисертаційного дослідження. Важливим теоретичним здобутком є уточнення структури соціально-перцептивних чинників, до яких можуть належати емпатійна чутливість, толерантність до культурних відмінностей, здатність до децентрації, адекватність соціальних очікувань, рівень довіри та сформованість навичок інтерпретації поведінки інших. Теоретична значущість дослідження також проявляється у можливості розроблення структурно-функціональної моделі ефективної адаптації, де соціально-перцептивні чинники виступають медіаторами між індивідуально-психологічними ресурсами особистості та зовнішніми умовами середовища. Така модель сприяє уточненню понятійного апарату психології адаптації, зокрема категорій «соціальна конгруентність», «перцептивна гнучкість», «міжособистісна компетентність».

Практичне значення дослідження соціально-перцептивних чинників ефективності адаптації переселенців полягає у: створенні науково обґрунтованих програм психологічної підтримки та соціальної інтеграції; удосконаленні психодіагностичних інструментів оцінювання адаптаційного потенціалу; розробленні тренінгових і корекційних програм розвитку соціально-перцептивної компетентності; підвищенні професійної підготовки фахівців соціально-психологічної сфери; формуванні профілактичних стратегій зниження міжгрупової напруженості.

Результати дослідження **впроваджено** у навчально-методичний та науковий процес Одеського національного університету імені І.І. Мечникова (Довідка ...), Національного медичного університету імені О.О.Богомольця (Довідка №19-ЗМД-П від 27.05.2026), Одеського державного університету внутрішніх справ (Довідка від 27.04.2026), Мелітопольського державного педагогічного університету імені Б.Хмельницького (Довідка

№ 01-15/1125 від 26.05.2026), Південноукраїнський національний педагогічний університет імені К.Д.Ушинського (Довідка №55 від 26.05.2026) .

Апробація результатів дослідження. Основні теоретичні та практичні положення дисертаційної роботи було представлено на науково-практичних конференціях, конгресах, семінарах різного рівня, зокрема на *міжнародних*: III Міжнародний науково-практичний форум «Психологія і соціальна робота у XXI столітті» в межах Всеукраїнської програми ментального здоров'я «Ти як?», з нагоди 45-річчя кафедри психології (м. Полтава, 20-21 листопада 2025 року); Міжнародна науково-практична конференція «Сучасні трансформації педагогічної освіти: проблеми теорії і практики» (м.Запоріжжя, 29-30 січня 2026р.); *всеукраїнських та регіональних конференціях*: XII регіональна науково-практична конференція «Людина і світ» (м. Мелітополь, 26 лютого 2026 р.); у щорічних звітних наукових конференціях (2023-2025р.) професорсько-викладацького складу і наукових працівників ОНУ імені І.І.Мечникова.

Публікації. Основні положення й висновки дисертаційної роботи представлено у 8 публікаціях автора, з яких 4 статті – у наукових фахових виданнях з психології, включених до переліку, затверджених МОН України, 4 публікацій – у збірниках матеріалів науково-практичних конференцій.

Структура та обсяг дисертації. Дисертація складається зі вступу, трьох розділів, висновків до розділів, списку використаних джерел 179 джерел (з них 45 джерел іноземними мовами) та додатків. Загальний зміст дисертації викладено на 203 сторінках із них 177 сторінок основного тексту. Робота містить 14 таблиць.

РОЗДІЛ 1

ТЕОРЕТИКО-МЕТОДОЛОГІЧНІ ЗАСАДИ ДОСЛІДЖЕННЯ СОЦІАЛЬНО-ПЕРЦЕПТИВНИХ ЧИННИКІВ ЕФЕКТИВНОСТІ АДАПТАЦІЇ ПЕРЕСЕЛЕНЦІВ У НОВОМУ СЕРЕДОВИЩІ

1.1. Соціальні та психологічні проблеми переселенців в психології

В українській психології дослідження особистості переселенців перебуває у фазі інтенсивного становлення. Науковці зосереджують увагу на проблемах психотравматизації, втрати базового почуття безпеки, руйнування життєвих планів і ціннісних орієнтацій. Водночас усе більшої ваги набуває ресурсний підхід, відповідно до якого особистість розглядається не лише як об'єкт травматичного впливу, а й як активний суб'єкт життєтворення, здатний до саморегуляції, переосмислення досвіду та конструювання нової життєвої перспективи (Д.О. Александров [3], Т.Ф. Алексєєнко [4], О.Є. Блинова [12], І.Є. Боровинська [15], М.Ю. Бровдій [17], Л.М. Волонтир [22], Д.І. Головченко [30], Н.Є. Завацька [40], О.І. Кононенко [57], Н.Є. Мазіна [63], І.В. Музиченко [76], О.О. Проценко [91], В.М. Рибалко [95], Л.В. Степаненко [108] тощо).

Актуальність дослідження особистості переселенців визначається наступними причинами.

1) необхідність теоретичного усвідомлення закономірностей змін у структури особистості в умовах вимушеного переселення. Зміна сформованих соціальних ролей, соціального статусу, порушення зв'язків зі звичним оточенням постають причинами внутрішньоособистісних конфліктів, які потребують подальшого вивчення.

2) виділення внутрішніх ресурсів особистості та механізмів адаптації, підвищення ролі ціннісної сфери особистості, зростання її життєстійкості, емоційного інтелекту, зростання відповідальності та набуття навичок копінгу в процесі долаття стресів життя.

3) різні аспекти міжпоколінних та гендерних відмінностей у переживання наслідків вимушеного переміщення, а особливостей звикання до нових умов дітей та молоді, життя яких формується в умовах воєнної травми.

Необхідність дослідження пов'язана з розробленням ефективних програм психологічної допомоги, психокорекції та соціально-психологічної підтримки переселенців. Науково обґрунтовані підходи дозволяють створювати інтервенції, спрямовані на відновлення психологічного благополуччя, формування відчуття контролю над життям і підтримку процесів інтеграції в нове соціальне середовище.

Тому ми можемо констатувати, що вивчення різних аспектів особистості переселенців є соціально важливою проблемою, яка потребує міждисциплінарної інтеграції здобутків вітчизняної та зарубіжної психологічної науки. Крім того, дослідження різних аспектів особистості та життєдіяльності переселенців має фундаментальне значення для розвитку методології особистості в умовах трансформаційного суспільства. Таку проблематику можна розглядати як стратегічну для уточнення основних напрямків збереження особистісних потенціалів та відновлення соціальної цілісності суспільства.

Збройний конфлікт спричиняє не лише вимушене просторове переміщення населення, а й трансформацію колективних уявлень, установок і соціальних шаблонів, що визначають ставлення приймаючих громад до внутрішньо переміщених осіб (Т.Ф. Алексєєнко [4], В. Андріяш [5], М.Ю. Бровдій [17], Д.І. Головченко [30], Ю. Гундєртайло [33], С. Кошова [58], Д.А. Селіхов [98] та ін.). Такі соціально-психологічні бар'єри істотно ускладнюють інтеграційні процеси, обмежують доступ ВПО до матеріальних і нематеріальних ресурсів, а також знижують їхні можливості для повноцінної економічної й соціальної участі в житті громади.

Результати емпіричних здобутків українських вчених доводять, що дуже часто домінуючим психоемоційним станом переселенців є переживання внутрішньої напруги та відчаю, зумовлених втратою усього, що

накопичувалося протягом життя (житло, втрата соціальних контактів, необхідність починати життя з чистого аркушу). Такі зміни посилюються тривогою, самотністю, відсутністю будь-якої перспективи на майбутнє, а інколи - повною екзистенційною кризою.

Ще однією детермінантою дестабілізації стають: упереджене ставлення місцевих громад, прояви дискримінації або негативних установок, що суттєво посилює фрустрацію та переживання соціальної ізоляції.

Поєднання цих чинників може посилювати емоційне вигорання, психологічне спустошення, зниження адаптаційних можливостей, ускладнювати входження переселенців у нову соціальну спільноту.

За даними дослідження Ю. Гундერთайло можна констатувати, що механізми стигматизації та самостигматизації відіграють особливу роль у процесі адаптації переселенців, які пережили травматичні події життя [33].

У своїх наукових розвідках С. Кошова та О. Макаренко окреслюють ключові труднощі, з якими стикаються внутрішньо переміщені особи у процесі входження до соціального простору українського суспільства [58].

До провідних проблем вони відносять низку взаємопов'язаних викликів.

1) труднощі переселенців у працевлаштуванні, забезпеченні житлом, отримання медичної допомоги та доступу до освітніх послуг, матеріальні проблеми, що негативно впливає на їхнє соціальне благополуччя.

2) інтеграційні процеси ускладнюються через наявність упередженого ставлення та проявів дискримінації з боку частини місцевого населення. Такі явища знижують рівень соціальної включеності ВПО, посилюють відчуття відчуження та гальмують адаптацію до нового середовища.

3) існуючі державні програми підтримки не завжди враховують реальні потреби переселенців. Недостатня узгодженість між різними інституціями, бюрократичні перепони та труднощі з доступом до допомоги зменшують ефективність наданих ресурсів. Додатковим чинником є руйнування житлового фонду внаслідок бойових дій, що актуалізує нагальну потребу у створенні житлових програм для переселенців. Водночас

відсутність комплексної стратегії залучення інвестицій у відбудову стримує розв'язання цієї проблеми [58].

Крім того, інтеграція ВПО в нові громади вимагає не лише оперативної гуманітарної підтримки, а й системного державного підходу, орієнтованого на довгострокову соціально-економічну включеність (Д.А. Селіхов [98], М.М. Сірант [101], І.І. Стельмах [107], В.О. Тірон [116], Л.Г. Удовика [118], О. Чуйко [129]). Окреслені проблеми засвідчують необхідність формування цілісної політики, яка поєднувала б заходи екстреної допомоги з програмами стійкої інтеграції переселенців у структуру національної економіки та соціального життя. У свою чергу, приймаючі громади часто обмежені у ресурсах для забезпечення повноцінної підтримки ВПО, що додатково ускладнює їхню адаптацію.

Розробляючи стратегії подолання зазначених викликів, важливо враховувати, що люди не завжди усвідомлюють глибину впливу подій, які становлять загрозу для їхньої особистісної цілісності та змінюють усталений спосіб життя. Наукові джерела також свідчать про феномен подвійної психологічної травматизації ВПО, зумовлений не лише безпосереднім переживанням воєнних подій, а й їх інтерпретацією через призму соціально закріплених стереотипів, що посилює внутрішній дистрес і ускладнює процес відновлення (М.Ю. Бровдій [17]).

У дослідженні М.Ю. Бровдія, присвяченому аналізу стереотипних уявлень, переконань і особливостей сприйняття війни внутрішньо переміщеними особами, було зафіксовано низку показових тенденцій [17].

1) авторитарність і підвищена вимогливість внутрішньо переміщених осіб виявляється у 34% респондентів та реалізується у прагненні встановлювати чіткі правила, контролювати їх дотримання та висувати високі вимоги до оточення. Подібна позиція може супроводжуватися нетерпимістю до альтернативних поглядів чи відхилень від визначених норм, що у нових соціальних умовах здатне ускладнювати адаптацію. Надмірний контроль і

жорсткість у спілкуванні потенційно підвищують імовірність міжособистісних конфліктів.

2) прийняття та підтримувальна орієнтація. У 27% респондентів виявлено установки, пов'язані з емпатією, готовністю до співпраці та об'єктивною оцінкою можливостей інших. Такі особи демонструють щире зацікавлення потребами співрозмовників, активно долучаються до спільної діяльності та вибудовують довірливі стосунки.

3) нетерпимість і тенденція до знецінення: установка на сприйняття інших як менш компетентних або соціально незрілих, дратівливість, осудливість оточуючих. Важливо розуміти, що такі негативні реакції часто мотивуються захисною гіперкомпенсацією, пов'язані з пережитим травматичним досвідом.

4) кооперативність і партнерська взаємодія ВПО розглядається як ресурсна стратегія подолання труднощів. Спільне вирішення проблем, взаємна підтримка й заохочення ініціативи створюють сприятливе соціальне середовище, сприяють розвитку особистісного потенціалу та підвищують впевненість у власних силах.

У наукових джерелах феномен соціальної підтримки, як важливий інструмент надання допомоги СПО, інтерпретується багатовимірно. Зокрема, Н. Бондаренко у своїх дослідженнях аналізує вплив соціально-статусних характеристик на особливості сприйняття підтримки людьми з труднощами психічного здоров'я, зокрема учасниками груп самодопомоги [цит. за 12]; Д. Павленко у праці, присвяченій динаміці сучасних соціальних медіа, акцентує на їх ролі як інструменту інформаційної допомоги, мобілізації спільнот та конструювання ідентичності в кризових умовах [цит. за 24]. У цьому контексті соціальні медіа постають важливим комунікативним ресурсом, що сприяє формуванню локальних і онлайн-спільнот, зміцненню соціальної згуртованості та розширенню соціального капіталу через зменшення відчуття ізоляції й розбудову мереж підтримки. Вищий рівень соціальної ідентифікації, на думку І.І. Стельмах, корелює з більш інтенсивним отриманням підтримки:

особи, які сильніше ототожнюють себе зі спільнотою, частіше отримують допомогу, поради та корисну інформацію, а самотність має слабко виражений обернений зв'язок із рівнем соціальної підтримки [107].

В умовах війни констатується зростання наукового інтересу до феномену дистантних сімей, що активізувався в українському та європейському науковому дискурсі з 2014 року у зв'язку з першою хвилею вимушеної міграції. За визначенням О. Слободянюк, дистантна родина є тимчасовою формою функціонування сімейної системи в умовах просторової розлуки, спричиненої соціально-політичними обставинами [104]. Така модель взаємодії має амбівалентний характер, поєднуючи адаптаційні можливості з ризиками деструктивних змін у сімейній динаміці.

Функціонування дистантних родин у воєнних умовах характеризується низкою специфічних рис.

1) вимушений характер просторової розлуки: партнери не планують тривалого перебування окремо, а опиняються в такій ситуації через евакуаційні процеси або мобілізацію до війська (Л.М. Волонтир [22]);

2) посилення кризовості рольової структури родини: один із партнерів (переважно жінка) змушений перебрати на себе весь спектр відповідальності – виховання дітей, організацію побуту, забезпечення адаптації та інтеграції в нове середовище. Така концентрація обов'язків нерідко спричиняє хронічне перевантаження й емоційне виснаження;

3) трансформація комунікації: дистанційний формат взаємодії ускладнює повноцінне розв'язання конфліктів, обмежує невербальні способи підтримки та позбавляє партнерів фізичної близькості, що має значний регулятивний потенціал у сімейних стосунках.

Психологічний супровід дистантних родин у період війни виходить за межі індивідуального добробуту окремих її членів і стосується збереження цілісності сімейної системи як складника соціальної структури суспільства [13]. Просторова роз'єднаність стає серйозним випробуванням для всіх учасників родинної взаємодії, однак завдяки цілеспрямованим інтервенціям,

адаптованим до потреб вимушено переміщених осіб і біженців, зберігається можливість підтримати стабільність і навіть сприяти особистісному зростанню.

Найбільш результативними, на думку дослідників (А.В. Бойченко [13], Л.М. Волонтир [22], С.В. Грет [28], Ю.Д. Гундертайло [33], М.С. Дворник [35], Н.Є. Завацька [42]), визнаються короткотривалі психотерапевтичні підходи, зокрема терапія прийняття та відповідальності (АСТ), когнітивно-поведінкові техніки, онлайн-консультування, а також організація груп взаємопідтримки. Важливу посередницьку функцію виконують громадські організації, які забезпечують взаємодію між фахівцями психологічної допомоги та сім'ями, що потребують підтримки (О. Зубченко [45], О.В. Ковальова [52], О.І. Кононенко [57]).

Таким чином, війна змінює соціальні стандарти, індивідуальні та групові установки, що впливає на якість взаємодії переселенців та приймаючих громад. Важливим чинником, що ускладнює інтеграційні процеси в нових умовах постають соціально-психологічні бар'єри. Переселенці перебувають у стані підвищеного психоемоційного навантаження, причому соціально-економічні труднощі щільно поєднуються з психологічними проблемами, та створюють суб'єктивні умови для посиленого переживання глобальної кризової ситуації.

Емпіричні дослідження фіксують різноспрямовані соціально-психологічні установки в групах переселенців: прояви авторитарності, інтолерантності з одночасною потребою підтримки, дружньої взаємодії, що можна розглядати як адаптаційні ресурси.

Соціальна підтримка вважається головним чинником психологічної стабілізації та інтеграції у новий соціум переселенців, що сприяє подоланню порчуття самотності та неротрібності й зниженню переживання ізоляції.

Особливого значення набуває проблема дистантних сімей, що виникають унаслідок вимушеної розлуки та функціонують в умовах рольової кризи, психологічної нестабільності та порушення комунікації.

1.2. Особливості адаптації переселенців у новому середовищі

Адаптаційні процеси доцільно інтерпретувати не лише як механізм пристосування до нових життєвих обставин, а як складну, багатовекторну перебудову життєвого світу особистості. Йдеться про трансформацію системи значень, соціальних ролей, ідентифікаційних структур та стратегій життєздійснення, що відбувається у відповідь на зміну умов існування. У цьому сенсі адаптація постає як активний процес конструювання нової реальності, а не пасивна реакція на зовнішні впливи (В.С. Лупак [62]).

Соціальна адаптація розуміється як процес входження індивіда у соціальне середовище, в ході якого відбувається формування самосвідомості, засвоєння та виконання соціальних ролей, розвиток механізмів саморегуляції й вибудовування системи міжособистісних зв'язків і взаємин. Таким чином, адаптація виступає не лише умовою функціонування особистості в суспільстві, а й чинником її розвитку [24].

В дослідженнях українських вчених сфера адаптації переселенців охоплює такі напрямки, як соціально-психологічна та соціально-педагогічна підтримка, життєві умови, суб'єктивне благополуччя (В.В. Бардиш [6], В.В. Вероні [19], Л.М. Волонтир [22], І.І. Галецька [25], Г.М. Громова [31], М.С. Дворник [35], Н.В. Оніщенко [83]). Наприклад, дослідження М.С. Дворник показали, що між станом суб'єктивного благополуччя переселенців і місцевого населення існує значущий розрив, який пояснюється економічними, житловими, соціальними чинниками [35], а в роботі Н.В. Оніщенко розглядається взаємозв'язок соціальної реабілітації й адаптації внутрішньо переміщених осіб як процесів, що доповнюють один одного [83]. Проте, хоча існує значна кількість досліджень соціальної адаптації ВПО, аспект соціально-перцептивних чинників лишається досить фрагментованим та недостатньо теоретично і емпірично обґрунтованим.

До чинників, що впливають на адаптацію, належать такі: житлово-матеріальне забезпечення, працевлаштування, підтримка місцевої громади, соціальні мережі, психологічний стан, травма, культурна різниця. Однак стає очевидним, що навіть за сприятливих життєвих умов, особистісні соціально-перцептивні механізми можуть стати “вузьким місцем” в адаптації: наприклад, недостатня здатність сприймати й інтерпретувати сигнали приймаючого середовища як дружнє, упереджене ставлення з боку місцевих, суб’єктивне відчуття «іншості», низький рівень соціальної довіри — усе це може гальмувати адаптаційний процес.

Ефективність адаптації визначається не стільки об’єктивними характеристиками ситуації, скільки індивідуальними ресурсами суб’єкта та здатністю адекватно їх мобілізувати (J. Cortina, M. Doherty, N. Schmitt [140]). Вирішальну роль відіграють особистісні якості, когнітивні та емоційно-вольові можливості, а також обрана стратегія реагування на труднощі. Відтак адаптивність можна розглядати водночас як природну життєзберігальну тенденцію та як результат соціального досвіду й набутих компетентностей.

Традиції дослідження адаптації особистості широко представлені у класичній психології.

У межах теорії поля К.Левіна поведінка трактується як функція взаємодії особистості та ситуації. Відповідно, процес переселення можна осмислювати як докорінну зміну «життєвого простору», що супроводжується руйнуванням усталених соціальних координат. Соціальне середовище при цьому виступає як потужний фактор, здатний як стимулювати, так і обмежувати поведінкову активність [85].

В теорії Ж. Піаже вперше з’являється структурований підхід до процесу адаптації, яка складається з асиміляції та акомодатії. Необхідно відмітити, що такий підхід повністю відповідає сучасним уявленням про внутрішні механізми звикання особистості до нових умов, розкриває приховані закономірності входження суб’єкта до нового середовища. Асиміляція забезпечує надходження нового досвіду до вже існуючих інтелектуально-

розумових симптомокомплексів, а акомодация в структурі адаптаційного процесу передбачає їхню переорганізацію щодо вимог нового середовища. Поєднання даних адаптаційних механізмів створює ефективні умови для гомеостазу та психічного розвитку.

Культурно-історична концепція Л.С. Виготського дозволяє трактувати адаптацію як процес опосередкованого засвоєння нових соціальних норм через внутрішню перебудову смислової сфери. У цьому контексті адаптація є активним процесом конструювання нової соціальної реальності [85]. Розглядаючи адаптацію через теорію копінгу, Р. Лазарус підкреслював значення когнітивної оцінки ситуації [85]. Тобто, переселенці, які інтерпретують нові умови як виклик, а не загрозу, демонструють більш адаптивні стратегії поведінки, а згідно з концепцією життестійкості С. Мадді, здатність особистості зберігати залученість, контроль та прийняття ризику суттєво підвищує рівень психологічної адаптації в умовах невизначеності [85].

Подальший розвиток ситуаційного підходу пов'язаний із працями В. Мішеля, який поставив під сумнів стабільність рис як універсальних предикторів поведінки. Його дослідження продемонстрували низьку міжситуативну узгодженість поведінкових проявів, що зумовило переорієнтацію аналізу з фіксованих рис на когнітивно-афективні механізми.

Згідно з цією позицією, для прогнозування реакцій необхідно враховувати індивідуальні способи інтерпретації ситуації, систему очікувань, цілей, стратегій обробки інформації та поведінкових сценаріїв, сформованих у процесі соціального навчання [85].

Процес гармонійного входження людини у новий соціум забезпечується механізмами збалансованої регуляції цих відносин. Її провідним механізмом виступає індивідуальний досвід, що дозволяє інтерпретувати як минулі, так і актуальні ситуації у зв'язку з власною життєвою історією. Взаємодія зі світом опосередковується суб'єктивним сприйняттям, яке виступає пусковим механізмом адаптаційного процесу та визначає прийняття або неприйняття його результатів. Оцінювання здійснюється на основі індивідуального

інтерпретаційного комплексу - багатомодальної системи уявлень, суджень, стереотипів і самооцінок, що формуються в ході особистісного розвитку.

У психологічних довідкових джерелах адаптація визначається як процес пристосування організму та особистості до змін умов життєдіяльності шляхом мобілізації фізіологічних, психологічних і соціальних реакцій, спрямованих на забезпечення відносної рівноваги та ефективного функціонування в нових обставинах [103]. Таким чином, адаптація постає як багаторівневе явище, що охоплює як регуляцію поведінки, так і глибинні трансформації смислової та ідентифікаційної сфери особистості, що набуває особливої значущості в умовах вимушених соціальних змін.

У сучасному науковому дискурсі адаптація розглядається в різних контекстах і дослідницьких площинах. Зокрема, вона осмислюється як прояв соціальної активності особистості (В. Семиченко [99]), як проблема входження студентів і молодих фахівців у професійне середовище (О. Верховод [20], І. Галецька [25] та ін.), як процес пристосування молоді до умов вищої освіти (А.І. Кавалеров, А.М. Бондаревська [47] та ін.).

Окремий напрям становлять дослідження адаптивних властивостей особистості (В.В. Вероні [19] та ін.) та аналіз адаптації як чинника забезпечення якості магістерської підготовки (О. Єрмоменко [38] та ін.).

Поряд із цим у наукових роботах Я. І. Юрків та Д. В. Луканова висвітлюються труднощі соціально-психологічної адаптації вразливих категорій внутрішньо переміщених осіб в умовах радикальної зміни життєвих обставин [133].

Разом із тим поняття «адаптація» не завжди охоплює всю повноту процесів, пов'язаних із входженням українських вимушених переселенців у нові соціальні реалії. Продовжуючи традицію Ж. Піаже щодо розуміння адаптації як єдності асиміляції та акомодатії, українські вчені розглядають соціальну акомодатію як процес узгодження поведінки індивіда зі специфікою зовнішніх умов, що вже частково інтегровані в його досвід (А.В. Бойченко [13], О.І. Кононенко [57], К.П. Базиленко [57] та ін.). У ході цього процесу

відбувається модифікація набутих умінь і навичок, перегляд усталених поведінкових моделей та встановлення відносної рівноваги між суб'єктом і середовищем. Соціальна акомодация передбачає не лише пристосування до середовища, а й можливість співіснування з представниками різних етнокультурних спільнот, засвоєння нових культурних норм і моральних орієнтирів за умови збереження власної національної ідентичності.

У сучасному науковому дискурсі значна увага зосереджується на аналізі соціально-психологічної адаптації через копінг-стратегії як провідні механізми входження особистості до нового середовища, повернення до мирного життя демобілізованих військовослужбовців. У працях В.В. Бардиш [6], О.В. Бацилевої [10], С.О. Ганаби [26], І. Глущука [27], С.В. Грет [28], Л.М. Карамушки [49], О.М. Малія [70] та інших дослідників копінг інтерпретується як система способів і прийомів подолання стресогенних ситуацій.

Зміст копінг-поведінки розкривається через внутрішню психічну активність особистості, спрямовану на актуалізацію й мобілізацію індивідуальних ресурсів задля подолання складних обставин. У роботах Л.М. Карамушки та Ю.С. Снігур запропоновано типологізацію копінгу за різними критеріями: за домінуванням когнітивних або поведінкових компонентів, орієнтацією на розв'язання проблеми чи регуляцію емоційного стану, а також за ступенем активності суб'єкта [49]. І. Глушук та М. Мушкевич наголошують на персоналізованому характері копінг-процесів, що зумовлюється індивідуальною значущістю ситуації та рівнем психологічного потенціалу особистості [27]. Провідними функціями копінгу виступають збереження внутрішньої стабільності, оптимізація взаємодії з довкіллям і мінімізація деструктивного впливу стресових чинників.

Значний вплив на становлення наукових уявлень про ресурсність особистості як чинник стресодолаючої поведінки був зроблений доробками Р.Т.Р. Wong, який запропонував модель ресурсно-конгруентного копінгу [179]. Відповідно до цієї концепції, ефективність подолання стресових впливів визначається наявністю релевантних ресурсів і відповідністю обраної стратегії

характеру стресора. У прикладному вимірі це може реалізовуватися на кількох рівнях:

- особистісному – через формування когнітивної гнучкості, стійкості до фрустрації та толерантності;
- соціальному – через підтримання емпатійності, конструктивної комунікації та здатності витримувати емоційно напружені взаємодії;
- культуральному – через впровадження екзистенційно- мовленнєвих технологій для зменшення тривожності та підтримки відчуття психологічної захищеності .

У вітчизняній психології особливої уваги заслуговує ресурсно зорієнтована модель адаптації, обґрунтована у працях М. Слюсаревського [цит. за 85]. У межах його наукового підходу акцент зроблено на розвитку суб'єктного потенціалу особистості, її здатності функціонувати в умовах соціальної напруги та забезпеченні психологічної безпеки в період суспільних трансформацій. Така концептуалізація дає змогу інтерпретувати адаптацію як активний процес підтримання внутрішньої цілісності, самототожності та суб'єктності індивіда.

В науці склалися підходи до структуризації та типологізації адаптаційних процесів. Організмична адаптація підтримує та збалансовує процеси життєдіяльності в неочікуваних, різко змінюваних обставинах. Особистісна адаптація є складнішою, багатовекторною реакцією суб'єкта, визначається індивідуально-типологічними, особистісними, регуляційними здібностями. Соціальна адаптація охоплює налагодження мікросоціальної взаємодії, формування конструктивних міжособистісних зв'язків і створення умов для досягнення цілей у спільній діяльності. Професійна адаптація спрямована на усвідомлення вимог майбутньої професії, формування адекватного уявлення про її зміст і підготовку до ефективного входження у професійну діяльність [цит. за 85].

В.А. Семиченко підкреслює, що перебіг адаптаційного періоду може ускладнюватися низкою індивідуальних чинників [99]. Серед них –

недостатній розвиток умінь і навичок самореалізації, невисокий рівень сформованості психічних механізмів регуляції поведінки, труднощі інтеграції в нову систему міжособистісних взаємин, оскільки соціальні ролі та очікування не засвоюються миттєво.

Додатковими перешкодами виступають схильність фіксуватися на негативних аспектах повсякдення, підвищена підозріливість, загострене переживання власних недоліків, що посилюються під впливом нових соціальних вимог. Відрив від родини та найближчого соціального оточення, побутові труднощі й матеріальні обмеження також інтенсифікують емоційне напруження.

Окрему групу проблем становлять сумніви щодо правильності професійного вибору, зумовлені розбіжністю між ідеалізованими уявленнями про діяльність і її реальним змістом, недостатньою психологічною готовністю та несформованістю професійної позиції. Негативний вплив мають і складнощі у взаєминах з колегами, дефіцит неформального спілкування, що може породжувати відчуття професійної некомпетентності та ізольованості.

О. Кокун пропонує розглядати чинники адаптації у двох площинах: суб'єктивній та середовищній [56]. До першої належать індивідуально-психологічні, вікові, статеві й фізіологічні характеристики особистості; до другої – умови праці, специфіка режиму й характеру діяльності, а також особливості соціального контексту, в якому відбувається життєдіяльність індивіда.

Для вимушених переселенців значущим викликом стає криза соціальної ідентичності, що проявляється у глибокій трансформації уявлень про себе.

Хоча подібні процеси можуть бути характерними для суспільства в цілому в період масштабних змін, для внутрішньо переміщених осіб вони набувають особливої гостроти. У частини таких осіб трансформація ідентичності настільки інтенсивна, що втрачається її інтегративна функція на груповому рівні та адаптивна – на індивідуальному.

Міграційні процеси, незалежно від їх форм і причин, нерідко супроводжуються явищами дезадаптації та маргіналізації. Вони впливають на особистісний розвиток, породжують тривалі стресові стани, можуть спричиняти відчуття безвиході, соціальної невлаштованості, а інколи – і крайню соціальну вразливість, включно з бідністю чи бездомністю. Найбільш чутливими до таких наслідків є діти та особи похилого віку, які через вікові особливості та обмежені ресурси стикаються з додатковими труднощами інтеграції в нове соціальне середовище [56].

Пошук шляхів адаптації переселенців до нового середовища потребує нових точок відліку. У дослідженнях О. Зубченко, В. О. Тірон і О. Ширяєвої наголошується, що в умовах вимушеної, зумовленої зовнішніми обставинами ресоціалізації юнаків і дівчат особливого значення набуває феномен «відчуття дому» [45]. Феномен «відчуття дому» є складним інтегративним утворенням, що поєднує просторові, емоційні, ідентифікаційні та ціннісно-сміслові аспекти життєвого світу особистості. У найзагальнішому розумінні він означає переживання безпеки, прийняття, впорядкованості та екзистенційної «вкоріненості» в певному фізичному й соціальному просторі. «Дім» у цьому контексті постає не лише як матеріальний об'єкт (житло), а як символічний центр життєдіяльності, осередок стабільності й самототожності.

Структурно феномен «відчуття дому» науковці описати як єдність трьох взаємопов'язаних компонентів:

1. Когнітивний компонент – система уявлень про простір як «свій», зрозумілий, впорядкований і прогнозований. Сюди входить знання соціальних норм, правил взаємодії, культурних кодів.
2. Афективний компонент – емоційне переживання захищеності, тепла, приналежності, довіри. Саме цей аспект формує глибинний психологічний зв'язок із місцем.
3. Конативний (поведінковий) компонент – готовність підтримувати, облаштовувати, захищати простір, інвестувати в нього зусилля та ресурси, а також прагнення повертатися до нього як до джерела відновлення.

Отже, «відчуття дому» є не лише переживанням, а й активною позицією щодо простору та соціального середовища. Психологічно «дім» виступає важливим маркером соціальної та особистісної ідентичності. Через нього конструюється відповідь на запитання «хто я?» і «де моє місце?». Простір дому забезпечує континуальність життєвого досвіду, підтримує інтеграцію минулого, теперішнього та майбутнього в єдину наративну структуру.

У ситуаціях міграції, внутрішнього переміщення або соціальних криз відчуття дому зазнає трансформації. Може виникати ідеалізація втраченого простору, що виконує компенсаторну функцію, або ж формуватися нова ідентифікація з іншим середовищем. Цей процес нерідко супроводжується амбівалентними переживаннями – одночасним почуттям втрати й надії.

У контексті адаптаційних процесів переселенців феномен «відчуття дому» виконує низку функцій:

- Стабілізаційну – знижує рівень тривожності й невизначеності.
- Інтегративну – об'єднує різні аспекти досвіду в цілісну систему.
- Ресурсну – слугує психологічною опорою в умовах стресу.
- Соціалізаційну – сприяє засвоєнню норм і цінностей спільноти.

Саме опора на розвинене відчуття дому може виступати головним орієнтиром організації та впровадження інтеграційних впливів в процесі надання психологічної допомоги переселенцям. Ненадання такої допомоги активізує механізми маргіналізації, психологічного незадоволення та дезадаптації.

Для організації процесу соціально-психологічної адаптації переселенців надзвичайно важливим є символічне значення дому – як простору традицій, пам'яті поколінь, мови й звичаїв. Він є колективною категорією. Саме тому втрата дому часто переживається як екзистенційна травма, пов'язана з розривом соціальних і культурних зв'язків. Водночас феномен «відчуття дому» не є статичним, при функціонуванні несприятливих умов перетворюватися у деструктивні форми, впливати на становлення нових асоціальних сенсів та соціальних практик. В контексті теми нашого

дослідження концепцію «відчуття дому» можна враховувати як внутрішній стрижень інтеграційних змін особистості, джерело позитивного життєвого досвіду та один з основних внутрішніх ресурсів, що полегшують входження в новий соціальний простір. У змінюваних нестабільних умовах відчуття дому можна використовувати в корекційній роботі як джерело психологічної стійкості.

Процеси адаптації переселенців часто супроводжуються проявами посттравматичної симптоматики: підвищеною тривожністю, емоційною нестабільністю, розладами сну, соматизованими реакціями [116]. Водночас здобутки сучасної науки розкривають потенціали психологічного виживання та долання посттравматичних проявів, активізують індивідуальні можливості переоцінювання старих цінностей, виникнення нових, зрілий підхід до актуальних подій життя, сприяють становленню соціальної солідарності та здатності приймати адекватні рішення. Тому, процес адаптації не тільки допомагає компенсувати втрачені ресурси та компетентності, але й спрямовується на відновлення порушеного гомеостазу, активізує позитивні зміни особистості.

У межах системного підходу адаптацію доцільно розглядати як результат взаємодії трьох підсистем.

Перша – індивідуально-психологічна – охоплює емоційну стійкість, механізми саморегуляції та копінг-стратегії.

Друга – соціальна – пов'язана з наявністю соціального капіталу, підтримки з боку оточення, включеністю в спільноту.

Третя – інституційна – відображає ефективність державної політики, правового захисту та доступність соціальних ресурсів.

Узагальнюючи особливості адаптації переселенців до нового середовища особливої актуальності набуває необхідність виділення окремих груп соціально-перцептивних чинників цього процесу. Соціально-перцептивні чинники як аналітична категорія оцінювання адаптації переселенців

охоплюють комплекс характеристик, що відображають особливості інтерпретації нового соціального середовища. До них належать специфіка сприйняття соціального простору, здатність розпізнавати й тлумачити соціальні сигнали, уявлення про межі між «своїми» та «чужими», трансформація образу Я в умовах змін, а також очікування щодо подальших міжособистісних взаємодій.

Розгляд соціально-перцептивних чинників як самостійної дослідницької одиниці створює можливість для цілісного аналізу механізмів, що лежать в основі адаптивної поведінки. Такий підхід дозволяє простежити взаємозв'язок когнітивних, емоційних і соціальних складових процесу пристосування; окреслити систему індикаторів рівня адаптованості (зокрема ступінь довіри до соціального оточення, вираженість соціальної тривожності, готовність до комунікативної взаємодії, особливості каузальних атрибуцій); а також визначити напрями психологічного супроводу, спрямованого на корекцію та уточнення соціальних уявлень і установок.

1.3. Основні соціально-перцептивні чинники ефективної адаптації переселенців у новому середовищі

Узагальнення поглядів на соціально-перцептивні чинники адаптації переселенців до нового соціального середовища дозволило виокремити три базові складові цього феномена:

1. сформованість навичок емпатійної взаємодії;
2. толерантне ставлення до культурних відмінностей;
3. переживання приналежності до нової спільноти.

Соціально-перцептивні чинники відіграють особливу роль в процесі звикання переселенців до нового простору, оскільки саме через них відбувається розвиток психологічної захищеності, прийняття реальності та пошук свого місця в ній.

Важливим чинником цих механізмів можна вважати емпатію. Сформована здатність особистості до емоційного, чуттєвого розуміння людей та ситуацій, передбачувальні компетенції сприяють ефективності перебування в невизначених ситуаціях та опануванню новими видами діяльності, що потребує проникливій здатності, когнітивним навичкам емоційного розуміння.

У межах психоаналітичної традиції, емпатія розглядалася як механізм, що забезпечує адекватне ставлення до сприймання психічних станів іншого. Емоційне залучення до переживань іншої особи, на думку дослідника, виникає вже на первинному рівні перцепції та супроводжується виникненням відповідних внутрішніх переживань. У гуманістично орієнтованому психоаналізі Е. Фромма емпатія тісно пов'язується з ідентифікацією та виступає передумовою формування зрілих інтерперсональних стосунків [цит. за 85]. Вона розглядається як умова побудови взаємин, що ґрунтуються на психологічній рівності, взаємній повазі та можливості самореалізації партнерів у спілкуванні. Вагомий внесок у розвиток теорії емпатії здійснила гуманістична психологія, насамперед К. Роджерс. Саме в його концепції емпатія набула статусу центрального принципу психотерапевтичної взаємодії, а згодом – і педагогічної практики. Дослідник підкреслював, що емпатія є не стільки станом, скільки динамічним процесом «входження» у внутрішній світ іншої людини з одночасним збереженням власної позиції. Він акцентував увагу на трьох суттєвих характеристиках емпатичного процесу: збереженні психологічної дистанції між суб'єктами взаємодії; наявності справжнього співпереживання, а не лише позитивного емоційного ставлення; процесуальному, а не статичному характері емпатії.

У сучасній зарубіжній психології емпатію нерідко визначають як емоційний відгук на переживання інших або як здатність розділяти емоційні стани співрозмовника. Водночас її розглядають і як специфічну форму психічного відображення, що забезпечує пізнання соціальної реальності через розуміння внутрішнього світу іншої людини. За даними Е. J. Austin, P. Evans,

J. Decety та S. Olderbak здатність до співпереживання відображає соціальну природу Я, яка за своєю сутністю є інтерсуб'єктивною: людська психіка формується й реалізується у взаємодії з іншими, а думки, наміри та вчинки значною мірою орієнтовані на соціальне оточення або зумовлені ним [83].

Емпатія пронизує всі етапи міжособистісної взаємодії, а її актуалізація на певній стадії контакту впливає на характер і результат спілкування. Рівень розвитку емпатійних здібностей суб'єктів визначає якість взаємодії та її конструктивність. З огляду на це міжособистісні контакти можна умовно поділити на емпатійні та неемпатійні залежно від того, чи відбулося переживання співчуття й емоційного залучення. Емпатійна взаємодія може мати різні форми – випадкову чи цілеспрямовану, короткотривалу чи тривалу, вербальну або невербальну, пряму чи опосередковану, – однак її сутнісною ознакою є актуалізація співпереживання принаймні в одного з учасників комунікації (С.Д. Максименко [64]).

Багатозначність поняття «емпатія» зумовлена широким спектром суміжних термінів, які використовуються у психологічному дискурсі. У літературі поряд із базовим поняттям функціонують такі уточнення, як емпатійна взаємодія, емпатичні реакції. Водночас близькими за змістом вважаються категорії співпереживання, співчуття, альтруїзму, просоціальної поведінки та соціальної сенситивності, що ще більше розширює семантичне поле цього феномена.

Результати наукових досліджень засвідчують, що емпатія посідає провідне місце в структурі особистості переселенців. Зокрема, П. П. Горностай наголошує на важливості здатності «приєднатися» до іншої людини, подивитися на проблему з її позиції, ніби зсередини, що становить одну з ключових потреб адаптаційного процесу. Значущість емпатії також обґрунтовується у працях Н. А. Сургунд [102], Н. І. Пов'якель [87], Л. В. Мови [75] та інших дослідників.

У сучасних психологічних словниках емпатія трактується як проникнення у внутрішній світ іншої людини через співпереживання її

емоційного стану; як здатність до паралельного переживання почуттів, що виникають у партнера по спілкуванню; як емоційне «вчуття» в досвід іншого; а також як інтелектуально-емоційна ідентифікація власних переживань із переживаннями та думками співрозмовника [75]. Отже, емпатія поєднує емоційний, когнітивний і поведінковий аспекти та виступає важливим соціально-перцептивним ресурсом, що забезпечує ефективну адаптацію особистості в нових соціальних умовах.

Узагальнення теоретичних позицій дає підстави виокремити два основні підходи до розуміння емпатії:

1. емпатія як процес або психічний стан, що виникає в ситуації сприймання іншої людини;
2. емпатія як відносно стійка здатність чи інтегральна властивість особистості.

Особливої уваги заслуговує концепція В. Бойко, який визначає емпатію як раціонально-емоційно-інтуїтивну форму відображення іншої людини [цит. за 84]. Такий підхід дозволяє пояснити можливість подолання психологічних захистів співрозмовника та глибшого розуміння причин і наслідків його поведінкових проявів. Учений наголошує, що наявність внутрішніх установок, які блокують емпатійність, істотно звужує спектр емоційної чутливості та ускладнює процес емпатичного сприйняття.

В сучасних дослідженнях значну увагу приділено розгляду емпатії як інтегральної особистісної характеристики. Зокрема, С.Д. Максименко трактує емпатію як індивідуально-психологічну властивість, що відображає здатність людини до співпереживання та співчуття [64]. Учений підкреслює її значення як важливого складника комунікативної взаємодії, який забезпечує гармонізацію міжособистісних відносин і надає поведінці соціально зумовленого характеру.

У межах особистісного підходу О.П. Саннікова та О.Г. Орищенко визначають емпатію як відносно стабільну, цілісну властивість особистості [цит. за 66]. Вона виявляється, по-перше, у здатності емоційно реагувати на

переживання іншого, розуміти його емоційні стани, прогнозувати можливі афективні реакції та прагнути надати підтримку; по-друге, у спрямованості на конкретний об'єкт емпатійного ставлення. У цьому контексті емпатію інтерпретують як уміння розділяти емоції іншої людини або викликати афективний відгук, співмірний за інтенсивністю й емоційною валентністю.

Когнітивний аспект емпатії пов'язують зі здатністю свідомо «приймати перспективу» іншого, тобто розуміти його думки та почуття через уявне поставлення себе на його місце.

Слід окремо наголосити, що ефективність емпатійної міжособистісної взаємодії переселенців значною мірою залежить від емоційних характеристик людини, зокрема від рівня розвитку емоційного інтелекту (Е.Л. Носенко, Н. В. Коврига [82]). Останній розглядається як показник зрілості ставлення особистості до світу, інших людей і до самої себе як суб'єкта життєдіяльності. Емоційний інтелект відображає здатність усвідомлювати власні почуття, регулювати їх та чутливо реагувати на емоційні стани інших.

Більшість наукових доробків, спрямованих на розкриття особливостей та механізмів соціального сприйняття, зосереджуються на проникливій здатності емпатійно розвиненої особистості, можливості розуміти потреби, мотиви, емоційні стани іншої людини, володіння навичками психологічної проникливості та візуальної діагностики. Можна стверджувати, що ці компетенції, поєднані з індивідуальними особливостями, можуть складати внутрішню сутність емпатії та забезпечувати адекватність міжособистісного сприймання.

Розглядаючи емпатію як значущу характеристику особистості переселенця, доцільно звернутися до досліджень J. Decety та P. L. Jackson, які визначають провідним результатом її розвиненості так званий «талант спілкування» [142].

У структурі цього таланту виокремлюються такі компоненти:

- здатність адекватно й повно сприймати іншу людину (спостережливість, швидке орієнтування в комунікативній ситуації),

- уміння розуміти її внутрішні риси та психологічні особливості (інтуїтивне проникнення у внутрішній світ),
- здатність до співпереживання (емпатійність, співчуття, доброзичливість, повага та готовність надати допомогу),
- схильність до рефлексивного аналізу власної поведінки, а також
- навички саморегуляції й управління процесом спілкування.

У подібному руслі J. Diemer та P. Pauli зазначають, що особлива рол емпатії в процесі адаптації забезпечується сукупністю індивідуальних якостей, які умовно можна об'єднати у три взаємопов'язані блоки [144]. Перший блок становлять інтелектуальні характеристики (допитливість, рефлексивність, логічність, критичність і нестандартність мислення). Другий – комунікативні властивості, серед яких ключове місце посідає емпатія поряд із комунікабельністю, соціальною відкритістю, тактовністю, дипломатичністю, незалежністю суджень і гуманістичною спрямованістю особистості. Третій блок охоплює емоційні якості: потребу в міжособистісних контактах, емоційну врівноваженість, доброзичливість, адекватну самооцінку, реалістичний рівень домагань та здатність до самоконтролю.

Систематизація теоретичних і емпіричних даних, представлених у працях Л.П. Журавльової [39], Т.В. Мінько [74], A. Mehrabian [154], A. Smith [167], M. Schulte-Rüther [168] та L. Rueckert [162], дає підстави розглядати когнітивну емпатію як складний, багатовимірний феномен. Її становлення зумовлюється взаємодією біологічних чинників (гормональних і нейрофізіологічних механізмів) та соціокультурних впливів.

Дослідження також свідчать про наявність гендерних відмінностей у структурі емпатії: жінки, як правило, демонструють вищі показники афективної емпатії, що пов'язано з більшою емоційною чутливістю та розвиненішими механізмами емоційної переробки інформації. У представників чоловічої статі домінує когнітивний канал емпатії, що сприяє раціональному підходу до ситуацій, орієнтації на кінцевий результат та логічне усвідомлення намірів інших людей.

Для психологічної науки ці висновки мають суттєве теоретичне й практичне значення, оскільки відкривають можливості для створення програм адаптації, а також дозволяють більш точно адаптувати психотерапевтичні та педагогічні стратегії з огляду на особливості когнітивної й афективної емпатії у переселенців.

Для переселенців однією з найскладніших проблем стає криза соціальної ідентичності – глибинна трансформація уявлень про себе, власну роль і місце в системі життєвих зв'язків. Хоча подібні процеси певною мірою торкнулися широких верств суспільства, саме для вимушених мігрантів вони набули особливо гострого характеру. У частини внутрішньо переміщених осіб ідентичність зазнає настільки істотних змін, що перестає виконувати інтегративну функцію на груповому рівні та втрачає адаптивне значення для самої особистості [132].

Суттєвою передумовою результативної інтеграції переселенців у нове соціальне середовище є соціальна конгруентність. У психологічному контексті цей феномен означає узгодженість внутрішніх характеристик особистості – системи цінностей, установок, мотиваційних орієнтацій і очікувань – із нормами, культурними моделями та правилами спільноти, що приймає. Чим вищий рівень такої відповідності, тим більшою є внутрішня цілісність особистості, нижчим – психоемоційне напруження, стабільнішим – відчуття благополуччя, а також простішим – налагодження конструктивних міжособистісних взаємин.

При різкій зміні соціальної ситуації людина стикається новим досвідом, новими моделями поведінки, руйнацією звичних стереотипів. В таких ситуаціях ефективна адаптація можлива лише за умови пластичності психіки, формуванню навичок позитивної взаємодії з приймаючою громадою, яка може висувати до переселенців нові вимоги. Переселенці, відкриті до набуття нового досвіду, спираються на новий контекст спілкування, швидше адаптуються до нових соціальних груп, легше долають конфлікти.

Розвиток соціально важливої в таких умовах риси – соціальної конгруентності – можливе за умови взаємодії кількох складових. Когнітивний компонент забезпечує переосмислення та нову інтерпретацію незнайомих для суб'єкта соціальних норм та полегшує зіткнення з очікуваннями. Емоційний компонент підтримує регуляційні можливості афективної сфери та стимулює розвиток емпатійної здатності та розуміння вчинків та емоцій інших людей. Поведінковий компонент допомагає засвоювати нові моделі поведінки та полегшує входження в новий соціальний простір соціального середовища.

Водночас складність соціальної конгруентності полягає у її динамічному характері: в процесі стійкої взаємодії з оточенням вона розвивається та коригується завдяки референтності та соціальній рефлексії. Рівень її розвитку може бути інтеграційним критерієм соціальної адаптації переселенця, оскільки розкриває особливості когнітивних, емоційних і поведінкових складових нових умов життєдіяльності.

Висновки до першого розділу

1. Проблематика дослідження різних аспектів особистості та життєдіяльності переселенців розкриває багатовекторність цих наукових розвідок та практичну спрямованість на надання психологічної допомоги, полегшенні процесі адаптації до нового середовища. Вчені зосереджують дослідницьку увагу на проблемах психотравматизації, втрати базового почуття безпеки, руйнування життєвих орієнтирів та цінностей – всього, що складало стрижень життя людей, яких війна позбавила не тільки майна, але й близьких. В такому контексті важливою проблемою стає активне застосування ресурсного підходу, відповідно до якого особистість розглядається не лише як об'єкт негативного впливу, але й як активний суб'єкт, здатний до переосмислення попереднього травматичного досвіду та здатний на уламках минулого будувати нове життя.

Поряд з психологічними проблемами науковці виділяють проблеми соціальні, що посилюють стани генералізованої тривоги, внутрішньої незадоволеності, самотності. До найбільш розповсюджених відносяться труднощі у працевлаштуванні, забезпеченні житлом, матеріальні проблеми, наявність упередженого ставлення та проявів дискримінації з боку частини місцевого населення, недостатня узгодженість між різними інституціями, бюрократичні перепони та труднощі з доступом до допомоги.

2. До чинників, що позитивно впливають на процес адаптації переселенців, належать: житлово-матеріальні, працевлаштування, соціально-психологічна підтримка місцевої громади, наявність нових друзів тощо. Однак навіть за сприятливих умов життєдіяльності, психологічні соціально-перцептивні механізми можуть стати серйозною перепорою в процесі адаптації: нерозвинена здатність сприймати та адекватно інтерпретувати сигнали нового середовища як дружнього, суб'єктивне відчуття «іншості», низький рівень соціальної довіри до соціуму суттєво гальмують процес адаптації до нових умов.

Отже, ефективність адаптації переселенців залежить не тільки від об'єктивних характеристик нової соціальної ситуації, але й від індивідуальних можливостей психологічної самообілізації. Вирішальну роль в цьому процесі відіграють особистісні якості, когнітивні та емоційно-вольові чинники та обрана стратегія долаття труднощів. Такий підхід дозволяє розглядати адаптивність як природну життєзберігальну тенденцію та як результат соціального досвіду й набутих компетентностей.

Виділення соціально-перцептивних чинників як самостійного об'єкта дослідження відкриває можливість комплексного аналізу механізмів адаптивної поведінки. Такий підхід дозволяє визначити систему показників рівня адаптованості (зокрема рівень довіри до оточення, інтенсивність соціальної тривожності, готовність до комунікативної активності, специфіку каузальних атрибуцій); а також окреслити напрями психологічного супроводу, спрямованого на корекцію соціальних уявлень і установок. Отже, соціально-

перцептивні чинники доцільно розглядати як інтегративну та структуровано організовану одиницю аналізу процесу адаптації переселенців, оскільки саме вони поєднують способи сприйняття, інтерпретації й смислового осмислення соціальної реальності в нових умовах життєдіяльності.

3. Емпатія розглядається як складне й багатовимірне психологічне явище, яке в різних теоретичних концепціях трактується як процес співпереживання, психічний стан, індивідуальна здатність або інтегрована характеристика особистості. Її внутрішня структура охоплює когнітивний, емоційний та поведінковий (конативний) компоненти, що функціонують у взаємозв'язку та взаємовпливі. Емпатія виступає провідною складовою ефективної міжособистісної взаємодії, оскільки забезпечує точніше розуміння партнера у спілкуванні, сприяє конструктивному подоланню конфліктів і підвищує результативність професійного впливу.

Важливим чинником успішного пристосування до нового соціального контексту визначено соціальну конгруентність, яка відображає ступінь відповідності між внутрішнім світом особистості – її ціннісними орієнтаціями, переконаннями, мотивацією та очікуваннями – і нормами, культурними стандартами та правилами приймаючої спільноти. Чим більшою є ця узгодженість, тим відчутнішою стає внутрішня рівновага, зменшується емоційна напруга, зміцнюється суб'єктивне відчуття благополуччя та полегшується вибудовування позитивних стосунків з оточенням.

При цьому соціальна конгруентність не є фіксованою характеристикою – вона змінюється та вдосконалюється у процесі постійної взаємодії з соціальним оточенням і під впливом отриманого зворотного зв'язку. Її можна розглядати як інтегральний індикатор рівня соціальної адаптованості переселенця, адже вона відображає узгодженість пізнавальних, емоційних і поведінкових складників його взаємодії з новим соціальним простором.

РОЗДІЛ 2

ЕТАПИ ТА МЕТОДОЛОГІЧНІ ЗАСАДИ ДОСЛІДЖЕННЯ СОЦІАЛЬНО-ПЕРЦЕПТИВНИХ ЧИННИКІВ ЕФЕКТИВНОСТІ АДАПТАЦІЇ ПЕРЕСЕЛЕНЦІВ У НОВОМУ СЕРЕДОВИЩІ

2.1. Особливості методологічного забезпечення та організації дослідження соціально-перцептивних чинників ефективності адаптації переселенців у новому середовищі

Принципи наукового пізнання виступають універсальними закономірностями, що виконують функцію методологічних орієнтирів у дослідженні та задають логіку аналізу. Вони не лише визначають напрям наукового пошуку, а й окреслюють межі коректних інтерпретацій отриманих результатів. Сукупність принципів формується як цілісна система, у межах якої окремі положення взаємодоповнюють і взаємоузгоджують одне одного [96]. У контексті нашого дослідження соціально-перцептивних детермінант ефективної адаптації переселенців до нового середовища ключовими виступають онтологічний та гносеологічний принципи, ідея діалогічності як взаємодії смислових позицій, принцип біполярної організації психологічних конструктів і необхідність виокремлення науково обґрунтованих одиниць аналізу.

Аналіз методологічних досліджень (В.І. Абрамов [1], В.Х. Арутюнов [1], Т.М. Білуха [11], Т. І. Сватенкова [96], О. А. Тимошенко [96]) дозволяє констатувати, що однією з найскладніших методологічних проблем у поясненні психічної реальності є розмежування її онтологічного та гносеологічного вимірів. Онтологічний аспект стосується з'ясування характеру та форм існування психічних явищ, тоді як гносеологічний – вивчення способів, можливостей і меж їх пізнання.

До онтологічних форм психічної реальності традиційно відносять усі типи орієнтовної та дослідницької активності живих істот. У людини ці форми набувають опосередкованого характеру, що здійснюється через використання знаків, знарядь і культурних систем [11]. Внаслідок цього первинні орієнтовні дії поступово трансформуються в рефлексивні та свідомі інтелектуальні акти, які й формують різноманіття феноменологічних проявів психіки. Такий перехід реалізується завдяки механізму інтеріоризації, який розглядається вітчизняною психологією як базовий у формуванні внутрішнього психічного плану.

Розуміння психічного як процесу, що виникає через інтеріоризацію зовнішньої діяльності, задає об'єктивно-процесуальний підхід до аналізу адаптації переселенців. Це дозволяє уникнути абстрактного трактування психічних феноменів і розглядати їх у контексті конкретних соціальних практик, міжособистісних взаємодій та досвіду включення у нову спільноту.

Гносеологічний аспект, своєю чергою, пов'язаний із теорією пізнання – галуззю філософії, що досліджує природу знань, їхні джерела, механізми формування та критерії істинності [96]. Цей аспект дозволяє проаналізувати, яким чином наукове знання співвідноситься з об'єктивною реальністю, та за яких умов воно може претендувати на достовірність і надійність.

Успішність адаптаційного процесу значною мірою визначається діалогічною взаємодією, яку необхідно розуміти як глибинне узгодження смислових позицій. Діалог відбиває фундаментальний спосіб людського буття та внутрішню розмову людини з власним «Я».

Діалогічна парадигма, що сформувалася в межах гуманітарного знання як спосіб осмислення природи людини, поступово набуває провідного значення і в природничо-науковому дискурсі [96]. Її актуалізація в контексті нашого дисертаційного дослідження зумовлена утвердженням уявлень про ефективну адаптацію переселенців як процес активної взаємодії з об'єктами та суб'єктами нового соціального середовища, а також визнанням нелінійності самого процесу пізнання. За таких умов постає необхідність перегляду

традиційних засад і принципів наукового мислення. У цьому контексті Г. О. Баллом було виокремлено систему діалогічних універсалій, які сприяють підтриманню гуманістично зорієнтованих соціальних взаємин, зокрема у сфері адаптивної діяльності [8].

До них належать:

- повага до партнера по взаємодії;
- прийняття іншого;
- шанобливе ставлення до самого себе;
- принцип конкордантності, що передбачає узгодженість учасників діалогу щодо базових знань, норм, цінностей і цілей; а також принцип толерантності, конкретизований у формі презумпції прийнятності, відповідно до якої ідеї чи дії партнера розглядаються як допустимі доти, доки їх неприйнятність не буде аргументовано доведена на основі спільно визнаних норм.

Ключовим механізмом, що забезпечує ефективність адаптивного процесу, виступає діалог, який розуміється як взаємодія та зіткнення смислових позицій. Він не зводиться до простого обміну репліками між людьми, а постає як фундаментальна форма людського буття, внутрішній і зовнішній простір спілкування, у якому проявляється духовне «Я» особистості та її взаємодія із власною совістю.

У цьому сенсі діалог виходить за межі безпосереднього міжособистісного контакту, будучи специфічним типом ставлення людей один до одного, що реалізується через спілкування. Водночас діалог не є лише протистоянням різних смислів, а завжди передбачає пошук нових підстав смислотворення та оновлення самого діалогічного простору. Така форма взаємодії має характер суб'єкт-суб'єктних відносин.

Діалогізм, у свою чергу, включає спрямованість на діалог, безумовне прийняття іншого, здатність до професійної рефлексії та уміння встановлювати конструктивні міжособистісні контакти. Орієнтація на діалогічну парадигму загалом виступає необхідною умовою гуманізації

процесу ефективної адаптації переселенців до нового соціального середовища.

Діалог можна розглядати у двох взаємопов'язаних вимірах.

У широкому сенсі він постає як універсальна форма людської реальності, що, з одного боку, лежить в основі свідомості й самосвідомості, а з іншого – є провідним способом їх реалізації.

У вузькому розумінні діалог тлумачиться як конкретна комунікативна подія, у межах якої відбувається «відкриття» ціннісного світу особистості та її саморозкриття у відповідь на звернення іншого [96].

За Г. О. Баллом, у понятті діалогу особливого значення набуває акцент на автономності та суб'єктності його учасників [8]. Відтак діалогізм як значуща характеристика адаптивного процесу охоплює діалогічну інтенцію, безумовне прийняття іншої людини, розвинену рефлексивну позицію та здатність вибудовувати ефективні взаємини з людьми.

М. В. Папуча уточнює, що діалогічна інтенція психолога передбачає,

- по-перше, налаштованість на особистість іншої людини як на гідного партнера;
- по-друге, уміння рефлексивно керувати власною внутрішньою діалогічністю;
- по-третє, володіння техніками організації діалогу та стимулювання діалогічної налаштованості іншого [цит. за 94].

В роботі з переміщеними особами діалогічний підхід є головним інструментом взаємодії, причому така комунікацій здійснюється не тільки у об'єктивному соціальному просторі, між особистістю та новою соціальною групою, але й інтеріоризовано, реалізуючись у терапевтичній роботі з внутрішньоособистісними конфліктами, непрожитими переживаннями, незавершеними ситуаціями та образами, стає головною умовою формування нових життєвих сенсів, формування відчуття власної значущості та включеності у нове життя.

У такій площині діалогічне спілкування як інструмент адаптації забезпечує пошук нових можливостей для смислотворення, переусвідомлення

старого досвіду та способів дії через прийняття та аккультурацію до нової реальності.

А. Ф. Копйов, спираючись на ідеї М. М. Бахтіна, наголошує, що діалог може бути осмислений як у широкому (як універсальна умова існування свідомості), так і у вузькому (як конкретна взаємодія, що відкриває внутрішній світ людини) сенсах [цит. за 96]. У випадку переселенців у вузькому сенсі діалог проявляється у моменті, коли людина вперше наважується поділитися своїм досвідом втрати або страхом щодо сприйняття та інтерпретації майбутнього. Саме у ці хвилини її ціннісний світ «розмикається», створюючи можливість для переосмислення травматичних переживань.

М. Бубер підкреслював важливість рівноваги між різними сферами життя, і у випадку переселенців ця рівновага часто порушена різкою зміною соціального та культурного контексту [цит. за 96]. Діалог – як із соціальним оточенням, так і внутрішній – допомагає уникнути монологічного замикання, що може проявлятися у недовірі, відчуженні чи гіперкомпенсаторній самостійності.

Не менш важливим можна вважати принцип біполярної організації особистісних конструктів та базових симптомокомплексів, що можна розглядати як методологічне підґрунтя аналізу соціально-перцептивних характеристик адаптації переселенців. Сутність біполярного підходу допомагає розглядати нові смисли, стратегії, симптомокомплекси як протилежні полюси, між якими особистість обирає свій шлях та формує власний досвід.

У контексті адаптації переселенців значущими можуть бути такі біполярні конструкти:

- «свій – чужий»: відображає ступінь інтегрованості у нову спільноту;
- «безпека – небезпека»: визначає сприйняття нового середовища;
- «самодостатність – безпорадність»: впливає на мотивацію до активної адаптації;

- «довіра – недовіра» до місцевих жителів, інституцій чи соціальних служб;

- «оптимізм – песимізм» щодо майбутнього життя.

В межах таких біполярних конструктів можна відстажувати змістовну генезу, коли переселенець спочатку орієнтований на негативне сприйняття місцевих жителів, поступово змінює свою позицію, більше орієнтується на взаємодію та співпрацю, що можна розглядати як позитивну динаміку соціальної перцепції в процесі адаптації до нових умов.

Біполярні конструкти в структурі особистості та життєдіяльності переселенців можна розглядати як ментально-перцептивні способи виживання в нових умовах, оскільки вони допомагають категоризувати соціальні явищами, події. Біполярні конструкти сприяють індивідуалізації процесу сприймання, суб'єктивній інтерпретації подій та побудові образів майбутнього. Тобто, біполярний підхід полегшує структурування життєвий досвід, поглиблює індивідуальні сенси, рефлексивні навички, прискорює темпи особистісного зростання.

Проблема визначення базових одиниць аналізу належить до ключових методологічних викликів сучасної психології. Чітке окреслення такої одиниці фактично відкриває шлях до створення цілісної теоретичної системи й засвідчує зрілість наукової парадигми. С.Д. Максименко пропонує такою фундаментальною одиницею вважати нужду – універсальну енергетичну силу життя, що поєднує в собі суперечливу єдність біологічного й соціального начал [65].

Усі життєві акти, взаємодії та зміни живого організму проникають у структуру нужди, асимілюються нею, розширюють і збагачують її інформаційний та енергетичний потенціал. Завдяки цьому безперервному процесу накопичення й трансформації виникають передумови розвитку.

Нужда постає як форма прояву життєвого начала, що реалізується у створеній ним живій істоті. Позатілесного, «поза живим», аналога такої енергоінформаційної біосоціальної сутності не існує. Хоча вона певним чином

пов'язана з фізичними енергетичними процесами Всесвіту, її поява та функціонування можливі лише в межах живої природи. Це створює ситуацію, подібну до явищ мікросвіту, відкриття яких спричинило формування принципу доповнюваності: жива істота водночас є і структурою, і втіленою в ній нуждою. Зрозуміти саму нужду можна лише через аналіз живої істоти як її носія, отже, результати дослідження значною мірою визначаються вибраним кутом зору [65].

Афіліативний аспект нужди, за С.Д. Максименком, виявляється у формі любові, яку можна трактувати надзвичайно широко – як силу, що протидіє космічній ентропії та спонукає всі живі істоти (не лише людину) до взаємного тяжіння [65].

Таким чином, аналіз психіки через виділення одиниць означає дослідження суперечливої, але цілісної одиниці – нужди, яка в абстрактній, ще не розгорнутій формі утримує первинну єдність біологічного та соціального й задає загальний вектор розвитку живого.

Ю.Б. Максименко підкреслює, що визначення одиниці аналізу задає основний напрям дослідженню внутрішньої картини досліджуваного явища [66]. Під одиницею аналізу психіки він розуміє найменшу структурну або функціональну цілісність, яка зберігає базові властивості психічного. У різні періоди розвитку психології такими одиницями вважалися:

- відчуття, сприймання,
- уявлення,
- рефлекс, поведінковий акт, схема, дія,
- мотив, установка,
- образ, значення та інші утворення.

У дослідженнях адаптації переселенців вибір адекватної одиниці аналізу є особливо важливим, оскільки саме він визначає глибину розуміння процесів адаптації.

Наприклад, одиницею аналізу можуть виступати:

- соціальна ситуація розвитку,

- смисловий акт (оцінка приймаючої спільноти як «своїї» чи «чужої»),
- емоційно-наповнене ставлення («я можу тут відновити життя» / «я тут тимчасово»),
- поведінкова стратегія (активний пошук ресурсів vs. відчуження й уникання).

Л. С. Виготський наголошував на різниці між аналізом за елементами та аналізом за одиницями. Аналіз за елементами розкладає явище на частини, які не відтворюють властивостей цілого. Аналіз за одиницями дає змогу виокремити такі компоненти, що зберігають ключові характеристики цілого й дозволяють відтворити його структуру та функціонування на іншому рівні [цит. за 65].

Н. Д. Гордеева та В. П. Зінченко окреслили вимоги до одиниці аналізу психіки, серед яких: структурність, внутрішня суперечливість (представлення протилежностей), потенціал розвитку, наочність, таксономічність та здатність до синтетичного аналізу [цит. за 66].

Соціально-перцептивні чинники як важлива частина адаптації переселенців та значуща одиниця аналізу їх особистості розкриває унікальний спосіб сприймання нового соціуму та себе у ньому та включають такі компоненти, як: сприйняття стереотипів і упереджень щодо переселенців, оцінка ними приймаючого середовища, навички емпатійної комунікації, толерантність до культурних відмінностей, відчуття належності до нової спільноти, соціальна ідентичність «нового місця» і т.д. Вивчення цих компонентів має велике значення, адже вони опосередковують не лише результат адаптації (як-от рівень соціальної інтеграції, задоволеність життям, відчуття соціальної підтримки), але й впливають на динаміку адаптації (швидкість, безконфліктність, сталість). То ж недостатнє сприйняття приймаючого середовища чи внутрішня дистанція, почуття відчуження можуть формувати ризик маргіналізації, соціальної ізоляції або навіть рецидиву психологічної дезадаптації.

Отже, враховуючи як масштаб вимушеної переселеності в Україні, так і недостатність досліджень, орієнтованих саме на соціально-перцептивні чинники адаптації, піднята тема заслуговує на системне теоретичне опрацювання й емпіричне дослідження. Особливо це важливо в контексті воєнних дій, коли фактори соціального сприйняття можуть швидко трансформуватися – змінюється ставлення місцевого населення до переселенців, межі між “ми” та “інші”, змінюються форми соціальної підтримки та інтеграції.

Соціально-перцептивні чинники як одиниця аналізу ефективності адаптації переселенців у новому середовищі містять такі структурні компоненти:

1. Сприйняття соціального оточення.

Цей компонент змістовно передбачає позитивне або негативне уявлення переселенців про приймаючу громаду.

2. Інтерпретація соціальних сигналів.

Здатність адекватно сприймати сигнали нового оточення, правильно інтерпретувати наміри та емоції інших людей.

3. Образ «Свого» та «Чужого»

Категоризація соціального простору значною мірою визначає готовність до контакту. Якщо група приймається як «свої», переселенець легше встановлює довірливі стосунки; якщо «чужі» — зростає дистанція, обережність і соціальна напруга. Переформатування цих уявлень — важливий механізм адаптації.

4. Самосприйняття в новому середовищі

Формування адекватної самооцінки та савморефлексії себе та своїх можливостей, зменшення соціальної вразливості та фрустрованості.

5. Очікування щодо взаємодії з іншими

Стимулювання до розширення соціальних контактів, розвиток оптимістичних тенденцій та очікувань.

Отже, розгляд соціально-перцептивних чинників як одиниці аналізу дозволяє:

- системно описати внутрішні механізми, які опосередковують адаптаційну поведінку;
- зрозуміти, як інтегруються когнітивні, емоційні та соціальні компоненти адаптації;
- виокремити індикатори для діагностики рівня адаптованості (довіра до оточення, соціальна тривожність, відкритість до контактів, позитивні/негативні атрибуції);

Враховуючи це, у дослідженні переселенців можна констатувати наступне:

- одиниця аналізу повинна бути такою, що може розвиватися – наприклад, ставлення «тимчасовість–стабільність», яке змінюється в ході інтеграції;
- має бути доступною для емпіричного спостереження – через інтерв'ю, опитувальники, наративи, поведінкові індикатори.

Аналіз соціально-перцептивних чинників у якості окремої одиниці дослідження дає змогу: комплексно описати механізми, що лежать в основі адаптивної поведінки; визначити, як взаємодіють окремі компоненти пристосування; сформувати систему діагностичних показників адаптованості (рівень довіри до соціального середовища, наявність соціальної тривоги, готовність до взаємодії, характер атрибуцій); окреслити напрями психологічного супроводу, спрямованого на уточнення та корекцію соціальних уявлень.

2.2. Методи та підходи до дослідження соціально-перцептивних чинників ефективності адаптації переселенців у новому середовищі

В науці поняття методу розглядається у широкому науково-методологічному контексті (Т. І. Сватенкова, О. А. Тимошенко [96]. Сам

термін «метод» в сучасному науковому вжитку трактується як упорядкована, логічно вибудована система дій і операцій, необхідних для розв'язання певного завдання або досягнення визначеної мети. За своїм змістом метод є близьким до таких понять, як алгоритм діяльності чи технологічний процес, оскільки передбачає послідовність кроків, спрямованих на отримання прогнозованого результату.

У сучасному розумінні метод інтерпретується як особливий спосіб або сукупність взаємопов'язаних способів, що застосовуються у межах науково-практичної діяльності [119]. Важливо підкреслити, що жоден окремий спосіб дії не є самодостатнім і, як правило, реалізується у взаємодії з іншими.

Водночас саме специфічні особливості окремих способів дозволяють розмежовувати, класифікувати й систематизувати різні методи. Навіть незначні відмінності в окремому етапі алгоритму – наприклад, у характері дій, використаних інструментах чи технологічних особливостях процесу – можуть зумовлювати виникнення великої кількості методів, які, однак, за своєю суттю зводяться до кількох базових або навіть одного фундаментального підходу.

Одним із ключових методологічних прийомів побудови наукового дослідження соціально-перцептивних чинників адаптації переселенців до нового соціального середовища виступає гіпотетико-дедуктивний підхід, суть якого полягає у конструюванні цілісної системи логічно взаємопов'язаних гіпотез. Саме з цієї системи шляхом дедукції виводяться положення, що підлягають емпіричній перевірці.

У межах вивчення соціально-перцептивних чинників адаптації переселенців теоретичне знання не формується шляхом простого узагальнення окремих фактів повсякденного досвіду або результатів спостережень, а вибудовується як концептуальна модель, що «розгортається зверху» стосовно емпіричних даних. Спочатку формулюється узагальнене припущення щодо ролі соціального сприймання, атрибуції, стереотипізації та міжособистісного розуміння у процесах адаптації, після чого воно деталізується у вигляді низки

конкретніших припущень, які перевіряються у ході психологічного дослідження та уточнюються відповідно до отриманих результатів.

Гіпотетико-дедуктивна система має чітко виражену ієрархічну структуру. На верхньому рівні розташовуються узагальнювальні припущення, що задають загальну дослідницьку логіку, тоді як припущення нижчих рівнів є їх логічними наслідками й стосуються окремих аспектів соціально-перцептивної регуляції адаптаційної поведінки переселенців. Кожна така система фактично реалізує певну дослідницьку програму, в центрі якої перебуває ключове теоретичне припущення. Конкуренція між різними програмами виявляється у зіставленні їх пояснювального потенціалу: перевага надається тій моделі, яка найбільш повно узгоджується з емпіричними даними та дозволяє отримати нові, несподівані для альтернативних підходів прогностичні висновки щодо успішності адаптації в новому соціальному середовищі.

Теоретичне пізнання у психології процесу переселення спрямоване на формування цілісного уявлення про досліджуване явище. Адаптація переселенців постає як складний процес, у якому переплітаються когнітивні, емоційні, соціально-перцептивні та поведінкові зв'язки. Теорія покликана виявити ці взаємозв'язки та відобразити їх за допомогою наукових абстракцій, зокрема понять соціального сприймання, емпатії, міжгрупової перцепції, образу «свого» і «чужого». Водночас простий перелік таких понять не дає повного розуміння механізмів функціонування й розвитку адаптаційного процесу. Для цього необхідне мисленнєве відтворення об'єкта в усій багатомірності його відносин, що досягається через поступове розгортання змісту абстракцій і побудову цілісної понятійної системи.

Такий спосіб аналізу реалізується за допомогою методу сходження від абстрактного до конкретного. У межах дослідження соціально-перцептивних чинників адаптації переселенців дослідник спершу виокремлює базовий, визначальний зв'язок, наприклад вплив особливостей соціального сприймання на інтеграцію в нову спільноту. Далі, аналізуючи різні соціальні контексти та

умови життєдіяльності, простежується, як цей зв'язок модифікується, породжує нові взаємодії й включається у ширшу систему соціальних і психологічних детермінант.

Сучасною методологічною вимогою науки є також звернення до історичного принципу аналізу психічних явищ.

Історичний метод допомагає здійснювати аналіз реального перебігу подій і життєвих обставин переселенців, фіксувати важливі факти їхнього життя, референтних осіб та їхній вплив на перебіг адаптаційного процесу. Життєвий шлях при цьому розглядається як послідовність змінюваних взаємопов'язаних біографічних етапів.

Логічний метод розглядається як тонкіший інструмент аналізу адаптації на етапах зрілості, коли саме структура соціально-перцептивних механізмів особистості відображає згорнуті характеристики попереднього розвитку.

Поєднання історичного та логічного методів можна вважати інструментами глибокого пізнання основних адаптаційних тенденцій та переосмислення в цьому процесі ролі соціально-перцептивних чинників.

Об'єктивний метод спрямовується на аналіз зовнішньо спостережуваних форм активності – зовнішнього реагування, комунікативних компетентностей, домінуючих соціальних ролей та можливих наслідків такої активності.

Отже, ці методи є найбільш відповідними задачам дослідження соціально-перцептивних чинників адаптації переселенців, оскільки допомагають з'ясувати, яким чином специфіка сприйняття оточуючих, соціальних норм та прийнятих еталонів нового середовища реалізуються у різних формах активності переселенців.

Зміст методу спостереження полягає у ретельній фіксації як явних, так і малопомітних поведінкових ознак, відстеженні перебігу соціальних ситуацій та подальшій систематизації зібраного емпіричного матеріалу. Залежно від ролі дослідника розрізняють включене та невключене спостереження. У першому випадку дослідник тимчасово інтегрується у досліджуване соціальне

середовище, що є доцільним при аналізі процесів адаптації переселенців «зсередини» нової спільноти. Невключене спостереження передбачає фіксацію поведінки з позиції зовнішнього спостерігача, що дозволяє зберігати більшу дистанцію та аналітичну нейтральність. За ступенем регламентації процедур виокремлюють пошукове спостереження, спрямоване на первинне виявлення значущих поведінкових індикаторів адаптації, та стандартизоване, у якому перелік ознак заздалегідь визначений і залишається сталим упродовж усього дослідження.

Для підвищення продуктивності та об'єктивності методу спостереження необхідно дотримуватися наступних вимог:

- наявність мети та предмету спостереження. В контексті нашого дослідження це, у першу чергу, поведінка респондентів під час тестування та бесід та реалізація у поведінці основних соціально-перцептивних ознак успішної адаптації переселенців;
- дотримання єдиних умов реалізації спостереження для всіх респондентів;
- попереднє чіткі виділення та семантичне наповнення спостережуваних особистісно-поведінкових одиниць аналізу.

Обмеження, які має метод спостереження, в першу чергу, пов'язані з особливостями особистості самого дослідника (зі стереотиповістю сприймання, швидкістю формування установок тощо). Зменшення впливу особистості спостерігача можна фіксувати за допомогою залучення експертних оцінок або відеофіксації матеріалів.

Психодіагностичний метод дослідження соціально-перцептивних чинників адаптації переселенців до нового середовища є основним інструментом отримання наукових даних. Тому для дотримання наукової точності, глибини та достовірності отриманих даних важливим є правильна організація процедури психодіагностики, виділення основних діагностичних змінних та коректно підібраний діагностичний комплекс.

У контексті дослідження переселенців такими незалежними змінними можуть виступати соціально-перцептивні характеристики, умови проживання, наявність соціальної підтримки, тоді як залежними – показники соціально-психологічної адаптованості, рівень психологічного благополуччя, емоційної стабільності та суб'єктивного відчуття інтегрованості в нове середовище.

Разом із тим слід урахувати, що значна частина психологічних досліджень адаптації переселенців не може бути реалізована в умовах лабораторної «стерильності».

Дослідження відбувається в реальному соціальному просторі, де на респондентів одночасно впливають численні неконтрольовані чинники:

- пережитий травматичний досвід,
- поточна соціально-економічна ситуація,
- міжособистісні взаємини у приймаючій громаді,
- культурні відмінності тощо.

Окрім цього, потенційні спотворення можуть виникати й унаслідок впливу самого дослідника, його стилю спілкування, очікувань або неусвідомлених установок щодо результатів дослідження. Саме тому особливого значення набуває стандартизація процедури психодіагностичного обстеження та дотримання етичних і методичних вимог.

Етап обробки та якісного аналізу отриманих емпіричних даних передбачає об'єднання та структурування отриманих результатів за у вигляді таблиць, графіків, схем, діаграм та інших форм візуального подання, що дозволяє не тільки систематизувати масив даних, але й, у разі необхідності знайти нові факти та закономірності соціально-перцептивних чинників, надати глибоку інтерпретацію зафіксованих фактів та відмінностей.

Така логіка наукового пошуку допомагає робити науково обґрунтовані висновки та укладати методичні рекомендації з покращення адаптації переселенців до нового середовища.

Організація психодіагностичного дослідження передбачає декілька етапів [119].

Перший етап полягає у окресленні мети та проблемного поля дослідження.

На другому етапі особлива дослідницька увага приділялася стану розробленості проблеми в науковій та науково-методичній літературі, формування авторського погляду на різні наукові підходи та теорії, спрямовані на відображення різних аспектів досліджуваного явища. На підставі такого аналізу нами був зроблений науковий пошук власного підходу до розв'язання поставлених питань щодо специфіки адаптаційних процесів та особливої ролі соціально-перцептивних чинників в адаптації переселенців.

Наступним кроком дослідження стає планування емпіричного дослідження, уточнення та укладання емпіричної вибірки, діагностичного інструментарію та розроблення процедур збору емпірики.

Після завершення цієї частини дороби здійснювався аналіз та узагальнення отриманих результатів, що створює можливість додатково перевірити первинне теоретичне припущення. Цей етап дозволяє констатувати нові факти, взаємозв'язки між виділеними чинниками та рівнем адаптації переселенців.

На завершальному етапі нашого дисертаційного дослідження відбувається узагальнена інтерпретація отриманих результатів, формулювання можливих прогнозів подальшого розвитку даного напрямку та укладання методичних рекомендацій загальних висновків.

Таким чином, в сучасному методологічному знання метод визначається як особливий спосіб або сукупність взаємопов'язаних способів, які застосовуються у межах науково-практичної діяльності. Особливої ролі у побудові теоретичної моделі та логіки дослідження набувають історичний, логічний та об'єктивний методи.

Основним інструментом отримання наукових даних про соціально-перцептивні чинники адаптації переселенців до нового середовища є психодіагностичний метод. Тому для дотримання наукової точності, глибини та достовірності отриманих даних важливим є правильна організація

процедури психодіагностики, виділення основних діагностичних змінних та коректно підібраний діагностичний комплекс.

Організація та проведення психодіагностичного дослідження реалізовувалися у декілька етапів: постановка мети та проблемного поля дослідження; аналіз стану розробленості проблеми в науковій та науково-методичній літературі, формування авторського погляду на різні наукові підходи та теорії; планування емпіричного дослідження, уточнення та укладання емпіричної вибірки, діагностичного інструментарію та розроблення процедур збору емпірики; узагальнена інтерпретація отриманих результатів, формулювання можливих прогнозів подальшого розвитку даного напрямку та укладання методичних рекомендацій загальних висновків.

2.3. Діагностичний комплекс для дослідження соціально-перцептивних чинників ефективності адаптації переселенців у новому середовищі

До комплексу психодіагностичних засобів було включено низку перевірених методик, зокрема:

1. *Опитувальник соціально-психологічної адаптації К. Роджерса – М. Даймонд.*

Цей особистісний інструмент призначений для дослідження того, як індивід взаємодіє із соціальним середовищем і самим собою в ситуаціях адаптації, а також для оцінювання низки психологічних рис, що з цим пов'язані. Концептуально методика ґрунтується на уявленні про людину як активного суб'єкта власного розвитку, відповідального за свої дії та здатного свідомо регулювати поведінку в умовах соціального середовища.

Оригінальна шкала соціально-психологічної адаптованості (СПА), створена К. Роджерсом і М. Даймонд у 1954 році, включає 101 твердження, сформульоване у третій особі. Така форма подачі матеріалу, ймовірно, була обрана з метою звести до мінімуму ефект прямого самоототожнення, коли

людина свідомо порівнює твердження з власними характеристиками. Подібний прийом дозволяє знизити ймовірність соціально бажаних відповідей і підвищити об'єктивність отриманих даних.

У практиці вітчизняних досліджень методика СПА активно застосовувалася протягом тривалого часу та адаптована для різних категорій респондентів – школярів, студентів, дорослих. Вона успішно використовувалася для аналізу динаміки розвитку самосвідомості підлітків у нових умовах соціального середовища, для оцінювання рівня шкільної адаптованості або дезадаптованості у взаємозв'язку з емоційним станом дітей, у вивченні специфіки поведінкових та емоційних труднощів у «важких» підлітків, а також для діагностики адаптації до складних професійних умов.

У структурі опитувальника, що складається зі 101 висловлювання, значна частина тверджень – 41 пункт – відображає риси, притаманні соціально-психологічно адаптованій особистості.

Ще 41 твердження маркує прояви дезадаптованості, такі як неприйняття себе та інших, домінування психологічних захисних бар'єрів у процесі осмислення особистого досвіду, схильність вирішувати проблеми лише на уявному рівні, без реальних дій, а також ригідність психічних процесів.

Окрему групу становлять 19 нейтральних пунктів, серед яких розміщена і контрольна шкала (часто позначена як «шкала брехні»), що слугує індикатором достовірності відповідей.

Методика передбачає використання семибальної шкали оцінювання, що дозволяє максимально диференційовано зафіксувати ставлення респондента до кожного твердження. Водночас дослідники звертають увагу на певні труднощі: на практиці опитуваним інколи складно інтуїтивно розмежувати близькі за значенням варіанти відповідей, наприклад «2 – сумніваюся, що це про мене» та «3 – не наважуюся віднести це до себе». Це ставить питання про доцільність застосування настільки деталізованої шкали в масових дослідженнях.

Усі твердження опитувальника об'єднані у шість факторних блоків, кожен із яких відображає певний аспект адаптованості або дезадаптованості.

Кожна шкала має двополярну структуру – позитивний та негативний варіанти відповідей відображають два протилежні за змістом стани.

1. Шкала «Самоприйняття». Позитивні значення демонструють здатність людини схвалювати себе, довіряти власним рішенням і загалом мати стабільну позитивну самооцінку. Негативні – вказують на тенденцію до самокритики, занижену самооцінку, готовність звинувачувати себе в різних ситуаціях.

2. Шкала «Прийняття інших». Високі показники означають доброзичливе ставлення до оточення, позитивне очікування взаємодії з людьми, толерантність та соціальний оптимізм. Низькі – вказують на недовіру до інших, роздратування, схильність очікувати негативної реакції від оточення.

3. Шкала «Емоційний комфорт». Позитивний полюс характеризується домінуванням позитивних емоцій, відчуттям стабільності та задоволеності життям, внутрішнім оптимізмом. Негативний відображає емоційне неблагополуччя, тривожність, емоційну спустошеність або пригніченість.

4. Шкала «Інтернальність». Високі бали свідчать, що людина покладається на власні сили, вважає себе відповідальною за власні вчинки та результати діяльності. Низькі значення говорять про зовнішній локус контролю – орієнтацію на допомогу та підтримку інших людей, на випадкові обставини, часто поєднану з пасивністю у вирішенні життєвих завдань.

5. Шкала «Прагнення до домінування». Високі показники вказують на прагнення встановлювати контроль у взаєминах, демонструвати зверхність або вплив. Низькі – на схильність до поступливості, залежності, м'якості у спілкуванні.

6. Шкала «Відхід від проблем». Констатує особливості схильності до уникнення проблем, тенденцію до прокрастинації, відмову від активного копінгу.

Окрім окремих шкал, розробники методики визначили й інтегральні показники, що узагальнюють результати: «Адаптація», «Прийняття інших», «Інтернальність», «Самоприйняття», «Емоційний комфорт», «Домінування».

Кожен індекс розраховується за спеціальною формулою, сформованою емпіричним шляхом. Для інтерпретації результатів використовуються окремі нормативи, побудовані для різних вікових груп – підлітків та дорослих.

Даний діагностичний інструмент дозволяє виділити індивідуальні відмінності, які можуть лежати в основі комунікативних проблем та провокувати дезадаптивні прояви особистості.

До таких чинників автори тесту відносять:

- недостатнє прийняття власної особистості;
- невміння або небажання приймати інших людей, що спричиняє конфліктність і соціальну напруженість;
- домінування різних форм емоційного дискомфорту;
- залежність від зовнішніх обставин та інших людей (екстернальний локус контролю); а також
- виражену тенденцію підпорядковувати собі оточуючих.

З огляду на специфіку та завдання нашого дисертаційного дослідження до структури опитувальника був введений додатковий інтегральний індикатор, який у первинній концепції методики не передбачався. Йдеться про показник, що усереднює результати за контрольними твердженнями, відомими в літературі як шкали «брехні». Необхідність такого розширення була обумовлена тим, що дослідник виходив із теоретичного припущення: контрольні запитання можуть відображати не лише ступінь відвертості респондента, а й певну стабільну особистісну рису – схильність давати соціально очікувані відповіді.

Тому психологічний зміст даної шкали був наповнений ознаками соціальної конгруентності, яка має суттєве діагностичне значення для розуміння сутності ефективної адаптації переселенців до нового соціального середовища.

Аналіз структури формул, що використовуються авторами методики для розрахунку інтегральних показників, дає змогу помітити, що в них застосовуються спеціальні коефіцієнти. Їхнє завдання – зрівноважити вагу двох протилежних полюсів відповідної шкали у тих випадках, коли кількість тверджень у позитивному та негативному блоках суттєво різниться. За цією логікою блок із меншою кількістю пунктів множиться на певну коригувальну константу, яка добирається емпірично.

У випадку контрольної шкали кількість тверджень, що належать до протилежних полюсів, була однаковою. Тому формула для обчислення нового інтегрального індексу – «Соціальна конгруентність» – також визначалася шляхом емпіричної апробації, спираючись на принципи, що лежать в основі інших інтегральних розрахунків. У кінцевому вигляді вона була представлена як:

$$СК = \frac{a}{a+b} \times 100\%,$$

де

СК – інтегральний показник соціальної конгруентності;

a – значення за шкалою «Брехливість (+)»;

b – значення за шкалою «Брехливість (-)», обчислені згідно з ключем до методики.

Логіка інтерпретації цього показника полягає в наступному: коли обидва значення (a і b) перебувають на приблизно однаковому рівні, підсумковий індекс наближається до 50 %. Якщо ж кількість соціально бажаних конгруентних відповідей суттєво переважає, інтегральний показник перевищує 50 %.

Такі протоколи вважалися недостовірними, оскільки в них простежувалася тенденція респондента до нещирості або приховування реальних переживань. У зв'язку з цим вони виключалися з подальшого аналізу.

Підсумкові формули для всіх інтегральних індикаторів, що застосовуються в межах цієї методики, представлені в таблиці 2.1, яка

систематизує принципи, за якими здійснюється кількісна обробка результатів опитувальника соціально-психологічної адаптації (СПА) Роджерса–Даймонд.

У ній представлено зв'язок між окремими шкалами методики, що формуються на основі відповідей на певні групи тверджень, та інтегральними показниками, які відображають узагальнені характеристики адаптованості особистості.

Таблиця 2.1

**Алгоритм обробки даних за тестом
соціально-психологічної адаптації Роджерса–Даймонд**

Окремі шкали тесту СПА	Показник	Формула для розрахунку
a – Адаптивність b – Деадаптивність	Адаптація	$A = \frac{a}{a+b} \times 100\%$
a – Брехливість + b – Брехливість –	Соціальна конгруентність	$СК = \frac{a}{a+b} \times 100\%$
a – Прийняття себе b – Неприйняття себе	Самоприйняття	$СП = \frac{a}{a+1,57b} \times 100\%$
a – Прийняття інших b – Неприйняття інших	Прийняття інших	$ПІ = \frac{1,2a}{1,2a+b} \times 100\%$
a – Емоційний комфорт b – Емоційний дискомфорт	Емоційна комфортність	$ЕК = \frac{a}{a+b} \times 100\%$
a – Внутрішній контроль b – Зовнішній контроль	Інтернальність	$I = \frac{a}{a+1,4b} \times 100\%$
a – Домінування b – Керованість	Потяг до домінування	$Д = \frac{2a}{2a+b} \times 100\%$

Таблиця 2.1 узагальнює правила кількісної обробки результатів тесту соціально-психологічної адаптації Роджерса–Даймонд, демонструючи логіку переходу від первинних відповідей респондентів до інтегральних

психологічних показників. У структурі таблиці виділено три ключові елементи: первинні шкали тесту, відповідні інтегральні конструкти, а також формули для їх обчислення.

1. Побудова індикаторів на основі парних шкал

Кожен інтегральний показник формується шляхом зіставлення двох субшкал, що відображають полярні аспекти певної психологічної характеристики. Наприклад, шкали *«Адаптивність»* та *«Дезадаптивність»* (по 34 пункти у кожній) дають змогу оцінити загальний рівень адаптованості особистості. На методологічному рівні це відповідає принципу біполярної організації психологічних конструктів, коли кінцеве значення показника є результатом співвідношення між протилежними тенденціями у поведінці та самосприйнятті респондента.

Цей самий принцип застосовано і в інших парах шкал:

- «Прийняття себе» та «Неприйняття себе»,
- «Прийняття інших» і «Неприйняття інших»,
- «Емоційний комфорт» та «Емоційний дискомфорт»,
- «Внутрішній контроль» і «Зовнішній контроль»,
- «Домінування» і «Керованість».

Ці біполярні континууми не просто допомагають виміряти окремі поведінкові паттерни переселенців, але й суттєво сприяють конструюванню узагальнених показників, які розкривають комунікативний профіль особистості в нових умовах.

2. Інтегральні показники як відображення гармонійності особистісного функціонування: Адаптація, Соціальна конгруентність, Самоприйняття, Прийняття інших, Емоційна комфортність, Інтернальність, Потяг до домінування. Кожен із них має власну психологічну інтерпретацію:

Адаптація – комплексна характеристика ефективності особистості у міжособистісних взаєминах.

Соціальна конгруентність розглядається нами як ступінь спрямованості особистості на соціально сталені, стереотипові відповіді, які посилюють прагнення суб'єкта до прийнятого у даній спільноті еталону.

Самоприйняття – міра задоволеності собою та внутрішньої згоди з власними якостями.

Прийняття інших – толерантність, відкритість, готовність до взаємодії.

Емоційна комфортність – врівноваженість емоційного стану.

Інтернальність – усвідомлення власного контролю над подіями життя.

Потяг до домінування – прагнення впливати на інших та керувати соціальними ситуаціями.

3. Особливості формулювання інтегральних показників

Формули, за допомогою яких обчислюються інтегральні показники ґрунтуються на принципі зрівноважування ваги протилежних шкал, що унеможливорює перекоси в оцінці через різну кількість пунктів у субшкалах.

Методологічно цей підхід забезпечує:

- однакову вагомість обох полюсів, незалежно від того, чи містить кожна субшкала 3, 7 чи 34 пункти;
- коректність порівнянь між респондентами, навіть якщо у різних шкалах різна кількість питань;
- стандартизованість інтегральних показників, що спрощує подальший статистичний аналіз.

Особливої уваги заслуговує інтегральний показник соціальної конгруентності, який у нашому дослідженні доповнює авторський модифікований варіант методики. Він формується на основі результатів за шкалами «Брехливість +» (4 пункти) і «Брехливість –» (5 пунктів). Уведення цього індикатора виправдане низкою методологічних причин:

1. Контроль за достовірністю відповідей. Соціальна бажаність впливає на прагнення респондента демонструвати себе у більш вигідному світлі.

2. Можливість виокремлення соціально конформних осіб. Показник дозволяє зрозуміти, наскільки результати інших шкал можуть бути спотворені.
3. Додаткова особистісна характеристика вимушених переселенців. Шкала соціальної конгруентності може розглядатися як самостійна змінна, що відображає стиль поведінки людини у ситуації соціального оцінювання в новому середовищі.
4. Підвищення валідності вибірки. У разі значного перевищення соціально конгруентних відповідей такі протоколи вилучаються, оскільки вважаються недостовірними.

У цілому алгоритмізація опитувальника Роджерса-Даймонд, у таблиці таблиця 2.1 виконує кілька функцій:

- Операціоналізує психологічні конструкти, переводячи їх у систему вимірюваних показників.
- Сприяє стандартизації обчислення результатів.
- Приводить у відповідність отримані емпіричні результати та базові теоретичні конструкти методики.
- допомагає збільшувати об'єктивність дослідження соціально-психологічної адаптованості переселенців до нових соціальних умов проживання.

Методика визначення рівня соціальної фрустрованості Л. І. Вассермана належить до інструментарію, що дає можливість кількісно оцінити ступінь незадоволеності індивіда власною соціальною реалізованістю в ключових життєвих сферах.

Для вирішення задач нашого дослідження методика визначення рівня соціальної фрустрованості Л. І. Вассермана сприяє виділенню глибини та протирічності розбіжностей між очікуваннями та реаліями життєдіяльності, новими умовами їх проживання.

При такому підході соціальна фрустрованість реалізується як специфічна реакція на зниження соціального статусу, втрату звичних

соціальних ролей, обмеження можливостей самореалізації чи погіршення матеріальних умов.

На думку автора методики, соціальна фрустрованість є формою психоемоційного напруження, що виникає через невдоволення результатами власної соціальної активності або місцем у соціальних ієрархіях [17]. Для переселенців така напруга часто зумовлена різкою зміною соціального оточення, руйнуванням усталених соціальних зв'язків, необхідністю пристосовуватися до нових норм, правил і культурних кодів. Завищені очікування щодо швидкого «повернення до нормального життя» або відновлення колишніх статусних позицій часто не збігаються з реальними можливостями нової громади, що посилює рівень фрустрованості.

Структура методики, що включає 20 питань, охоплює найважливіші сфери соціального функціонування – від освіти та праці до міжособистісних стосунків і загальної задоволеності життям.

Для переселенців ці показники набувають особливої діагностичної цінності: наприклад, невдоволеність професійною сферою може бути пов'язана з вимушеною зміною роботи, а розчарування у міжособистісних контактах – із труднощами інтеграції в нову громаду.

Методика орієнтована на виявлення індексу соціальної фрустрованості, який перебуває у прямій залежності від адаптації переселенцеві до нового середовища. Високі показники індексу соціальної фрустрованості є індикаторами можливих соціальних проблем, зменшення прагнення до взаємодії, збільшення глобальної недовіри до соціальних установ та відвищення суб'єктивного переживання незахищеності.

Окрім загального показника соціальної фрустрованості за допомогою цієї методики можна виділити деякі проблемні зони в соціально-перцептивних чинниках переселенців. До них відносяться незадоволеність якістю освіти, своїм новим соціальним статусом, неможливість або небажання створювати нові стосунки, претензії до приймаючої громади чи державних установ.

Додаткові пункти констатують ступінь вираженості почуття задоволеністю або незадоволеністю собою, надають можливість дослідження впливу на самооцінку, самоповагу або самоприйняття процесу переселення.

Блоки методики охоплюють такі напрями:

- загальний рівень соціальної фрустрованості (питання 1–20),
- задоволеність рівнем освіти переселенців, які мають кардинально змінити вектор фахового навчання,
- задоволеність міжособистісними контактами, які часто руйнуються внаслідок вимушеного переїзду,
- задоволеність соціальним статусом, який у переселенців нерідко різко знижується,
- задоволеність суспільством, що відображає рівень довіри до нової громади й державних інституцій,
- задоволеність собою, яка показує внутрішні ресурси для адаптації.

Такий підхід робить можливим комплексне вивчення соціально-психологічної ситуації переселенців і дозволяє окреслити пріоритетні напрями психосоціальної підтримки: роботу з самооцінкою, корекцію негативних соціальних очікувань, сприяння включенню в нові соціальні мережі, розвиток почуття безпеки і довіри до соціального середовища.

Отже, методика Л. І. Вассермана, зі структурним аналізом окремих сфер життєдіяльності та включенням показників самоставлення, слугує ефективним інструментом діагностики соціально-перцептивних чинників ефективності адаптації переселенців у новому середовищі. Вона дозволяє розглядати соціальну фрустрованість як чутливий індикатор порушень у процесах інтеграції та допомагає визначити ті психологічні й соціальні бар'єри, що перешкоджають їх успішному включенню у нове середовище.

Опитувальник загального здоров'я (General Health Questionnaire, GHQ)

Д. Голдберга та П. Вільямса належить до самооцінних психодіагностичних методик і використовується для виявлення помірно виражених порушень психічного функціонування. Метод був уперше представлений у 1972 році

англійськими психіатрами Д. Голдбергом і П. Вільямсом та орієнтований на оцінку психологічного благополуччя особистості, рівня емоційної зрівноваженості й інтенсивності дистресу. Його призначення має консультативний характер, зосереджуючись на порушеннях і «збоях» у звичному, нормативному функціонуванні особистості.

Українську адаптацію опитувальника здійснили Л. Ф. Бурлачук, В. М. Духневич і Г. Р. Дубровинський у 1999 році. У межах апробації версії GHQ-30 методика була застосована для обстеження 528 військовослужбовців строкової служби Збройних Сил України, а отримані емпіричні дані стали підґрунтям для подальшого факторного аналізу.

Виділено три чинники, які отримали такі інтерпретації:

- 1) фактор негативної емоційної налаштованості, що відповідає нейротичним проявам;
- 2) показник суб'єктивної задоволеності та психологічного благополуччя в контексті професійно-ділової активності;
- 3) індикатор задоволеності й психологічного комфорту в сфері міжособистісних взаємодій.

Запропоновану модель було використано нами для аналізу особливостей психологічного благополуччя осіб творчої спрямованості. Під час заповнення опитувальника респонденти оцінювали власний психоемоційний стан у ретроспективі найближчого часу, а саме за останні два–три тижні, а не в цілому. Відповіді фіксувалися за чотирибальною шкалою, де вищі значення відображали полюс психічного дискомфорту й свідчили про наявність ознак психологічного неблагополуччя та емоційної нестійкості. Інтерпретація індивідуальних результатів здійснювалася з опорою на нормативні показники, сформовані на власній вибірці дослідження, оскільки істотні міжпопуляційні відмінності унеможливлювали використання нормативів, запропонованих авторами адаптації методики.

Тест вербальної креативності RAT (Remote Associates Test) С. Медника дозволяє нам діагностувати в емпіричній вибірці переселенців конвергентні та

дивергентні механізми мислення як чинники адаптації переселенців до нових соціальних умов.

Згідно з позицією С. Медника, рівень дивергентності розв'язання проблеми зростає пропорційно до «віддаленості» змістових сфер, з яких залучаються елементи для її вирішення. У такому підході дивергентність мислення інтерпретується як здатність актуалізувати віддалені ділянки смислового простору. Водночас сам факт поєднання різнорідних елементів ще не гарантує дивергентного підходу, оскільки синтез може залишатися тривіальним і конвергентним. Дивергентний результат відрізняється від шаблонного не специфікою операцій, а здатністю подолати стереотипи на завершальному етапі мисленнєвого синтезу, що безпосередньо пов'язано з широтою асоціативного поля.

Відповідно до цієї теоретичної моделі, у тесті віддалених асоціацій респонденту пропонується три слова-стимули, які належать до максимально різних асоціативних сфер. Завдання полягає в доборі такого слова, яке за змістом пов'язувалося б з усіма трьома стимулами одночасно. При цьому кожна словесна тріада сконструйована так, що для неї існує найбільш імовірна, стереотипна відповідь (наприклад, для слів «колір», «заєць», «цукор» типовою є відповідь «білий»; для слів «поїзд», «купувати», «паперовий» – «квиток» тощо). Відповідно, ступінь оригінальності визначається мірою відхилення відповіді від такого стереотипного варіанту.

Як стимульний матеріал використовувалися 20 словесних тріад скороченого групового варіанту методики для дорослих.

Обробка результатів передбачала обчислення низки кількісних показників, зокрема:

- індексу продуктивності, що відображає співвідношення кількості наданих відповідей до числа завдань;
- індексу оригінальності, який визначався як середнє значення оригінальності всіх відповідей (оригінальність окремої відповіді обчислювалася як обернена величина її поширеності у вибірці); а також

- індексу унікальності, що характеризує частку неповторних відповідей у загальному обсязі відповідей.

Спираючись на те, що процес адаптації переселенців до нового соціального середовища є складним та багатокомпонентним, до інтерпретаційної системи нами було введено два додаткові показники. Зокрема, індекс конвергентності відображав частку стандартних, банальних відповідей у загальній їх кількості та був змістовно протилежним індексу дивергентності.

Індекс пластичності мислення як різниця між показниками дивергентності та конвергентності допомагає порівняти ці дві протилежні тенденції мислення переселенців та встановити домінування кожної з них.

Опитувальник визначення сумарного показника толерантності Д.В. Зинов'єва. У межах емпіричного дослідження для оцінки рівня толерантності та комунікативної взаємодії особистості було використано опитувальник, що складається з 30 тверджень. Кожне запитання передбачає вибір одного з двох альтернативних варіантів відповіді. Обробка результатів здійснювалася відповідно до авторського ключа, що дозволяє визначити узагальнений показник толерантності, а також окремі кількісні значення за шкалами поваги, доброзичливості та емпатії. Під час проведення методики респондентам пропонувалася стандартна інструкція, яка орієнтувала їх на вибір найбільш відповідного варіанта відповіді та фіксацію його у бланку.

Для вивчення *особливостей комунікативної толерантності застосовувалася методика В. В. Бойка*, яка ґрунтується на розумінні толерантності як інтегральної характеристики ставлення особистості до інших людей. У концепції автора комунікативна толерантність відображає ступінь готовності індивіда приймати або не приймати небажані, з його погляду, психологічні стани, індивідуально-типологічні риси та поведінкові прояви партнерів по спілкуванню.

У межах методики розрізняються кілька рівнів прояву комунікативної толерантності. Зокрема, ситуативна толерантність визначається специфікою

ставлення особистості до конкретного партнера по взаємодії, типологічна – до узагальнених соціальних категорій або груп осіб, професійна – до суб'єктів спілкування в межах виконання професійних обов'язків. Загальна комунікативна толерантність формується під впливом досвіду, індивідуально-психологічних особливостей і морально-ціннісних орієнтацій особистості та є базовою щодо інших форм толерантності у спілкуванні.

Методика містить дев'ять шкал, які відображають основні прояви комунікативної інтолерантності, а саме:

- неприйняття та нерозуміння індивідуальності іншої людини;
- схильність оцінювати поведінку та спосіб мислення оточення крізь призму власних установок;
- категоричність і ригідність суджень щодо інших;
- нездатність приховувати або пом'якшувати негативні емоційні реакції у взаємодії з особами, які мають некоммунікбельні риси;
- прагнення змінювати або перевиховувати партнерів;
- тенденцію до підпорядкування співрозмовника власним очікуванням; труднощі у пробащенні помилок, незручностей або опосередкованих втрат, спричинених іншими;
- нетерпимість до фізичного чи психологічного дискомфорту, який створюють оточуючі; а також
- недостатню здатність адаптуватися до характеру, звичок і потреб інших людей.

Методика діагностики емпатії (І. М. Юсупов). Методика дослідження емпатії, розроблена І. М. Юсуповим, використовується для оцінювання емпатичної спрямованості особистості та особливостей співпереживання в різних сферах міжособистісної взаємодії.

Запропонований опитувальник включає шість діагностичних шкал, що відображають ставлення респондента до батьків, дітей, людей похилого віку, тварин, персонажів художніх творів, а також до знайомих і незнайомих осіб.

Методика містить 36 тверджень, щодо кожного з яких досліджуваний визначає ступінь своєї згоди або незгоди, обираючи один із шести варіантів відповіді: «не знаю», «ніколи / ні», «іноді», «часто», «майже завжди», «завжди / так». Кожному варіанту відповіді надається певне кількісне значення – від 0 до 5 балів, що дозволяє здійснити подальший кількісний аналіз результатів.

У межах нашого дисертаційного дослідження були внесені незначні уточнення до процедури інтерпретації результатів. Зокрема, це зумовлено тим, що інтервал показників, який відповідає середньому рівню емпатії (37–62 бали), є надто широким.

Тому цей рівень було диференційовано на три підрівні: «нижче середнього» (37–45 балів), «середній» (46–54 бали) та «вище середнього» (55–62 бали), що забезпечило більш детальний і коректний аналіз отриманих даних.

Методика діагностики рівня емпатичних здібностей Бойко В. В.

Методика визначення рівня емпатичних здібностей, розроблена В. В. Бойком, призначена для дослідження емпатичних характеристик особистості та особливостей прояву співпереживання. Опитувальник складається з 36 запитань.

Автор розрізняє шість основних компонентів емпатії, а саме: раціональний, емоційний та інтуїтивний рівні, установки, що можуть як сприяти, так і ускладнювати емпатійні прояви, здатність до глибокого проникнення в емоційний стан іншого, а також механізм ідентифікації.

Опитувальник «Емоційний інтелект» М. Холла, використовується для оцінювання здатності особистості усвідомлювати емоційні прояви у міжособистісних взаєминах та регулювати власну емоційну сферу під час прийняття рішень. Методика спрямована на комплексне вивчення емоційної компетентності як важливого складника особистісного функціонування.

Інструментарій містить 30 тверджень, які згруповані у п'ять змістових шкал: емоційна поінформованість, уміння керувати власними емоціями, здатність до самомотивації, емпатійність, а також уміння розпізнавати

емоційні стани інших людей. Оцінювання відповідей здійснюється за шестибальною шкалою, де значення варіюють від -3 , що відповідає повній незгоді з твердженням, до $+3$, що відображає повну згоду.

16-ті факторний тест-опитувальник Р. Кеттелла. Методика була вперше розроблена Р. Кеттеллом у 1950 році та згодом удосконалена у співавторстві з іншими науковцями у 1970 році. Опитувальник спрямований на психодіагностичне вивчення шістнадцяти базових факторів особистості й ґрунтується на рисовому підході до аналізу її індивідуально-психологічної структури.

У даному дослідженні застосовано адаптований варіант опитувальника, що складається з двох еквівалентних форм (А і В), кожна з яких містить по 187 запитань. Результати обробки відповідей інтерпретуються у стандартизованих стінових показниках, що забезпечує можливість порівняльного аналізу отриманих даних.

Застосування опитувальника Р. Кеттелла в межах нашого дослідження зумовлене необхідністю комплексного аналізу індивідуально-психологічних особливостей респондентів, які можуть виступати особистісними детермінантами проявів толерантності, комунікативної інтолерантності та адаптації в умовах соціальних змін і вимушеного переселення. Отримані за допомогою методики показники дозволяють встановити взаємозв'язки між структурними компонентами особистості та особливостями міжособистісної взаємодії, а також слугують емпіричною основою для інтерпретації психологічних механізмів соціокультурної адаптації досліджуваної групи.

Фактори першого порядку :

A+ (афектотимія), A- (шізотимія);

B+ (високий інтелект), B- (низький інтелект);

C+ (сила «Я»), C- (слабкість «Я»);

E+(домінантність), E- (конформність),

F+ (сургенсія), F- (десургенсія);

G+ (сила «понад - Я»), G- (слабкість «понад - Я»);

H+ (парамія), H- (тректія);

I+ (премсія), I- (харрія);

L+ (протенсія), L- (алаксія);

M+ (аутія), M- (праксемія);

N+ (проникливість), N-(наївність, простота);

O+ (гіпотемія), O- (гіпертимія);

Q1+ (радикалізм), Q1- (консерватизм); Q2+ (самодостатність), Q2- (соціабельність); Q3+ (контроль бажань), Q3- (імпульсивність); Q4+ (фрустрованість), Q4 - (нефрустрованість).

Фактори другого порядку: F1+ (ексвія), F1- (інвія); F2+ (тривожність), F2- (приспосовність); F3+ (реактивна урівноваженість), F3- (сензитивність); F4+ (незалежність), F4 - (конформність).

Після підрахунку за всіма факторами будується «профіль особистості», при інтерпретації приділяється увага «пікам профілю», а саме найбільш високим та низьким значенням факторів у профілі, особливо тим, які знаходяться в межах «позитивного» полюсу (від 7,5 до 10 стенів) та «негативного» полюсу (від 0 до 2,5 стенів).

Використовуючи дану методику, ми виходили з наступних міркувань. Серед факторів, виділених Р. Кеттеллом, особливо значимими для нашого дослідження є сукупність факторів, що об'єднуються у блоках: емоційно-вольових властивостей, комунікативних якостей і особливостей міжособистісних відношень. До першого блоку входять фактори: С+ (сила «Я»), С- (слабкість «Я»); G+ (сила «понад - Я»), G- (слабкість «понад - Я»); I+ (премсія), I- (харрія); O+ (гіпотемія), O- (гіпертимія); Q3+ (контроль бажань), Q3- (імпульсивність); Q4+ (фрустрованість), Q4 - (нефрустрованість). До другого блоку – фактори А+ (афектотимія), А- (сізотимія); N+ (проникливість), N-(наївність, простота); F+ (сургенсія), F- (десургенсія); Е+(домінантність), Е- (конформність); Q2+ (самодостатність), Q2- (соціабельність); N+ (проникливість), N-(наївність, простота); L+ (протенсія), L- (алаксія).

Вважаємо, що поєднання цих факторів може слугувати показником відмінностей між соціально-перцептивними чинниками ефективності адаптації переселенців у новому середовищі. Дані, отримані за допомогою тесту-опитувальника Р. Кеттелла, надають можливість конкретизувати й розширити уявлення про психологічні профілі представників цих груп, а також виокремити особистісні й індивідуальні характеристики, що перебувають у взаємозв'язку з досліджуваним психологічним феноменом.

Узагальнюючи, констатуємо, що укладений у дослідженні соціально-перцептивних чинників ефективності адаптації переселенців у новому середовищі комплекс психодіагностичних інструментів є валідним і надійним та широко використовується для розв'язання подібних науково-практичних завдань. Його використання забезпечує отримання всебічної інформації щодо рівня соціально-психологічної адаптованості особистості та дозволяє сформувати достовірну, багатовимірну картину її психологічного благополуччя, що відображається у сукупності кількісних показників численних шкал після відповідної статистичної обробки емпіричних даних.

Для вивчення особливостей уявлення переселенців про інших людей нами було створено авторську методику. У межах нашого дослідження основна увага приділялася оцінюванню трьох типів образів іншого: ідеального, реального та антиідеального. Для цього респондентам пропонувалися три окремі опитувальні бланки, кожен із яких містив пари протилежних характеристик. Технологія роботи з усіма бланками була ідентичною, відмінність полягала лише в тексті інструкцій.

Інструкція до першого бланка формулювалася таким чином: «Оцінюйте людину, спілкування з якою для вас приємне, за допомогою кількох пар протилежних емоційно-оціночних прикметників. Визначте положення людини у кожній парі та відзначте його хрестиком. Якщо ваше ставлення до людини позитивне, зробіть помітку праворуч від середньої (нульової) лінії; якщо негативне — ліворуч. Сила оцінки визначається вибором від 0 до 3».

Інструкція до другого бланка звучала так: «Оцінюйте людину, з якою вам доводиться працювати та взаємодіяти, використовуючи наведені пари протилежних характеристик».

Інструкція до третього бланка: «Оцінюйте людину, яку ви не бажали б бачити та спілкуватися з нею, за допомогою тих самих пар протилежних прикметників».

Ідейний	-3	-2	-1	0	1	2	3	безідейний
Бешкетний	-3	-2	-1	0	1	2	3	тихий
Скутий	-3	-2	-1	0	1	2	3	розкутий
Тямущий	-3	-2	-1	0	1	2	3	нетямущий
Допитливий	-3	-2	-1	0	1	2	3	недопитливий
Хитрий	-3	-2	-1	0	1	2	3	прямий
Розумний	-3	-2	-1	0	1	2	3	дурний
Наполегливий	-3	-2	-1	0	1	2	3	ненаполегливий
Чуйний	-3	-2	-1	0	1	2	3	черствий
Життєрадісний	-3	-2	-1	0	1	2	3	понурий
Уважний	-3	-2	-1	0	1	2	3	неуважний
Колективист	-3	-2	-1	0	1	2	3	індивідуаліст
Посидючий	-3	-2	-1	0	1	2	3	нетерплячий
Здібний	-3	-2	-1	0	1	2	3	нездібний
Цікавий	-3	-2	-1	0	1	2	3	нудний
Зібраний	-3	-2	-1	0	1	2	3	розсіяний
Відкритий	-3	-2	-1	0	1	2	3	замкнений
Вольовий	-3	-2	-1	0	1	2	3	безвольний
Стриманий	-3	-2	-1	0	1	2	3	нестриманий
Веселий	-3	-2	-1	0	1	2	3	похмурий
Кмітливий	-3	-2	-1	0	1	2	3	тугодум
Працелюбний	-3	-2	-1	0	1	2	3	лінивий
Чесний	-3	-2	-1	0	1	2	3	брехливий
Захоплений	-3	-2	-1	0	1	2	3	байдужий

Доброзичливий-3-2 -1 0 1 2 3 недоброзичливий

Усі пари характеристик були згруповані у п'ять оцінних шкал:

1. Загальне враження про особистість;
2. Оцінка моральних якостей особистості;
3. Інтелектуальні якості;
4. Вольові якості;
5. Індивідуально-стильові особливості особистості.

Отже, психодіагностичний комплекс склали: Опитувальник соціально-психологічної адаптації К. Роджерса – М. Даймонд в авторській модифікації, Тест вербальної креативності RAT (Remote Associates Test) С. Медника в авторській модифікації, Опитувальник загального здоров'я (General Health Questionnaire, GHQ) Д. Голдберга та П. Вільямса, Методика визначення рівня соціальної фрустрованості Л. І. Вассермана, Опитувальник визначення сумарного показника толерантності Д.В. Зинов'єва; опитувальник визначення комунікативної толерантності В.В. Бойко, методика діагностики рівня емпатичних здібностей В.В. Бойко, методика діагностики емпатії І. М. Юсупова, авторська методика вивчення особливостей уявлень переселенців про інших людей.

Висновки до другого розділу

В науці метод розглядається як специфічний спосіб або система взаємопов'язаних способів, які використовуються у межах науково-практичної діяльності. Особливої ролі у побудові теоретичної моделі та логіки дослідження набувають історичний, логічний та об'єктивний методи.

Головним шляхом отримання наукових даних про соціально-перцептивні чинники адаптації переселенців до нового середовища є психодіагностична робота дослідника. Тому для наукової точності, глибини та достовірності отриманих даних важливим є правильна організація процедури

психодіагностики, виділення основних діагностичних змінних та коректно підібраний діагностичний комплекс.

Серед усієї множини традиційних методологічних принципів особлива увага зосереджена на принципі біполярної організації психологічних конструктів. Констатовано, що саме біполярні континууми («свій – чужий», «безпека – небезпека», «довіра – недовіра», «самодостатність – безпорадність» тощо) найбільш адекватно відображають соціально-перцептивну специфіку адаптації переселенців. Застосування такого підходу сприяє розширенню дослідницької позиції, відходу від жорсткої заданості традиційної дихотомії на кшталт «адаптований/неадаптований» та дозволяє дослідити диференційовану динаміку змін, проміжні стани й унікальні адаптаційні сценарії.

У розділі аргументовано значущість проблеми виокремлення одиниці аналізу як ключового методологічного завдання психологічного дослідження. Показано, що аналіз адаптації переселенців за елементами не дозволяє відтворити цілісну картину психічних процесів, тоді як аналіз за одиницями, які зберігають властивості цілого, забезпечує глибше розуміння механізмів адаптації. У цьому контексті обґрунтовано продуктивність підходу С. Д. Максименка, відповідно до якого базовою одиницею аналізу виступає нужда як інтегративне біосоціальне утворення, що задає вектор розвитку та адаптації особистості.

Доведено, що соціально-перцептивні чинники можуть бути розглянуті як самостійна, методологічно значуща одиниця аналізу ефективності адаптації переселенців. Вони охоплюють сприйняття соціального оточення, інтерпретацію соціальних сигналів, образи «свого» і «чужого», особливості самосприйняття у нових умовах та очікування щодо міжособистісної взаємодії. Саме через цю мікроструктурну одиницю стає можливим пояснення індивідуальних відмінностей в адаптаційних стратегіях і результатах інтеграції.

Організація та проведення психодіагностичного дослідження реалізовувалися у декілька етапів: постановка мети та проблемного поля дослідження; аналіз стану розробленості проблеми в науковій та науково-методичній літературі, формування авторського погляду на різні наукові підходи та теорії; планування емпіричного дослідження, уточнення та укладання емпіричної вибірки, діагностичного інструментарію та розроблення процедур збору емпірики; узагальнена інтерпретація отриманих результатів, формулювання можливих прогнозів подальшого розвитку даного напрямку та укладання методичних рекомендацій загальних висновків.

Особливий дослідницький акцент робиться на об'єктивному методі, який фіксує зовнішні прояви психічної активності – поведінку, комунікацію, соціальні ролі. Основу емпіричного дослідження становлять спостереження та експеримент, доповнені тестуванням, опитуванням, а також математичною обробкою та статистичним аналізом даних.

Розгляд соціально-перцептивних чинників як одиниці аналізу дозволяє: системно описати внутрішні механізми, які опосередковують адаптаційну поведінку; зрозуміти, як інтегруються когнітивні, емоційні та соціальні компоненти адаптації; виокремити індикатори для діагностики рівня адаптованості (довіра до оточення, соціальна тривожність, відкритість до контактів, позитивні/негативні атрибуції). Спираючись на такі індикатори адаптованості, у дослідженні переселенців можна констатувати, що одиниця аналізу має бути гнучкою, наприклад, ставлення «тимчасовість–стабільність», яке змінюється в ході інтеграції та доступною для емпіричного спостереження.

Аналіз соціально-перцептивних чинників як окремої одиниці дослідження дає змогу: комплексно описати внутрішні механізми адаптивної поведінки; визначити специфіку взаємодії окремих компонентів пристосування; створити узгоджену систему діагностичних показників адаптованості (рівень довіри до соціального середовища, наявність соціальної тривоги, готовність до взаємодії, характер атрибуцій); окреслити основні

напрями психологічного супроводу переселенців, спрямованого на підтримку та корекцію соціальних та особистісних проблем в їхньому житті.

РОЗДІЛ 3

ЕМПІРИЧНЕ ДОСЛІДЖЕННЯ СОЦІАЛЬНО-ПЕРЦЕПТИВНИХ ЧИННИКІВ ЕФЕКТИВНОСТІ АДАПТАЦІЇ ПЕРЕСЕЛЕНЦІВ У НОВОМУ СЕРЕДОВИЩІ

3.1. Особливості адаптованості та соціальної конгруентності переселенців як загальний особистісний чинник адаптації у новому середовищі

Необхідність емпіричного дослідження адаптованості переселенців пов'язана з тим, що ця властивість не тільки розкриває особливості процесу адаптації, але й характеризує психологічну збалансованість, розвиненість процесів саморегуляції переселенців, їхню здатність до уміння конструктивно долати конфліктні ситуації та організовувати свою життєдіяльність в нових або змінюваних ситуаціях. Було б неправильно розглядати адаптованість особистості лише як результат зовнішнього пристосування до нових умов існування. Вона є набагато складнішою, оскільки виконує функцію внутрішньої суголосності мотиваційно-потребової сфери особистості, її настанов вимогам, які висуває соціум. Ці закономірності, які є нормотиповими у звичних умовах, в ситуації вимушеного переселення ускладнюються проживанням травматичного досвіду, можливими втратами, відсутністю перспектив.

Не менш значущим чинником адаптації є соціальна конгруентність особистості, яка проявляється у здатності гармонійно взаємодіяти з соціальним оточенням, приймати та інтерпретувати соціальні норми, очікування й цінності нового середовища без втрати власної ідентичності.

Соціальна конгруентність забезпечує ефективність міжособистісної взаємодії, сприяє формуванню відчуття належності до соціальної спільноти та зниженню соціальної напруженості. У ситуації переселення саме рівень

соціальної конгруентності визначає, наскільки особистість здатна інтегруватися в нові соціальні групи, вибудовувати довірливі контакти та підтримувати позитивний образ «Я» в нових умовах.

Досліджуючи соціально-перцептивні чинники адаптації переселенців в нових для них умовах, важливо розглядати єдність адаптованості та соціальної конгруентності як особистісного чинника адаптації переселенців у новому середовищі. Адаптованість та соціальна конгруентність не тільки характеризують якісну своєрідність психологічного благополуччя особистості, але доводять, наскільки вона може бути соціально активною та ефективною в умовах вимушених змін. Організуючи профілактичну роботу з переселенцями, важливо враховувати її негативні аспекти: незавершеність адаптованості та соціальної конгруентності може провокувати появу соціальної ізоляції, неадекватної самооцінки, генералізованої тривожності та депресивних станів, що може негативно впливати на процес входження переселенців у нові соціальні спільноти.

Тому виникає потреба в системному емпіричному вивченні особливостей адаптованості та соціальної конгруентності переселенців.

Таблиця 3.1

Особливості показників соціально-психологічної адаптації в групах переселенців із різним рівнем адаптованості (за методикою СПА)

Шкали опитувальника СПА	Респонденти з низьким рівнем	Респонденти із середнім рівнем	Респонденти з високим рівнем
«Адаптація»	М = 62,46 σ = 8,59	М = 65,16 σ = 10,03	М = 62,5 σ = 10,7
Прийняття себе	М = 46,09 σ = 7,34	М = 48,88 σ = 5,11	М = 47,17 σ = 7,29
Неприйняття себе	М = 13,56 σ = 4,76	М = 13,45 σ = 6,86	М = 15,43 σ = 7,58
«Самоприйняття»	М = 68,70 σ = 10,48	М = 71,8 σ = 12,47	М = 67,74 σ = 13,18

Прийняття інших	M = 26,24 $\sigma = 3,14$	M = 25,95 $\sigma = 4,64$	M = 25,43 $\sigma = 3,67$
Неприйняття інших	M = 14,29 $\sigma = 5,49$	M = 15,02 $\sigma = 5,81$	M = 16,24 $\sigma = 6,10$
«Прийняття інших»	M = 69,30 $\sigma = 9,69$	M = 67,97 $\sigma = 11,00$	M = 65,85 $\sigma = 10,78$
Внутрішній контроль	M = 51,88 $\sigma = 7,34$	M = 52,66 $\sigma = 8,03$	M = 52,06 $\sigma = 7,51$
Зовнішній контроль	M = 24,63 $\sigma = 10,09$	M = 22,30 $\sigma = 11,61$	M = 25,57 $\sigma = 11,56$
«Інтернальність»	M = 61,39 $\sigma = 11,57$	M = 64,86 $\sigma = 15,08$	M = 61,06 $\sigma = 13,35$
Емоційний комфорт	M = 24,91 $\sigma = 5,18$	M = 25,55 $\sigma = 4,05$	M = 26,43 $\sigma = 4,24$
Емоційний дискомфорт	M = 17,16 $\sigma = 8,0$	M = 15,20 $\sigma = 7,58$	M = 18,80 $\sigma = 7,70$
«Емоційна комфортність»	M = 60,42	M = 64,27 $\sigma = 14,14$	M = 59,84 $\sigma = 12,95$
Домінування	M = 9,34 $\sigma = 3,67$	M = 10,09 $\sigma = 3,39$	M = 12,17 $\sigma = 2,86$
Керованість	M = 19,45 $\sigma = 6,70$	M = 18,48 $\sigma = 5,80$	M = 17,54 $\sigma = 6,28$
«Потяг до домінування»	M = 48,05 $\sigma = 14,98$	M = 51,79 $\sigma = 13,25$	M = 58,46 $\sigma = 12,57$
Ескапізм (уникання проблем)	M = 16,6 $\sigma = 3,6$	M = 16,41 $\sigma = 4,90$	M = 15,87 $\sigma = 4,61$

У таблиці 3.1 представлено результати диференціального аналізу показників соціально-психологічної адаптації переселенців, розподілених на три групи залежно від рівня адаптованості: низького, середнього та високого.

Аналіз здійснено за основними шкалами опитувальника СПА.

Середні значення за шкалою «Адаптація» є відносно близькими у всіх трьох групах (M = 62,46 – 65,16), що може свідчити про загальну напруженість адаптаційного процесу для переселенців незалежно від формального рівня адаптованості.

Водночас найбільше середнє значення зафіксовано у групі з середнім рівнем адаптованості ($M = 65,16$), що може вказувати на активну фазу пристосування, коли особистість мобілізує ресурси для подолання труднощів.

Підвищені значення стандартного відхилення у групах середнього та високого рівня адаптованості свідчать про внутрішньогрупову неоднорідність адаптаційних стратегій.

Аналіз показників самоприйняття демонструє відносно стабільні значення у всіх групах. Водночас у групі із середнім рівнем адаптованості спостерігається найвище середнє значення за шкалою «Прийняття себе» ($M = 48,88$) та інтегральною шкалою «Самоприйняття» ($M = 71,8$).

Отримані закономірності дозволяють констатувати особливу роль середньої вираженості адаптованості, коли відбувається активна переоцінка індивідуального досвіду на фоні збереження позитивного самоствавлення як важливого ресурсу особистості.

Підвищені показники «Неприйняття себе» у групі з високим рівнем адаптованості ($M = 15,43$) можуть мати компенсаторний характер і відображати критичне самоосмислення, пов'язане з високими вимогами до себе в умовах нового соціального середовища.

Показники прийняття інших поступово знижуються від групи з низьким рівнем адаптованості до групи з високим ($M = 69,30 \rightarrow 65,85$). Одночасно зростають значення неприйняття інших ($M = 14,29 \rightarrow 16,24$).

Спираючись на отримані факти, ми можемо говорити про вибіркковість більш адаптованих переселенців в новому середовищі.

Важливо враховувати, що у такому сенсі високий рівень адаптованості автоматично не свідчить про соціальну відкритість, а скоріше може підтверджувати наявність власного простору та критичне ставлення до партнерів зі спілкування.

Показники інтернальності та інтегральної шкали «Інтернальність» підвищуються в групі середньоадаптованих переселенців ($M = 64,86$), що

можна розглядати як ознаку активності позицію особистості в процесі адаптації.

Водночас у групі з високим рівнем адаптованості спостерігається певне зростання зовнішнього контролю ($M = 25,57$), що може відображати усвідомлення об'єктивних соціальних обмежень та впливу зовнішніх чинників у новому середовищі.

Показники емоційного комфорту зростають від низького до високого рівня адаптованості ($M = 24,91 \rightarrow 26,43$), що є закономірним і підтверджує роль емоційної стабільності як індикатора успішної адаптації.

Водночас у групі з високим рівнем адаптованості фіксується і підвищений емоційний дискомфорт ($M = 18,80$), що може свідчити про внутрішню напругу, пов'язану з високою соціальною активністю та відповідальністю.

Інтегральний показник «Емоційна комфортність» як маркер збалансованості сензитивності та нервово-психічної стійкості найвищий у групі із середнім рівнем адаптованості ($M = 64,27$).

Значення шкали «Потяг до домінування» чітко зростають із підвищенням рівня адаптованості ($M = 48,05 \rightarrow 58,46$).

Отже, можна констатувати, що ефективна адаптація до нових умов проживання пов'язана зі збільшенням просоціальної активності, бажанням впливати на події не тільки свого, але й життя примаючої громади та самостійно приймати значимі рішення. Зменшення показників керованості в групі вісокоадаптованих переселенців посилює тенденцію до автономності та самодетермінації.

Показники ескапізму є відносно стабільними у всіх групах та мають тенденцію до незначного зниження у групі з високим рівнем адаптованості ($M = 15,87$), що може виступати ознакою того, що поступового, в міру зростання адаптаційного потенціалу переселенців, вони демонструють більш традиційні, стереотипові стратегії поведінки.

Отримані результати дозволяють нам виділити нелінійний характер соціально-психологічної адаптації переселенців. Складність їх адаптації полягає в тому, що зафіксований високий рівень адаптованості не завжди містить в собі максимальні значення позитивних ознак, може поєднується з переживанням внутрішньої напруги, критичним ставленням до оточуючих та високими соціальними стандартами в оцінюванні інших людей.

Знову ми можемо звернути увагу на особливу роль середнього рівня адаптованості, який характеризується оптимальним поєднанням самоприйняття, емоційного комфорту та інтернальності, тому розглядається як більш збалансований в адаптаційному процесі.

Отже, соціальна конгруентність має особливе значення в процесі організації та реалізації психологічного супроводу процесу адаптації переселенців.

Соціальна конгруентність виступає важливим механізмом забезпечення ефективного входження переселенців у нове середовище, зменшення можливих ознак або наслідків соціальної депривації та формування продуктивних стратегій адаптації.

Таблиця 3.2

**Розподіл високих показників соціальної конгруентності
серед переселенців із різним рівнем адаптації (за модифікованим
опитувальником К.Роджерса-М.Даймонд)**

Кількість респондентів 230 осіб	Респонденти з низьким рівнем адаптації	Респонденти із середнім рівнем адаптації	Респонденти з високим рівнем адаптації
Частка соціальної конгруентності –	17,65 %	14,30 %	8,82 %

Таблиця 3.2 ілюструє розподіл високих показників соціальної конгруентності серед переселенців залежно від рівня їхньої адаптації.

Емпіричне дослідження охопило 230 осіб, серед яких 34 респонденти

характеризувалися низьким рівнем адаптації, 162 особи – середнім, і 34 – високим рівнем адаптації. Показник соціальної конгруентності розраховується як частка респондентів, що продемонстрували високий рівень відповідності власних соціальних установок, цінностей і поведінкових моделей нормам нового соціального середовища.

У групі респондентів із низьким рівнем адаптації високі показники соціальної конгруентності зафіксовані у 17,65 % випадків. Серед тих, хто має середній рівень адаптації, частка високих показників соціальної конгруентності складає 14,30 %. Для групи з високим рівнем адаптації - 8,82 %.

На перший погляд, розподіл високих показників соціальної конгруентності серед різних груп адаптації демонструє несподівану тенденцію: респонденти з низьким рівнем адаптації мають найвищу частку високих значень соціальної конгруентності (17,65 %), тоді як серед переселенців із високим рівнем адаптації частка високих показників найнижча (8,82 %).

Отримані факти підтверджують відсутність прямого зв'язку високої соціальної конгруентності та успішної адаптації.

Можна припустити кілька причин такої закономірності:

1. Формальне або декларативне підпорядкування нормам. Частина респондентів із низьким рівнем адаптації могла демонструвати високі показники соціальної конгруентності на рівні деклараційних відповідей або спроб підлаштуватися під соціальні очікування, однак це не відобразилося у реальній ефективності адаптації.
2. Гнучкі навички адаптації. Констатовано, що групи переселенців, які мають високий показник адаптації до нового середовища, відповідно демонструють гнучкіші стратегії інтеграції в соціум, їхня соціальна конгруентність проявляється не тільки як пряма відповідність існуючим у приймаючій громаді нормам та традиціям, а як можливість знаходити баланс між індивідуалізованістю та контекстністю поведінкових

проявів. Саме тому представники цієї групи формально можуть не мати високі показники конгруентності, але ефективно звикати до умов нового середовища.

3. Поєднання з іншими чинниками адаптації гарантує, що емоційна стійкість, соціальна підтримка, ресурсна сфера особистості та навички міжособистісної взаємодії можуть компенсувати недостатньо високі показники конгруентності та у такий спосіб підтримувати успішну адаптацію.

Отже, отримані факти дозволяють говорити про особливий психологічний статус соціальної конгруентності в структурі адаптаційного процесу: вона може не бути єдиним або прямим предиктором ефективної адаптації переселенців, а розглядається у єдності з когнітивними, емоційними та соціально-поведінковими чинниками. Необхідно більш детально аналізувати форми прояву конгруентності та її впливу на формування адаптаційних стратегій поведінки.

Таблиця 3.3

**Розподіл низьких показників соціальної конгруентності
серед переселенців із різним рівнем адаптації (за модифікованим
опитувальником К.Роджерса-М.Даймонд)**

Кількість респондентів 230 осіб	Респонденти з низьким рівнем адаптації	Респонденти із середнім рівнем адаптації	Респонденти з високим рівнем адаптації
Відсоткова частка	14,7 %	9,94 %	20,60 %

Таблиця відображає розподіл низьких показників соціальної конгруентності серед переселенців залежно від рівня їх адаптації. Загалом у вибірці було 230 осіб. Респонденти поділені на три групи: з низьким, середнім і високим рівнем адаптації. Відсоткова частка переселенців із низькими показниками соціальної конгруентності складає:

- серед респондентів із низьким рівнем адаптації – 14,7 %,
- серед респондентів із середнім рівнем адаптації – 9,94 %,
- серед респондентів із високим рівнем адаптації – 20,60 %.

Результати таблиці 3.3. демонструють цікаву закономірність у розподілі низьких показників соціальної конгруентності. Найвищу частку низьких значень має група з високим рівнем адаптації (20,60 %), тоді як у групі з середнім рівнем адаптації ця частка найнижча (9,94 %), а серед респондентів із низьким рівнем адаптації становить 14,7 %.

Ця тенденція може мати кілька пояснень:

1. Пластичність та ситуативна адаптація. Високоадаптовані переселенці можуть формально мати низькі показники соціальної конгруентності, не приймаючи або не будучи готовими щодо прийняття існуючих норм та традицій приймаючої громади або взагалі нових умов проживання. При цьому опора на такі адаптаційні ресурси, такі емоційна саморегуляція, соціальні компетенції та підтримка спільноти допомагають їм виживати в нових умовах та адаптуватися до них. Цей тип адаптації є позитивним, оскільки більше орієнтується на функціональну інтеграцію, аніж на формальну відповідність існуючим традиціям.

2. Складність адаптаційного процесу. Успішна адаптація не завжди передбачає абсолютну конгруентність. Респонденти можуть свідомо зберігати власні культурні або соціальні особливості, що формально проявляється як низька конгруентність, проте не перешкоджає ефективному включенню в нове соціальне середовище.

3. Дисбаланс між формальними та поведінковими показниками. Частина переселенців із високим рівнем адаптації може демонструвати адаптаційні успіхи на практичному рівні (соціальна інтеграція, міжособистісні зв'язки), тоді як стандартизовані вимірювання соціальної конгруентності відображають лише часткову відповідність очікуванням приймаючої громади.

У групі з низьким рівнем адаптації частка низьких показників конгруентності становить 14,7 %. Це свідчить про те, що частина респондентів

не відповідає соціальним нормам нового середовища, що може обмежувати їхні можливості інтеграції та ускладнювати міжособистісну взаємодію.

В групі переселенців, які показали середній рівень адаптації, були виокремлена найнижча кількість низьких показників (9,94 %). На наш погляд, цей факт може підтвердити існування збалансованості інтеральної автономії та розвиненої здатності до узгодження своїх дій з очікуваннями оточуючих.

Вірогідно, ця група має ознаки оптимального об'єднання соціальної конгруентності та інших адаптаційних механізмів.

Отже, спираючись на цю частину нашого дослідження, можна припустити таке:

- соціальна конгруентність не є прямим і виключним показником ефективної адаптації;
- здійснена, завершена адаптація може відбуватися на тлі формально низьких показників конгруентності у тому випадку, якщо її можна компенсувати іншими ресурсами особистості;
- ознаки завершеної адаптації мають переселенці з низькими показниками соціальної конгруентності. Це можна розглядати як маркер збалансованості прагнення відповідати соціальним нормам, прийнятим в громаді та збереженням вже сформованої власної культурної ідентичності.

Ми припускаємо, що аналіз диференціальних показників соціально-психологічної адаптації переселенців у групах з різним рівнем адаптованості дозволяє розглядати їх у тісному взаємозв'язку з феноменом соціальної конгруентності як здатності особистості узгоджувати власні установки, поведінкові стратегії та емоційні реакції з вимогами нового соціального середовища. Соціальна конгруентність у цьому контексті постає інтегральним показником ефективності соціального функціонування та міжособистісної взаємодії.

Сталеність інтегрального показника «Адаптація» у всіх емпіричних групах підтверджує факт, що формальна адаптація не завжди має прямі зв'язки з рівнем соціальної конгруентності. Водночас, у групі переселенців, які

показали середній рівень адаптованості, та найвищі показники адаптації, можна зробити припущення про оптимальну збаланованість внутрішніх ресурсів та зовнішніх вимог та обставин. Такий баланс можна розглядати як психологічне підґрунтя соціальної конгруентності, що полегшує процес адекватного прийняття нових норм та стандартів без втрати власної суб'єктності.

Отримані емпіричні дані про самоприйняття показують, що домінуючі показники в групі із середнім рівнем адаптованості є найбільш сприятливими для становлення соціальної конгруентності. Прийняття себе, сформоване стійке позитивне ставлення до себе стимулює комунікативну відвертість, суттєво послаблює дію механізмів психологічного захисту та допомагає гнучкіше реагуванню на можливі соціальні очікування. Водночас збільшення показників неприйняття себе у групі з високим рівнем адаптованості може провокувати внутрішнє напруження, що частково зменшує рівень соціальної конгруентності, незважаючи на те, що формально процес адаптації є успішним.

Зниження показників «Прийняття інших» та зростання «Неприйняття інших» у групі з високим рівнем адаптованості свідчить про трансформацію соціальної конгруентності від безумовної відкритості до вибіркової, диференційованої взаємодії. Така форма соціальної конгруентності характеризується не стільки пристосуванням до всіх соціальних вимог, скільки здатністю вибудовувати психологічно комфортні та функціонально доцільні соціальні зв'язки. Отже, висока адаптованість супроводжується формуванням усвідомлених соціальних меж, що є ознакою зрілої соціальної конгруентності.

Висока інтернальність в групі переселенців із середнім рівнем адаптованості може бути інтерпретована як схильність до активної особистісної позиції в процесі взаємодії з соціумом, що, у свою чергу, може сприяти становленню адаптивної соціальної конгруентності. Прийняття відповідальності за можливі соціальні наслідки своїх сприйнятих засвоєння норм

та традицій приймаючого соціуму. Водночас, збільшення показників екстернального контролю в групі переселенців з високим рівнем адаптованості може виступати маркером адекватного розуміння певних обмежень в новій соціальній ситуації, та трансформувати соціальну конгруентність у більш усвідомлену, раціональну та контекстно зумовлену.

Констатовано, що з підвищенням рівня адаптованості поступово збільшуються показники емоційного комфорту. Це дозволяє розглядати його як афективну базу соціальної конгруентності. Емоційна стабільність особистості допомагає вибудовувати соціальні контакти конструктивно та зменшувати можливі ризики конфліктів між переселенцями та приймаючими громадами.

На наш погляд, поєднання емоційного комфорту з підвищеним дискомфортом у групі з високим рівнем адаптованості може розглядати як виражену ознаку дискордантності, напруженої соціальної конгруентності, коли ефективне функціонування в новому середовищі є гіперкомпенсаторним, за рахунок значних внутрішніх зусиль.

Високі показники домінування в групі більш адаптованих переселенців можна розглядати як маркери активної, продуктивної соціальної конгруентності, яка переважно спрямовується на реалізацію та презентацію себе в новому соціумі. Така соціальна конгруентність передбачає не лише пасивне пристосування до нових умов життєдіяльності, але й може виступати ознакою здатності особистості адаптувати під себе нові цілі, цінності, а інколи й людей.

Стабільність показників ескапізму та їхнє некритичне зменшення в групі переселенців з високим рівнем адаптованості як показники адаптації, можуть бути сигналом зменшення напружених стратегій взаємодії із соціальним середовищем та переходу до підвищення соціальної конгруентності: особистість вже не сприймає нове як виклик, соціальне випробування, більше зосереджується на активній взаємодії.

Наступним кроком нашого дослідження соціально-перцептивних чинників ефективності адаптації переселенців у новому середовищі стало створення факторних моделей особистості переселенців з високим та низьким рівнями адаптації.

Таблиця 3.4.

Трифакторна модель особистості переселенця з високим рівнем адаптації

Умовні позначення	Змінні (показники)	Факторна вага	Умовні позначення	Змінні (показники)	Факторна вага
1	2	3	4	5	6
Позитивний полюс			Негативний полюс		
Фактор 1 Особистісна сила та емоційна стабільність Я					
С	«сила - Я»	829	О	гіпертимія	- 710
М	аутія	662	Q4	низька «его-напруга»	- 691
Н	пармія	541	Р	регресія	- 536
F	сургенсія	461	L	алаксія	- 427
Q3	висока думка про себе	274	СО	позитивна самооцінка	- 400
Ак	активність	247	G	слабкість «понад - Я»	- 272
Ім	інтернальність у сфері міжособистісних стосунків	238			
Фактор 2 Психологічне благополуччя та соціальна зрілість					
БЗ	керування оточуючим	825	I	харрія	- 206

Б4	особистісний ріст	736			
Б5	ціль у житті	693			
Б6	самоприйняття	731			
Б1	позитивне відношення до інших	683			
Зах	захищеність	546			
Б2	автономія	511			
Іс	інтернальність у сфері сімейних стосунків	322			
З	заперечення	236			
Фактор 3 Інтернальність і відповідальність за життєві події					
Зі	загальний показник інтернальності	657	Пр	проекція	- 617
Із	інтернальність у сфері здоров'я і хвороби	616	Ін	екстернальність у сфері невдач	- 376
Ів	інтернальність у сфері виробничих стосунків	517	А	шізотимія	- 258
Ід	інтернальність у сфері досягнень	465			
Зм	заміщення	417			
Q2	самодостатність	345			
Q1	радикалізм	342			
Е	домінантність	292			

П	пригнічення	278			
Іс	інтернальні сть у сфері сімейних стосунків	234			

Таблиця 3.4 відображає трифакторну модель особистості переселенців з високим рівнем адаптації, сформовану на основі факторного аналізу комплексу особистісних, соціально-перцептивних і регулятивних показників. Її зміст дозволяє виявити внутрішню психологічну структуру адаптованої особистості, а також окреслити ключові ресурси, що забезпечують ефективне входження переселенців у нове соціальне середовище.

Отримана модель має чітку ієрархічну організацію та включає три змістовно насичені фактори, кожен з яких поєднує показники, що відображають різні аспекти адаптаційного потенціалу:

- Я-концепцію та емоційно-вольову регуляцію,
- психологічне благополуччя й соціальну зрілість,
- локус контролю та захисно-регулятивні механізми.

Високі факторні навантаження можна розглядати як ознаку стійкості встановлених кореляцій, що, у свою чергу, дозволяє вважати виділені фактори провідними компонентами ефективної адаптації переселенців.

Фактор 1: Особистісна сила та емоційна стабільність Я

Перший фактор об'єднує показники, що характеризують внутрішню силу особистості, активність та позитивну Я-концепцію. Найбільшу факторну вагу мають змінні «сила – Я» (0,829), аутія (0,662), пармія (0,541) і сургенсія (0,461), що в сукупності вказує на емоційну стійкість, самодостатність, життєрадісність і впевненість у собі. Високі значення активності, інтернальності у сфері міжособистісних стосунків та високої думки про себе підкреслюють сформованість автономної, зрілої особистісної позиції.

Негативний полюс фактора представлений гіпертимією, низькою еґо-напругою, регресією, алаксією та слабкістю «понад-Я». Це вказує на те, що

для адаптованих переселенців не характерні імпульсивність, емоційна розгальмованість, інфантильні реакції та внутрішня дезорганізація.

Отже, зміст першого фактору можна розглядати як основу психологічної стійкості та зрілої саморегуляції, що складає базу психологічної готовності особистості до подолання можливих труднощів адаптації.

Фактор 2: Психологічне благополуччя та соціальна зрілість

Другий фактор має виразне гуманістичне наповнення й відповідає високому рівню психологічного благополуччя переселенців. Провідними змінними виступають керування оточуючими (0,825), особистісний ріст (0,736), самоприйняття (0,731), наявність цілі в житті (0,693) та позитивне ставлення до інших (0,683). Їх поєднання свідчить про здатність адаптованих переселенців не лише приймати нове соціальне середовище, а й активно взаємодіяти з ним, вибудовуючи продуктивні соціальні зв'язки.

Вагу другого фактору посилюють показники автономії, захищеності та інтернальності у сфері сімейних стосунків, що посилює вираженість внутрішньої незалежності, присутність відчуття психологічної безпеки та здатність знаходити підтримку в референтному соціальному оточенні. Присутність захисного механізму заперечення з помірною факторною вагою можна інтерпретувати як варіант тимчасового зниження емоційного напруження в нових умовах, що бере на себе додаткову функцію адаптації.

На негативному полюсі зафіксовано низький рівень внутрішньої конфліктності та напруженості.

Спираючись на виділені закономірності, другий фактор можна розглядати як показник усвідомленого життєвого розвитку та соціально-психологічної інтегрованості в новий простір.

Фактор 3: Інтернальність і відповідальність за життєві події

Третій фактор акумулює змінні, пов'язані з локусом контролю, відповідальністю та регуляцією поведінки. Найбільші факторні навантаження мають загальний показник інтернальності (0,657), інтернальність у сфері здоров'я (0,616), виробничих стосунків (0,517) та досягнень (0,465). Це

свідчить про те, що адаптовані переселенці схильні сприймати події власного життя як результат власних зусиль, а не зовнішніх обставин.

Позитивний полюс містить в собі ознаки самодостатності, радикалізму, домінантності та захисні механізми заміщення та пригнічення які можуть брати на себе функцію регуляції поведінки та забезпечувати цілісність особистості в нових умовах.

На негативному полюсі третього фактора розташовані проекція, екстернальність у сфері невдач та шізотимія. Їх негативні факторні ваги створюють підґрунтя для переживання соціального відчуження, прийняття відповідальності на себе та уникання проблем у переселенців з високим рівнем адаптації.

Виходячи з цього, ми можемо розглядати основний зміст третього фактору як наявність розвиненої відповідальності, здійсненої суб'єктності та внутрішнього контролю.

Отже, можна констатувати, що трифакторна модель особистості переселенців з високим рівнем адаптації має інтегровану психологічну структуру, в якій поєднуються:

1. внутрішня сила, емоційна стабільність і позитивна Я-концепція;
2. психологічне благополуччя, соціальна зрілість і життєва осмисленість;
3. інтернальність, відповідальність і ефективна саморегуляція.

Таке поєднання особистісних характеристик сприяє успішній соціальній адаптації переселенців в новому середовищі та може виступати внутрішнім показником ефективної адаптації.

Таблиця 3.5.

Трифакторна модель особистості переселенця з низьким рівнем адаптації

Умовні позначення	Змінні (показники)	Факторна вага	Умовні позначення	Змінні (показники)	Факторна вага
1	2	3	4	5	6
Позитивний полюс			Негативний полюс		

Фактор 1 Суперечлива Я-концепція та захисна дезінтеграція					
Q3	висока думка про себе	614	С	«слабкість - Я»	-696
М	аутія	597	ОП	оптимізм-песимізм	-519
Ін	інтернальність у сфері невдач	589	Н	тректія	-512
N	проникливість	497	Зм	заміщення	-452
I	премсія	466	Зах	незахищеність	-431
З	заперечення	395	Р	регресія	-383
Q2	самодостатність	365	П	пригнічення	-289
СО	негативна самооцінка	339	Пр	проекція	-237
Із	інтернальність у сфері здоров'я і хвороби	287			
Фактор 2 Декларативне благополуччя за умов зовнішнього контролю					
В5	ціль у житті	718	Ім	екстернальність в сфері міжособистісних стосунків	-392
Б3	керування оточуючими	643	Іс	екстернальність в сфері сімейних стосунків	-376

Б2	автономія	627	Рy	реактивне утворення	-296
Б4	особистісний ріст	614	Ір	інтелектуа лізація або раціоналіз ація	-223
Б6	самоприй няття	583			
П	пригнічен ня	522			
Б1	позитивне відношенн я до інших	498			
Q4	висока «его- напруга»	418			
Фактор 3 Напружена активність і домінантність на тлі екстернальності та недовіри до соціального середовища					
Пр	проекція	702	Ів	екстернал ьність у сфері виробничи х стосунків	-565
L	протенсія	670	Ім	екстернал ьність у сфері міжособис тісних стосунків	-390
F	сургенсія	663	Зі	загальний показник екстернал ьності	-369
Q1	радикаліз м	524			
Ак	активність	513			
Е	домінантн ість	500			

А	афектотимія	485			
Ід	інтернальність у сфері досягнень	409			
G	сила «понад - Я»	322			
О	гіпотемія	303			

Отримана модель складається з трьох факторів, кожен з яких відображає окремий, але взаємопов'язаний рівень дезадаптації:

1. нестійкість Я-концепції та захисну фрагментацію особистості;
2. декларативне психологічне благополуччя за умов зовнішнього локусу контролю;
3. напружену активність і домінантність на тлі екстернальності та недовіри до соціального середовища.

Високі факторні навантаження на обох полюсах доводять виражену поляризацію особистісних характеристик, що є прийнятною для осіб з низьким рівнем адаптації.

Фактор 1: Суперечлива Я-концепція та захисна дезінтеграція.

Перший фактор поєднує показники, які формують внутрішньо нестабільний образ Я. З одного боку, до позитивного полюса входять висока думка про себе (0,614), самодостатність (0,365), аутія (0,597) та інтернальність у сфері невдач (0,589). З іншого боку, одночасна присутність негативної самооцінки (0,339) в межах того ж фактора вказує на розщепленість самооцінних уявлень, коли декларована впевненість не підкріплюється внутрішнім відчуттям цінності та стабільності.

Негативний полюс фактора представлений «слабкістю – Я» (–0,696), песимістичною установкою (–0,519), незахищеністю (–0,431), регресією (–0,383), пригніченням і проекцією. Така комбінація свідчить про переважання

примітивних або малоефективних механізмів психологічного захисту, які не забезпечують конструктивного подолання труднощів, а лише тимчасово знижують напруження.

Отже, перший фактор можна розглядати як показник внутрішньої дискордантності та нестійкості Я-структури, що є важливим предиктором низької адаптації.

Фактор 2: Декларативне благополуччя за умов зовнішнього контролю

Другий фактор формально включає показники, притаманні психологічному благополуччю: наявність цілі в житті (0,718), автономію (0,627), особистісний ріст (0,614), самоприйняття (0,583), позитивне ставлення до інших (0,498) та здатність керувати оточенням (0,643). На перший погляд, це може створювати враження достатнього адаптаційного потенціалу.

Водночас негативний полюс фактора об'єднує екстернальність у міжособистісній та сімейній сферах, а також захисні механізми інтелектуалізації, раціоналізації та реактивних утворень. Наявність високої его-напруги (0,418) та пригнічення (0,522) свідчить про хронічне внутрішнє напруження, яке не знаходить адекватного емоційного розрядження.

Отже, другий фактор розкриває дисбаланс між декларованими життєвими цілями та реальними шляхами та способами їх реалізації, що суттєво знижує ефективність адаптації.

Фактор 3: Напружена активність і соціальна недовіра.

Третій фактор поєднує високі навантаження таких рис, як проєкція (0,702), протенсія (0,670), сургенсія (0,663), активність (0,513), домінантність (0,500) та радикалізм (0,524). Це свідчить про зовнішньо активну, напористу, але емоційно нестабільну поведінку, спрямовану радше на захист власних меж, ніж на конструктивну взаємодію.

Негативний полюс третього фактора складається з показників екстернальності у виробничих та міжособистісних стосунках, загальним високим показником екстернальності. Тобто, навіть за присутності візуальних

ознак активності та домінування особистість має тенденцію до делегування відповідальності за труднощі зовнішнім обставинам або іншим людям.

Узагальнено третій фактор можна розглядати як показник конфліктної активності та екстернального контролю, що ускладнює процес входження переселенців у новий соціум.

Отже, трифакторна модель особистості переселенців з низьким рівнем адаптації є внутрішньо фрагментованою, має ознаки суперечливої самооцінки та активної дії захисних стратегій порівняно з навичками усвідомленого копінгу.

Для цієї групи характерні:

1. крихка та поляризована Я-концепція;
2. розрив між декларованими життєвими цілями і реальним локусом контролю;
3. зовнішній контроль, проекція на інших своїх переживань та комплексів підвищена конфліктність у взаємодії з оточенням.

Таким чином, трифакторна модель особистості переселенців із високим рівнем адаптації відображає інтегровану психологічну систему, у межах якої узгоджено функціонують особистісна стійкість, емоційна врівноваженість і конструктивне самосприйняття; переживання психологічного благополуччя, сформована соціальна зрілість та наявність смисложиттєвих орієнтацій; внутрішній локус контролю, відповідальне ставлення до життєвих подій і розвинені механізми саморегуляції. Саме така узгодженість особистісних параметрів забезпечує високий рівень ефективності соціальної адаптації переселенців у новому соціокультурному контексті та може бути використана як референтна модель адаптаційної спроможності в подальших теоретичних і емпіричних розвідках.

Натомість трифакторна модель особистості переселенців з низьким рівнем адаптації засвідчує дезінтегрований характер особистісної організації, що проявляється у внутрішній розірваності, амбівалентності самооцінних уявлень і перевазі психологічних захистів над усвідомленими регуляторними

процесами. Для цієї групи типовими є нестійка та поляризована Я-концепція, невідповідність між проголошеними життєвими намірами й реальним розподілом відповідальності, а також домінування зовнішнього локусу контролю, проєктивних способів реагування та підвищеної конфліктності у взаємодії з соціальним оточенням.

Констатовано наявність щільного зв'язку соціально-психологічної адаптація переселенців з рівнем їх соціальної конгруентності, яку можна розглядати не тільки результатом, але й внутрішнім механізмом адаптації.

Гармонійний рівень соціальної конгруентності фіксується у переселенців, які демонструють ознаки середньої адаптованості, у високоадаптованих респондентів констатується більш складний, напружений, але й більш зрілий варіант реалізації соціальної конгруентності.

Соціальна конгруентність має достатньо складний психологічний статус, оскільки успішна адаптація переселенців може протікати на фоні низьких формальних показників конгруентності, якщо вони ресурсно компенсуються іншими соціально-психологічними властивостями.

3.2. Особливості толерантності переселенців до культурних відмінностей як соціально-перцептивного чинника адаптації у новому середовищі

Толерантність переселенців розглядається як інтеграційна характеристика особистості, яка допомагає здійснювати позитивну взаємодію з оточенням та з самим собою задля встановлення та підтримки внутрішнього психологічного балансу, покращення адаптаційного процесу, продуктивного вирішення можливих соціальних конфронтацій на новому місці проживання.

Спираючись на дане визначення толерантності як соціально-перцептивного чинника адаптації переселенців, її можна розглядати широко – не тільки як механізм реалізації нервово-психічної стійкості, але й як регулятор індивідуальної поведінки.

Таблиця 3.6.

**Ступінь вираженості комунікативної інтолерантності та
соціокультурної толерантності переселенців**

	М Середнє	SD Стандартне відхилення	V Коефіцієнт варіації	max	min
Неприйняття	4,71	2,10	$\pm 0,46$	11	0
Я-еталон	4,24	2,64	$\pm 0,64$	13	0
Консерватизм	5,21	2,54	$\pm 0,50$	13	0
Неприховування ставлення	4,92	2,37	$\pm 0,49$	13	0
Перевиховання інших	5,59	2,80	$\pm 0,51$	14	0
Спроба підігнати під стереотипи	4,14	2,46	$\pm 0,61$	15	0
Непрощення	4,91	2,72	$\pm 0,57$	12	0
Дискомфорт	3,41	2,49	$\pm 0,74$	11	0
Пристосування	4,13	2,45	$\pm 0,61$	14	0
Комунікативна інтолерантність	41,06	15,19	$\pm 0,38$	104	6
Повага	10,86	3,12	$\pm 0,30$	18	2
Доброта	8,47	1,47	$\pm 0,19$	12	4
Емпатія	14,87	2,52	$\pm 0,19$	18	6
Соціокультурна толерантність	34,17	4,79	$\pm 0,16$	46	17

Інтегральна комунікативна інтолерантність в групі переселенців складає М = 41,06 бала, що відповідає середньому рівню розвиненості. На підставі

цього ми можемо констатувати середньовиражені інтолерантні тенденції в межах міжособистісної взаємодії. Вони не є максимально загальними, але можуть суттєво ускладнювати комунікативні процеси в умовах дії стресогенних чинників або вираженого соціального напруження.

Інтервал значень показника (від 6 до 104 балів) є доволі широким, що вказує на високу міжіндивідуальну диференціацію респондентів за рівнем інтолерантності. Стандартне відхилення ($SD = 15,19$) та коефіцієнт варіації ($V = \pm 0,38$) свідчать про помірну неоднорідність вибірки, що дозволяє говорити про наявність підгруп із низьким, середнім і підвищеним рівнями інтолерантності.

На рівні окремих шкал найбільш високі середні значення зафіксовано за показниками «перевиховання інших» ($M = 5,59$) та «консерватизм у судженнях» ($M = 5,21$), що відповідає середньо-високому рівню прояву інтолерантності. Ці шкали також характеризуються відносно високими стандартними відхиленнями, що свідчить про різноспрямованість поведінкових стратегій у межах вибірки.

Показники за шкалами «непрощення» ($M = 4,91$), «неприховування ставлення» ($M = 4,92$) та «неприйняття індивідуальності іншого» ($M = 4,71$) перебувають у межах середнього рівня, що вказує на ситуативний характер відповідних інтолерантних проявів, які активізуються за умов емоційного напруження або міжособистісного конфлікту.

Найнижчий середній показник отримано за шкалою «нетерпимість до дискомфорту» ($M = 3,41$), що відповідає низько-середньому рівню. Це свідчить про відносно збережену здатність респондентів витримувати психологічні та фізичні незручності у взаємодії з іншими, що може розглядатися як адаптаційний ресурс у ситуації вимушеного переселення.

Загальний показник соціокультурної толерантності складає $M = 34,17$ бала, що характеризує тенденцію до високого рівня сформованості. Невисоке стандартне відхилення ($SD = 4,79$) та низький коефіцієнт варіації ($V = \pm 0,16$) доводять статистичну однорідність вибірки за показником соціокультурної

толерантності та сталеність толерантних установок у переважної більшості респондентів.

Важливо відмітити, що в структурі соціокультурної толерантності виділено високий рівень емпатії ($M = 14,87$), що дозволяє припустити сформовану здатність до емоційного розуміння поведінки інших людей, передбачення їх реакцій та співпереживання іншим.

Показник поваги ($M = 10,86$) також має тенденцію до високої вираженості, розкриває тенденцію в поведінці респондентів щодо прийняття соціального й культурного різноманіття у приймаючих громадах.

Нижчі значення за цією шкалою ($M = 8,47$), попри їх формальної відповідності середньому рівню, можуть бути ситуативною ознакою зменшення просоціальної активності, яке зумовлене емоційним вигоранням та ПТСР.

Порівняння інтегральних показників комунікативної інтолерантності та соціокультурної толерантності дозволяє констатувати асиметричний профіль толерантності переселенців (рис. 3.1.).



Рис. 3.1. Порівняльний профіль інтегральних показників толерантності переселенців

Констатовано, що з одного боку, у вибірці переселенців фіксується високий та стабільний рівень соціокультурної толерантності. Ознаками цієї

тенденції можна вважати сформованість емпатійних переживань, поваги та гуманістичних установок. Водночас, при безпосередній міжособистісній взаємодії фіксуються слабо виражені інтолерантні тенденції, що проявляється в ригідних установках, категоричних висловлюваннях, бажанні постійно контролювати поведінку оточуючих та в проблемах емоційної саморегуляції.

Такий статистично значимий розрив між особистісними, гуманістичними ознаками толерантності та її поведінковими формами можна розглядати як результат тривалого впливу психотравматичних чинників, руйнації життєвих цінностей та страти соціальної та матеріальної стабільності.

Отримані дані доводять, що властивим для емпіричної групи переселенців є поєднання помірного рівня комунікативної інтолерантності з відносно високим рівнем соціокультурної толерантності. Така тенденція ще раз підтверджує складний, неоднозначний характер толерантності як властивості особистості та регулятора її комунікації в соціумі та необхідність врахування ціннісних та поведінкових компонентів в процесі організації соціальної підтримки та психологічного супроводу переселенців.

Ось чому наступна частина нашого дослідження особливостей толерантності переселенців до культурних відмінностей як соціально-психологічного чинника адаптації у новому середовищі була присвячена укладанню портрета толерантного/інтолерантного переселенця.

Таблиця 3.7.

Портрет толерантного – інтолерантного переселенця (за 16-факторним опитувальником Р. Кеттелла)

Соціокультурно толерантний переселенець	Стени		Комунікативно інтолерантний переселенець	Стени	
	М	V		М	V
	Середнє	Коефіцієнт варіації		Середнє	Коефіцієнт варіації

Інтелект високий	7,1	$\pm 0,16$	Інтелект низький	6,0	$\pm 0,15$
Емоційно стійкий	8,0	$\pm 0,15$	Емоційно нестійкий	6,1	$\pm 0,15$
Довірливість	3,9	$\pm 0,19$	Підозрілість	5,4	$\pm 0,17$
Проникливість	5,8	$\pm 0,16$	Наївність	6,9	$\pm 0,18$
Упевнена адекватність	5,9	$\pm 0,15$	Схильність до почуття провини	9	$\pm 0,14$
Низьке напруження	4,4	$\pm 0,17$	Високе напруження	5,9	$\pm 0,15$
Низька тривожність	5	$\pm 0,14$	Висока тривожність	7	$\pm 0,16$

У таблиці 3.7 представлено узагальнений психологічний портрет особистості соціокультурно толерантного та комунікативно інтолерантного переселенця, сформований на основі результатів 16-факторного опитувальника особистості Р. Кеттелла. Для кожного з типів наведено середні значення стінів (М) та коефіцієнти варіації (V), що дозволяє оцінити рівень вираженості окремих особистісних факторів, а також ступінь однорідності показників у межах відповідних груп.

Проведемо порівняльний аналіз особистісних профілів переселенців двох підгруп

Когнітивна сфера (фактор інтелекту).

Переселенці з вираженою соціокультурною толерантністю мають достатньо високий рівень інтелекту ($M = 7,1$). Низький коефіцієнт варіації ($V = \pm 0,16$) доводить однорідність групи за цим показником. Розвинена когнітивна ресурсна сфера можуть підтримувати такі властивості мислення, як гнучкість, здатність аналізувати соціальних ситуацій та продуктивно

переробляти інформацію, що поступає. Такі особливості допомагають приймати соціокультурне різноманіття оточення та знаходити у ньому своє місце.

У свою чергу, в групі комунікативно інтолерантних переселенців діагностовано нижчий (середній) показник інтелекту ($M = 6,0$). Це може суттєво звужувати можливості когнітивної та етогенетичної рефлексії та ускладнювати адаптацію до нових спільнот.

Емоційна стабільність.

Емоційна стійкість є однією з провідних характеристик соціокультурно толерантної особистості ($M = 8,0$), в якій вона має високий рівень розвитку. Емоційна стійкість соціокультурно толерантних переселенців розкриває їх здатність до саморегуляції емоційних станів, витривалість та високу стресостійкість, які можна вважати значимими умовами продуктивної взаємодії в умовах вимушеного переселення.

В групі комунікативно інтолерантних переселенців діагностовано низький рівень емоційної стабільності ($M = 6,1$), що може виступати емпіричним маркером емоційної лабільності, імпульсивності та високої реактивності у складних ситуаціях.

Міжособистісна довіра та соціальна проникливість

Соціокультурно толерантні переселенці мають діагностичні ознаки помірно вираженої довірливості ($M = 3,9$). Це можна розглядати як тенденцію щодо збалансованості проявів відкритості до оточуючих та критичності у соціальних контактах. Діагностичні показники проникливості ($M = 5,8$) діагностовані на середньому рівні, що можна інтерпретувати як здатність до правильної інтерпретації мотивів поведінки інших людей та наявність емпатійної проникливості щодо емоційних станів інших людей.

Але, одночасно, в групі комунікативно інтолерантних переселенців зафіксовані показники підвищеної підозрілості ($M = 5,4$) та наївності ($M = 6,9$). Поєднання таких рис особистості може вказувати на дискордантність

соціальної перцепції, зокрема, співіснування внутрішньої недовіри до соціуму та слабкої критичності в процесі оцінювання соціальних ситуацій.

Самооцінка та внутрішня відповідальність. Психологічний портрет соціокультурно толерантного переселенця має також ознаки сформованої адекватної самооцінки ($M = 5,9$). Така особливість лежить в основі становлення впевненості людини у своїх силах та здатність покладати на себе відповідальність за події свого життя без занадтого самозвинувачення.

В групі комунікативно інтолерантних переселенців фіксуються показники сильно вираженої схильності до почуття провини ($M = 9,0$). Сильно розвинене почуття провини можна розглядати як емпіричний маркер сильного внутрішнього напруження, зниження відчуття психологічної захищеності та негативну саморефлексію.

Рівень напруження та тривожності.

Соціокультурно толерантні переселенці демонструють ознаки низького рівня внутрішнього напруження ($M = 4,4$) та тривожності ($M = 5,0$). Таке поєднання емоційних станів сприяє формуванню гнучкої поведінки, нервово-психічної стійкості та продуктивної взаємодії з оточуючими.

На відміну від соціокультурно толерантних переселенців, у комунікативно інтолерантних переселенців констатовано підвищений рівень напруження ($M = 5,9$) та високий рівень тривожності ($M = 7,0$). Таке поєднання емоційних станів може свідчити про хронічну емоційну напруженість та схильність до неадаптивних захисних комунікативних стратегій.

Отримані результати дозволяють окреслити два контрастні психологічні профілі переселенців. Соціокультурно толерантний переселенець характеризується вищими когнітивними ресурсами, емоційною стабільністю, помірною довірливістю, адекватною самооцінкою, низькою тривожністю та психічним напруженням. Натомість комунікативно інтолерантний переселенець відзначається емоційною нестійкістю, підвищеною тривожністю, напруженістю, схильністю до самозвинувачення та суперечливим соціальним сприйманням.

Таким чином, у структурі соціально-перцептивних чинників адаптації переселенців у новому середовищі толерантність можна схарактеризувати як інтегральну властивість, яка сприяє формуванню активної взаємодії з соціумом з метою відновлення психоемоційного балансу, підвищенню продуктивності процесу адаптації, зменшенню соціально-психологічного протистояння з іншими людьми та зростанню конструктивності у прийнятті себе та оточуючих. Такий підхід розширює уявлення про толерантність як соціально-перцептивний чинник адаптації переселенців – від специфічного прояву нервово-психічної стійкості до морально-ціннісного регулятора поведінки особистості.

Емпірично підтверджені протрічні факти. У вибірці констатовано високий рівень соціокультурної толерантності, про що свідчать сформована емпатія, самоповага та поваги до оточуючих, гуманістичні установки особистості. Одночасно, при характеристиці безпосередньої міжособистісної взаємодії фіксуються незначні інтолерантні тенденції, які проявляються у вигляді безкомпромісних висловлювань, прагнення жорстко контролювати поведінку інших людей та проблеми в емоційній саморегуляції.

Такий статистично достовірний розрив між ціннісно-світоглядним рівнем толерантності та її реалізацією в поведінці може бути результатом дії минулого психотравматичного досвіду, який виступає чинником руйнації відчуття соціальної стабільності та потребами експрес-адаптації до нових умов.

Констатовано, що в групі переселенців емпірично фіксується поєднання середнього рівня комунікативної інтолерантності з тенденцією до підвищення соціокультурної толерантності. Крім того, результати емпіричного дослідження доводять існування значимих відмінностей між групами переселенців з домінуючими ознаками соціокультурної толерантності та комунікативної інтолерантності. Виділені особливості особистості можуть виконувати функцію психологічних предикторів толерантної поведінки та

створювати підстави для укладання рекомендацій та програм психологічної підтримки та супроводу адаптації переселенців.

3.3. Особливості навичок емпатійної комунікації переселенців як соціально- перцептивного чинника адаптації у новому середовищі

Розвинені ознаки емпатії допомагають суб'єкту передбачувати, розуміти приховані сенси вчинків оточуючих, адаптуватися до їхніх звичок, цінностей і потреб. Емпатійна особистість не схильна прирівнювати поведінку, окремі риси інших людей до своїх стандартів. Але й не розвинена в суб'єкта емпатія виступає чинником ризику формування ригідності сприймання, підвищеної безапеляційності та консервативності в інтерпретації дій та вчинків інших людей.ощг

Тому наступна частина нашої роботи була присвячена дослідженню особливостей емпатії та навичок емпатійної комунікації переселенців.

Таблиця 3.8

Кореляційний аналіз між показниками каналів емпатії (В. Бойко) та полікомунікативної емпатії (І.М.Юсупов) в групі переселенців

Показники полікомунікативної емпатії	Показники каналів емпатії (В. Бойко)		
	ІКЕ	ЕКЕ	ЗРЕ
ЕБ		358**	
ЕНЛ	-301*		
ЕГХТ		385**	311*
ЕТ		316*	
ЕСт		459**	

Примітка. 1) Коми та нулі опущені. Позначка «**» - кореляційний зв'язок на 1% рівні, «*» - 5% рівні. 3) Умовні скорочення показників методики «Діагностика рівня полікомунікативної емпатії» (І.М.Юсупов): ЕБ - емпатія з батьками, ЕТ – емпатія з тваринами, ЕС - емпатія зі старими, ЕД – емпатія з дітьми, ЕГХТ – емпатія з героями художніх творів, ЕНЛ – емпатія з

незнайомими або малознайомими людьми; РКЕ – раціональний канал емпатії, ІКЕ – інтуїтивний канал, У – установки на емпатію, ЕКЕ – емоційний канал, ПЗ – проникаюча здатність, Ід – ідентифікація, ЗРЕ – загальний рівень емпатії

Таблиця 3.8 відображає взаємозв'язки між каналами емпатії за методикою В. Бойка та полікомунікативною емпатією за методикою І. М. Юсупова у групі переселенців. Отримані дані дозволяють простежити, яким чином різні аспекти емпатійної спрямованості особистості пов'язані з механізмами та каналами емпатійного реагування в умовах соціальної адаптації.

У таблиці представлені статистично значущі кореляції на рівнях 1 % і 5 %, що констатує закономірні зв'язки між досліджуваними показниками. Виявлені взаємозв'язки мають переважно помірну силу, що є типовим для психологічних досліджень складних особистісних феноменів, таких як емпатія.

Загальна інтерпретація отриманих результатів дозволяє припустити, що полікомунікативна емпатія не є окремою властивістю особистості, а щільно корелює з такими її каналами, як інтуїтивний та емоційний та з інтегральним рівнем емпатійних здібностей.

Аналіз окремих кореляцій показав наступні результати.

Емпатія з батьками (ЕБ). Показник емпатії щодо батьків має позитивний статистично значущий зв'язок із інтуїтивним каналом емпатії ($r = 0,358$; $p \leq 0,01$): здібності переселенців до співпереживання найближчим значущим особам значною мірою ґрунтується на інтуїтивному розумінні емоційних станів, а не лише на раціональному аналізі. Така емпатія має глибинний, довірливий характер і пов'язана з емоційною близькістю.

Емпатія до незнайомих або малознайомих людей (ЕНЛ). Виявлено негативний кореляційний зв'язок між емпатією до незнайомих осіб та інтуїтивним каналом емпатії ($r = -0,301$; $p \leq 0,05$). Це може вказувати на те, що в умовах вимушеного переселення інтуїтивна чутливість переселенців не

завжди поширюється на соціально дистантні об'єкти, що, ймовірно, пов'язано з підвищеною настороженістю, недовірою або захисними стратегіями у взаємодії з незнайомим соціальним середовищем.

Емпатія з героями художніх творів (ЕГХТ). Емпатія до персонажів художніх творів демонструє два значущі позитивні зв'язки:

- з емоційним каналом емпатії ($r = 0,385$; $p \leq 0,01$);
- із загальним рівнем емпатії ($r = 0,311$; $p \leq 0,05$).

Отримані результати дозволяють припустити, що здатність до співпереживання персонажам художніх творів опирається у першу чергу на емоційний резонанс та загальну емпатійну розвиненість особистості. Скоріше за все, такий вид емпатії для переселенців може бути компенсаторним, оскільки сприяє емоційним переживанням у символічній формі.

Емпатія до тварин (ЕТ). Показник емпатії до тварин має позитивний зв'язок із емоційним каналом емпатії ($r = 0,316$; $p \leq 0,05$). Це вказує на те, що співпереживання тваринам ґрунтується переважно на безпосередньому емоційному відгуку, не ускладненому соціальними очікуваннями чи когнітивною оцінкою. Такий тип емпатії часто пов'язаний із загальною емоційною чутливістю та здатністю до безумовного співчуття.

Емпатія до людей похилого віку (ЕСт). Найбільш виражений кореляційний зв'язок у таблиці зафіксовано між емпатією до людей похилого віку та емоційним каналом емпатії ($r = 0,459$; $p \leq 0,01$). Це свідчить про те, що співпереживання цій соціальній групі значною мірою детерміноване емоційною включеністю, здатністю до співчуття та співпереживання вразливим категоріям населення, що є важливим показником гуманістичної спрямованості особистості.

Отже, встановлені кореляційні зв'язки дозволяють припустити, що різні об'єкти емпатії по-різному пов'язані з каналами емпатійного відреагування. Найбільш значимими для переселенців є інтуїтивний та емоційний канали емпатії, а співпереживання просторово віддаленим особам може

супроводжуватися зниженням інтуїтивної передбачуваності та зменшенню здатності зчитувати та розуміти їх стани.

Отримані результати надають інформацію про відбірковий характер емпатійних проявів у переселенців, зумовлений травматичним досвідом втрат, емоційною напругою та дією захисних механізмів. Ці факти доводять необхідність розвитку та корекції саме емоційно-інтуїтивних компонентів емпатії у складі програм психологічного супроводу та підтримки, що має покращувати якість соціальної адаптації переселенців.

Таблиця 3.9

Кореляція між показниками емпатії та емоційного інтелекту в групі переселенців

Показники емоційного інтелекту	ІКЕ	У	ЕКЕ	Ід	ЗРЕ
ЕО		-312*		506**	
УВЕ		-321*	-498**		-314*
СМ			-316*		
Емп	-334*				
РЕІЛ	-343*	-342*			
ІПЕІ		-315*	-323*	289*	

Примітка. Умовні скорочення показників емоційного інтелекту: ЕО – емоційна обізнаність, УВЕ – управління власними емоціями, СМ – самомотивація, Емп – емпатія, РЕІЛ - розпізнавання емоцій інших людей, ІПЕІ – інтегральний показник емоційного інтелекту.

Отримані результати допомагають вивчити специфіку взаємодії емоційно-перцептивних та регулятивних механізмів у процесі соціально-психологічної адаптації переселенців.

У таблиці представлені статистично значущі кореляції на рівні 1 % і 5 %, що підтверджує наявність системних зв'язків між емпатійними характеристиками та показниками емоційного інтелекту. Переважна більшість

кореляцій має негативний характер, що вказує на специфічну напруженість взаємодії між здатністю до співпереживання та навичками емоційної регуляції у переселенців.

Такі особливості кореляцій можуть визначатися дією адаптаційного стресу, емоційним вигоранням та домінуванням в поведінці захисних стратегій, які можуть на деякий час знижувати глибину емпатійного переживання.

Зробимо аналіз взаємозв'язків за окремими показниками

Емоційна обізнаність (ЕО). Показник емоційної обізнаності негативно корелює з установками на емпатію ($r = -0,312$; $p \leq 0,05$) та має позитивний зв'язок із загальним рівнем емпатії ($r = 0,506$; $p \leq 0,01$). Тобто, можна припустити, що здатність до усвідомлення своїх емоційних станів збільшує якість загальної емпатійної чутливості та одночасно знижує стереотипні або зовнішньо обумовлені емпатійні установки.

Управління власними емоціями (УВЕ). Здатність управляти своїм емоційним станом має ознаки негативних зв'язків з установками на емпатію ($r = -0,321$; $p \leq 0,05$), емоційним каналом ($r = -0,498$; $p \leq 0,01$) та загальним рівнем емпатії ($r = -0,314$; $p \leq 0,05$). Така картина управління власними емоціями дозволяє припустити, що в умовах дії стресу або при ПТСР здатність управляти своїм емоційним станом може супроводжуватися зниженням якості спонтанного емоційного відреагування на переживання інших людей. Такий стан можна вважати адаптивною, але обмежувальною стратегією поведінки.

Самомотивація (СМ). Показник самомотивації має негативний зв'язок з емоційним каналом емпатії ($r = -0,316$; $p \leq 0,05$): застрягання на досягненні цілей і мобілізації внутрішніх ресурсів у переселенців може знижувати інтенсивність емоційного співпереживання, особливо в ситуаціях хронічного стресу.

Емпатія як складник емоційного інтелекту (Емп). Емпатійний компонент емоційного інтелекту має негативний кореляційний зв'язок з інтуїтивним каналом емпатії ($r = -0,334$; $p \leq 0,05$). Це може вказувати на певну

дисоціацію між усвідомленою, когнітивно контрольованою емпатією та інтуїтивними формами емоційного реагування, які в умовах адаптаційної напруги можуть пригнічуватися.

Розпізнавання емоцій інших людей (РЕІЛ). Показник розпізнавання емоцій оточення негативно корелює з інтуїтивним каналом емпатії ($r = -0,343$; $p \leq 0,05$) та установками на емпатію ($r = -0,342$; $p \leq 0,05$): когнітивне розпізнавання емоцій у переселенців може супроводжуватися зниженням емоційної залученості, що є проявом раціоналізації емоційного досвіду.

Інтегральний показник емоційного інтелекту (ІПЕІ) має негативні зв'язки з установками на емпатію ($r = -0,315$; $p \leq 0,05$) та емоційним каналом емпатії ($r = -0,323$; $p \leq 0,05$), а також позитивний зв'язок з ідентифікацією ($r = 0,289$; $p \leq 0,05$): загальна емоційна компетентність у переселенців більше пов'язана зі здатністю до усвідомленого прийняття перспективи іншого, ніж зі спонтанною емоційною реакцією.

Таким чином, в умовах довготривалого соціального та емоційного напруження розвиток регулятивних компонентів емоційного інтелекту може супроводжуватися тимчасовим зниженням емоційної відкритості та глибинної емпатії.

Отримані дані доводять значущість збалансованості показників емоційної регуляції та емпатійної чутливості в процесі організації та реалізації психологічного супроводу переселенців.

3.4. Особливості відчуття приналежності до нової спільноти як соціально-перцептивного чинника адаптації переселенців у новому середовищі

Особлива роль в процесі адаптації переселенців у новому середовищі належить функціонуванню суб'єктивного відчуття приналежності до нової спільноти, яке поступово складається на тлі здатності до інтерпретації

соціальних сигналів, міжособистісних очікувань і усвідомлення власного місця в новому соціумі. При такому підході ми розглядаємо соціальну фрустрованість та креативність як взаємопов'язані складові соціально-перцептивного чинника адаптації переселенців.

Соціальна фрустрованість розглядається як особливий психо-емоційний стан, що є результатом невідповідності очікувань особистості щодо соціального прийняття, підтримки та визнання в нових групах реальним можливостям задоволення цих очікувань у новій соціальній ситуації.

Але було б неправильно розглядати соціальну фрустрованість як виключно деструктивну рису. Важливо розуміти, що за умови розвиненого адаптаційного потенціалу особистості вона може брати на себе сигнальну та мотиваційну функції, актуалізувати пошук нових шляхів інтеграції переселенців до нового соціуму. В такому варіанті креативність може виступати значимим ресурсом долання фрустраційних переживань і якісних змін в усвідомленні життєвого досвіду переселенців.

Креативність як властивість особистості сприяє становленню гнучкості соціальної перцепції, здатності рефлексувати свої соціальні ролі та формувати нові моделі існування в новому соціумі. В межах дослідження адаптації переселенців креативність може проявлятися у вигляді здібності до пошуку нестандартних способів встановлення соціальних контактів, узгодження своїх комунікативних стратегій з соціокультурними особливостями нової громади, а також у можливості екстраполяції свого життєвого досвіду в нові соціальні умови. Такі механізми можуть сприяти становленню суб'єктивного переживання приналежності до нового середовища.

Заломлюючи розуміння сутності креативності через соціальну перцепцію, можна суттєво розширити можливості практичного зниження жорсткості соціального оцінювання людей та подій та толерантності у сприйнятті соціальних ситуацій. Такий підхід до організації та надання психологічної допомоги менш хворобливо реагувати на виклики соціальної невизначеності та зменшити наслідки соціальної фрустрованості. В такому

випадку креативність виступає опосередковуючим інструментом взаємозв'язу соціальної фрустрованості та відчуття приналежності до нової групи, переводячи потенційно деструктивні переживання у ресурс особистісного та соціального розвитку.

Становлення відчуття приналежності до нової спільноти відбувається не лише за рахунок впливу соціальних умов, але й через здатність до суб'єктивної інтерпретації свого життєвого досвіду. У такому сенсі соціальна фрустрованість може розкривати ступінь невідповідності очікуваної інтеграції реальним подіям, тоді як креативність надає можливість долати цю невідповідність через механізми активного створення нових сенсів та соціальних контактів.

Отже, соціальну фрустрованість та креативність можна розглядати як елементи соціально-перцептивного чинника адаптації переселенців у новому середовищі. Соціальна фрустрованість є маркером порушення процесу соціальної інтеграції в новий соціум та нерозвиненості почуття приналежності, тоді як креативність виступає внутрішнім механізмом подолання цих труднощів та розвитку позитивного соціального образу Я.

Врахування єдності механізмів фрустрованості та креативності дозволяє більш глибоко зрозуміти психологічну сутність механізмів адаптації та дозволяє укладати ефективні програми соціально-психологічної реабілітації.

Таблиця 3.10

**Диференціальні характеристики рівня соціальної фрустрованості
переселенців із різним рівнем адаптації**

Шкали методики	Респонденти з низьким рівнем адаптації	Респонденти із середнім рівнем адаптації	Респонденти з високим рівнем адаптації
----------------	---	---	---

Загальний показник рівня соціальної фрустрованості	$M = 2,53$ $\sigma = 0,59$	$M = 2,53$ $\sigma = 0,47$	$M = 2,19$ $\sigma = 0,68$
Задоволеність у сфері освіти	$M = 2,73$ $\sigma = 0,78$	$M = 2,70$ $\sigma = 0,61$	$M = 2,44$ $\sigma = 0,78$
Задоволеність у міжособистісних стосунках	$M = 3,07$ $\sigma = 0,66$	$M = 2,95$ $\sigma = 0,57$	$M = 2,80$ $\sigma = 0,81$
Задоволеність своїм соціальним статусом	$M = 2,60$ $\sigma = 0,67$	$M = 2,57$ $\sigma = 0,70$	$M = 2,04$ $\sigma = 0,83$
Задоволеність суспільством	$M = 2,11$ $\sigma = 0,67$	$M = 2,17$ $\sigma = 0,54$	$M = 1,80$ $\sigma = 0,81$
Задоволеність собою	$M = 2,78$ $\sigma = 0,68$	$M = 2,91$ $\sigma = 0,57$	$M = 2,60$ $\sigma = 0,70$

У таблиці подано результати порівняльного аналізу рівня соціальної фрустрованості переселенців залежно від рівня їх соціально-психологічної адаптації. Аналіз охоплює як інтегральний показник соціальної фрустрованості, так і її окремі складові, що відображають суб'єктивну задоволеність ключовими сферами життєдіяльності у новому соціальному середовищі.

Отримані дані свідчать про те, що загальний показник соціальної фрустрованості є відносно однаковим у групах переселенців із низьким та середнім рівнем адаптації ($M = 2,53$), що вказує на стабільно підвищене відчуття соціальної незадоволеності та напруженості на початкових і проміжних етапах адаптації.

Водночас у групі з високим рівнем адаптації зафіксовано зниження інтегрального показника соціальної фрустрованості ($M = 2,19$), що свідчить про більш ефективне подолання соціальних труднощів і поступове відновлення суб'єктивного відчуття соціального благополуччя.

Зростання стандартного відхилення у групі з високим рівнем адаптації ($\sigma = 0,68$) може вказувати на індивідуальні відмінності у способах інтеграції в нове середовище, що зумовлює різний ступінь зниження фрустраційних переживань.

Показники задоволеності у сфері освіти демонструють поступове зниження соціальної фрустрованості зі зростанням рівня адаптації.

Найвищі значення фрустрованості спостерігаються у групі з низьким рівнем адаптації ($M = 2,73$), що може бути пов'язано з труднощами включення в освітній простір, невідповідністю очікувань та обмеженими можливостями професійної або академічної самореалізації.

У групі з високим рівнем адаптації цей показник є нижчим ($M = 2,44$), що свідчить про часткове відновлення почуття компетентності та перспективності.

Узагальнення отриманих результатів щодо задоволеності переселенців міжособистісними стосунками дозволило виділити закономірність зменшення соціальної фрустрованості в процесі збільшення показників рівня адаптації.

Самий високий рівень фрустрації виявлено в емпіричній групі з низьким рівнем адаптації ($M = 3,07$), що підтверджує брак емоційної підтримки та проблеми в процесі становлення соціальних зв'язків у новому середовищі.

Констатовано, що в групі переселенців з високим показником адаптації рівень фрустрації знижується ($M = 2,80$). На наш погляд, така тенденція може свідчити про поступове становлення відчуття приналежності до нової групи.

Підвищене стандартне відхилення у цій групі ($\sigma = 0,81$) вказує на неоднорідність соціального досвіду переселенців, де поряд із успішними моделями інтеграції зберігаються окремі випадки соціальної ізоляції.

Значні відмінності між групами спостерігаються за шкалою задоволеності соціальним статусом.

В групі переселенців з високим рівнем адаптації показник фрустрованості є найнижчим ($M = 2,04$). Ці результати можуть слугувати

підтвердженням відновлення суб'єктивного переживання своєї соціальної значущості та сформованості власної позиції в новому соціумі.

В групах переселенців з низьким та середнім рівнем адаптації зафіксовано підвищену незадоволеність своїм соціальним статусом. На наш погляд, таке поєднання адаптації та суб'єктивної незадоволеності статусом в групі переселенців можна розглядати як сильний дезадаптивний чинник.

В групі переселенців з високим рівнем адаптації показники задоволеності соціумом також мають ознаки зниження соціальної фрустрованості ($M = 1,80$). Така тенденція свідчить про поступове збільшення довіри до соціальних інститутів та прийняття соціальних норм у нових приймаючих громадах.

У групах переселенців з низьким та середнім рівнями адаптації до нових умов проживання показники задоволеності соціумом є вищими, що може вказувати на збереження критично-відчуженого ставлення до соціуму загалом.

Показники задоволеності собою мають менш однозначну динаміку.

Найвищий рівень фрустрованості у цій сфері зафіксовано у групі із середнім рівнем адаптації ($M = 2,91$), що може свідчити про кризовий етап переосмислення власної ідентичності та життєвих досягнень.

У групі переселенців з високим рівнем адаптації до нових умов проживання фіксується зменшення цього показника ($M = 2,60$). Ми можемо припустити, що така тенденція є ознакою поступового відновлення позитивного самоставлення та самоприйняття.

Отже, спираючись на результати емпіричного дослідження, можна припустити, що в групі переселенців рівень соціальної фрустрованості має зворотний зв'язок із рівнем їх соціально-психологічної адаптації. Напрямами найбільшого ризику на початку процесу адаптації можна вважати міжособистісні стосунки, освіта та соціальний статус, які безпосередньо впливають на формування суб'єктивного відчуття приналежності до приймаючої громади. Високий рівень адаптації поєднується зі зменшенням показників соціальної фрустрованості, збільшенням задоволеності новими

соціальними ролями та внутрішнім прийняттям правил та традицій нового соціуму, що виступає маркером ефективності соціально-перцептивних механізмів адаптації.

В процесі становлення відчуття приналежності до нової громади особливого значення у переселенців набувають зв'язки між ступенем розвиненості соціальної фрустрованості та показниками креативності як здатності особистості упоратися зі складними життєвими ситуаціями.

Таблиця 3.11

**Значуща кореляція між шкалами соціальної фрустрованості
(опитувальник Л. Вассермана) та показниками
креативності (тест Медника)**

Шкали соціальної фрустрованості	Загальна соціальна фрустрованість	Задоволеність освітою	Задоволеність у спілкуванні з оточуючими	Задоволеність своїм соціальним статусом	Задоволеність світом взагалі
Індекс унікальності	- 0,184 p = 0,012	- 0,146 p = 0,044	-0,126 p = 0,084	-0,203 p = 0,006	—
Індекс типовості	0,240 p = 0,001	0,186 p = 0,010	0,149 p = 0,040	0,272 p = 0,000	0,223 p = 0,002
Індекс пластичності	- 0,25 p = 0,001	- 0,181 p = 0,012	- 0,151 p = 0,038	- 0,260 p = 0,000	- 0,185 p = 0,010
Індекс розробленості	—	—	—	- 0,132 p = 0,070	—
Тест Медника					
Індекс	—	—	—	- 0,130	—

оригінальності				p = 0,078	
Індекс	—	—	—	- 0,136	—
унікальності				p = 0,067	
Інтеграл. показник «Оригінальність»	- 0,204 p = 0,006	- 0,145 p = 0,046	- 0,148 p = 0,042	- 0,264 p = 0,000	- 0,161 p = 0,027
Інтеграл. показник «Оригінальність + Пластичність»	- 0,198 p = 0,006	- 0,136 p = 0,060	- 0,151 p = 0,034	- 0,254 p = 0,000	- 0,144 p = 0,044

Отримані дані підтверджують, що збільшення соціальної фрустрованості поєднується зі зменшенням ознак креативного мислення, тоді як високий рівень задоволеності різними боками свого соціального життя пов'язується з виразною тенденцією до аналізу та переосмислення своїх життєвих проблем та негараздів.

Аналіз зв'язку соціальної фрустрованості з індексами креативності показав наступне.

Індекс унікальності має слабкі, але статистично значущі негативні кореляції із загальною соціальною фрустрованістю ($r = -0,184$; $p = 0,012$), задоволеністю освітою ($r = -0,146$; $p = 0,044$) та особливо із задоволеністю власним соціальним статусом ($r = -0,203$; $p = 0,006$). Відчуття соціальної незадоволеності знижує здатність переселенців продукувати нестандартні, оригінальні ідеї, які є важливим механізмом адаптації в нових умовах.

На відміну від цього, індекс типовості демонструє позитивні кореляційні зв'язки з усіма шкалами соціальної фрустрованості (r від 0,149 до 0,272 при $p \leq 0,040$).

Така закономірність може підтверджувати припущення, що в умовах соціального напруження у переселенців активізуються стереотипні, шаблонні механізми мислення та поведінки, прагнення за їх допомогою уникати не тільки ризикованих, але й будь-яких нових ситуацій.

Особливо показовими є результати щодо індексу пластичності, який має стійкі негативні кореляції з усіма ключовими показниками соціальної фрустрованості (r від $-0,151$ до $-0,260$; $p \leq 0,038$): соціальна незадоволеність обмежує когнітивну гнучкість переселенців, ускладнюючи їхню здатність адаптуватися до нових вимог.

За окремими індексами тесту Медника (розробленість, оригінальність, унікальність) виявлено тенденційні, але статистично незначущі зв'язки, переважно із задоволеністю власним соціальним статусом (p у межах $0,067$ – $0,078$). Це може свідчити про певну латентність або опосередкований характер впливу соціальної фрустрованості на окремі структурні компоненти креативності, які проявляються не одразу, а за умови тривалого перебування у стресогенному середовищі.

Найбільш інформативними виявилися інтегральні показники креативності. Зокрема, інтегральний показник «Оригінальність» має статистично значущі негативні кореляції з усіма шкалами соціальної фрустрованості (r від $-0,145$ до $-0,264$; $p \leq 0,046$). Найсильніший зв'язок виявлено із задоволеністю власним соціальним статусом ($r = -0,264$; $p = 0,000$), що підкреслює роль соціального самосприйняття у формуванні творчого потенціалу переселенців.

Аналогічна картина спостерігається й щодо інтегрального показника «Оригінальність + пластичність», який також негативно корелює з показниками соціальної фрустрованості (r від $-0,136$ до $-0,254$). Це підтверджує, що поєднання креативної новизни та когнітивної гнучкості є особливо вразливим до впливу соціальної напруженості та незадоволеності життєвими умовами.

Отже, спираючись на отримані результати кореляційного аналізу можна розглядати соціальну фрустрованість як значимий особистісний чинник зниження в групі переселенців креативності. У процесі становлення суб'єктивного відчуття приналежності до нової соціальної групи саме креативність, завдяки оригінальності, пластичності мисленнєвих процесів,

прагненню шукати нові рішення складних задач, може брати на себе ресурсну функцію адаптації.

Одночасно, високий рівень соціальної незадоволеності впливає на закріплення стереотипового, ригідного мислення та ускладнює входження переселенців у нове соціальне середовище, суттєво зменшує їхні пристосувальні навички.

Як було нами відмічено у другому розділі, опитувальник К. Роджерса та М. Даймонд, створений для діагностики рівня психологічної адаптованості особистості, допомагає виокремити особливості особистості, які можуть створювати перепони та труднощі в процесі соціальної взаємодії та провокувати ознаки дезадаптації.

До таких чинників автори тесту відносять не тільки недостатнє прийняття власної особистості; невміння або небажання приймати інших людей, що спричиняє конфліктність і соціальну напруженість; домінування різних форм емоційного дискомфорту; залежність від зовнішніх обставин та інших людей (екстернальний локус контролю); але й виражену тенденцію підпорядковувати собі оточуючих, що може суттєво ускладнювати відчуття приналежності до нової соціальної спільноти

Таблиця 3.12

Значущі коефіцієнти кореляції між шкалою «Прагнення до домінування» тесту Роджерса-Даймонд та показниками креативності тесту Медника

Шкали опитувальника СПА	Домінантність	Керованість	«Прагнення до домінування»
Тест Медника			
Кількість відповідей	0,171 p = 0,019	—	—
Індекс оригінальності	0,260	—	0,205

	p = 0,000		p = 0,005
Індекс унікальності	0,264 p = 0,000	—	0,236 p = 0,001
Індекс типовості	- 0,211 p = 0,004	—	- 0,187 p = 0,010
Індекс пластичності	0,246 p = 0,001	—	0,219 p = 0,003
Інтеграл. показник «Оригінальність»	0,218 p = 0,002	—	0,191 0,008
Інтеграл. показник «Оригінальність + Пластичність»	0,186 p = 0,010	—	0,193 p = 0,007

Таблиця 3.12 відображає кореляційні зв'язки між окремими шкалами соціально-психологічної адаптації за методикою К. Роджерса – М. Даймонд і показниками креативності за тестом Медника, що дозволяє глибше проаналізувати роль домінантних тенденцій особистості у формуванні творчого потенціалу переселенців у процесі їхньої міжособистісної адаптації.

Представлені дані свідчать про наявність статистично значущих кореляцій переважно між показниками креативності та шкалами «Домінантність» і «Прагнення до домінування», тоді як шкала «Керованість» не виявляє істотних зв'язків з творчими характеристиками. Це вказує на те, що активна позиція особистості у взаємодії з соціальним оточенням є більш релевантною для креативного функціонування, ніж пасивна або зовнішньо детермінована поведінка.

Показник «Домінантність» демонструє низку помірних позитивних кореляцій з основними параметрами креативності. Зокрема, встановлено позитивний зв'язок між домінантністю та кількістю відповідей ($r = 0,171$; $p = 0,019$), що може свідчити про вищу продуктивність мислення у осіб із вираженою схильністю до активного впливу на ситуацію та оточення.

Найбільш вираженими є кореляції домінантності з індексом оригінальності ($r = 0,260$; $p = 0,000$) та індексом унікальності ($r = 0,264$; $p = 0,000$): схильність до лідерства та самоствердження супроводжується здатністю до продукування нестандартних ідей, що є важливим ресурсом подолання життєвих труднощів у нових соціальних умовах.

Водночас виявлено негативний зв'язок домінантності з індексом типовості ($r = -0,211$; $p = 0,004$), що свідчить про зменшення шаблонності мислення у осіб з більш вираженими домінантними тенденціями. Отже, такі респонденти менш схильні відтворювати стандартні асоціації та частіше виходять за межі стереотипних когнітивних схем.

Позитивний зв'язок між домінантністю та індексом пластичності ($r = 0,246$; $p = 0,001$) можна розглядати як ознаку розвиненої когнітивної пластичності, можливості оперативно змінювати напрями мисленнєвих операцій та ефективно пристосовуватися до нових соціальних викликів.

Вивчення ролі «прагнення до домінування» у структурі креативності показало наступні результати.

Подібна, хоча й дещо менш виражена, картина спостерігається і щодо шкали «Прагнення до домінування». Цей показник має статистично значущі позитивні кореляції з індексом оригінальності ($r = 0,205$; $p = 0,005$), індексом унікальності ($r = 0,236$; $p = 0,001$) та індексом пластичності ($r = 0,219$; $p = 0,003$): орієнтація на контроль і вплив на соціальне оточення може поєднуватися з підвищеною творчою активністю, особливо у сфері генерації нових ідей і нестандартних рішень.

Негативний зв'язок «прагнення до домінування» з індексом типовості ($r = -0,187$; $p = 0,010$) підтверджує тенденцію до зменшення стереотипності мислення, що узгоджується з даними щодо домінантності як загальної особистісної риси.

Особливої уваги заслуговують інтегральні показники креативності, які відображають узагальнену здатність до творчого мислення. Інтегральний показник «Оригінальність» має позитивні кореляції як з домінантністю ($r =$

0,218; $p = 0,002$), так і з прагненням до домінування ($r = 0,191$; $p = 0,008$).

Аналогічна закономірність простежується і щодо інтегрального показника «Оригінальність + пластичність» ($r = 0,186$; $p = 0,010$ та $r = 0,193$; $p = 0,007$): поєднання творчої новизни та когнітивної гнучкості тісно пов'язане з активною, впливовою позицією особистості у міжособистісних стосунках.

Отримані результати дозволяють нам припустити, що ознаки домінантності як властивості особистості в групі переселенців мають амбівалентні прояви у процесі адаптації. З одного боку, прагнення до домінування може корелювати з вираженою креативністю, що є значимим внутрішнім ресурсом особистості у разі необхідності долати будь-які життєві виклики. З іншого боку, надмірне застрягання на бажанні все контролювати та постійно впливати на інших людей, як підкреслюють і К. Роджерс та М. Даймонд, може суттєво погіршувати становлення гармонійних стосунків.

Оскільки відчуття приналежності до нової спільноти базується на системі уявлень про інших людей нами була проведена ця частина дослідження. За допомогою авторської методики нами було досліджено особливості уявлення переселенців з низьким та високим рівнем адаптації (за методикою СПА) про інших людей.

Таблиця 3.13.

Уявлення переселенців з низьким рівнем адаптації про інших людей

Оцінні шкали	Оцінка іншої людини					
	антиідеальна		реальна		ідеальна	
	М Серед не	V Коефіціє нт варіації	М Серед не	V Коефіціє нт варіації	М Серед не	V Коефіціє нт варіації
Недиференційо ване враження	-2,34	±0,14	-0,3	±0,099	1,96	±0,4

Моральні якості особистості	-3	$\pm 0,17$	-0,25	$\pm 0,13$	1,64	$\pm 0,23$
Інтелектуальні якості особистості	-2,06	$\pm 0,4$	-0,06	$\pm 0,14$	1,98	$\pm 0,5$
Вольові якості особистості	-2,20	$\pm 0,13$	-0,5	$\pm 1,1$	1,61	$\pm 0,19$
Індивідуально-стильові якості особистості	-1,50	$\pm 0,23$	-0,07	$\pm 0,15$	1,20	$\pm 0,27$

Наведена таблиця 3.13 відображає уявлення переселенців з низьким рівнем адаптації про інших людей, сформовані на основі методики семантичного диференціала. Оцінювання здійснювалося за біполярними шкалами (від -3 до $+3$), які репрезентують протилежні особистісні характеристики (наприклад, «ідейний – безідейний», «розумний – дурний», «чуйний – черствий» тощо).

Нами розглядалися три образи: антиідеальна, реальна та ідеальна людина, що створює умови для вивчення особливостей соціальної перцепції та ціннісної сфери переселенців.

Сукупність використаних оцінних шкал охоплює ключові блоки особистісних рис:

- моральні якості (чесність, доброзичливість, чуйність, захопленість);
- інтелектуальні якості (розум, кмітливість, тямущість, допитливість);
- вольові характеристики (наполегливість, вольовитість, стриманість, працелюбність);
- індивідуально-стильові особливості (відкритість, життєрадісність, зібраність, посидючість);
- узагальнене, недиференційоване враження про людину загалом.

Такий підхід сприяє оцінюванню континуальності уявлень та виявленню гетерогенності соціального сприймання.

Проаналізуємо уявлення переселенців з низьким рівнем адаптації про антиідеальну людину.

За всіма блоками характеристик антиідеальний образ отримує чітко негативні середні значення.

Найбільш виражена негативна оцінка спостерігається щодо моральних якостей особистості ($M = -3$; $V = \pm 0,17$), що дозволяє припустити існування різко критичного та емоційно забарвленого ставлення до аморальних проявів.

Крім того, негативно оцінюються вольові ($M = -2,20$) та інтелектуальні якості ($M = -2,06$). Така тенденція може свідчити про сприймання переселенцями антиідеальної людини як слабкої, неорганізованої або інтелектуально нерозвиненою.

Відносно менше, але все ж негативне значення мають індивідуально-стильові якості ($M = -1,50$), що може свідчити про дещо нижчу значущість зовнішньо-поведінкових особливостей порівняно з моральними та вольовими рисами.

Низькі коефіцієнти варіації за основними шкалами можна розглядати як показники гомогенності уявлень переселенців про негативний образ людини.

Узагальнюючи уявлення в емпіричній групі переселенців з низьким рівнем адаптації про реальну людину можна констатувати таке.

Образ реальної людини наповнюється нейтральними або помірно-негативними ознаками.

Середні значення розташовані в межах від $-0,06$ до $-0,5$, що може свідчити про невиразність або слабку диференційованість соціальної перцепції.

Найбільш критично переселенці оцінюють вольові якості особистості ($M = -0,5$), причому високий коефіцієнт варіації ($V = \pm 1,1$) свідчить про значну гетерогенність в оцінках.

Отримані дані можуть підтверджувати внутрішню дискордантність соціальних уявлень, на яку можуть впливати дезадаптаційні прояви особистості, генералізована тривожність або недовіра до соціуму. Реальні люди сприймаються та оцінюються переселенцями як недостатньо надійні, такі, що не завжди відповідають соціальним експектаціям або ціннісним установкам.

Уявлення переселенців з низьким рівнем адаптації про ідеальну людину містять наступні характеристики.

Образ ідеальної людини отримує стійко позитивні оцінки за всіма групами якостей.

Середні показники отримали інтелектуальні якості ($M = 1,98$) та перше недиференційоване враження про людину ($M = 1,96$), що підтверджує існування уявлень про ідеал людини як розумної, кмітливої та в цілому приємної особистості.

Високо оцінюються переселенцями також моральні якості ($M = 1,64$) та вольові характеристики ідеальної людини ($M = 1,61$). Такі оцінки доводять значення чесності, доброзичливості, цілеспрямованості та самоконтролю в структурі образу ідеальної людини.

Порівняно нижчі, але все ж позитивні показники індивідуально-стильових якостей ($M = 1,20$) свідчать про їх допоміжну роль у формуванні ідеалу. Помірні значення коефіцієнта варіації вказують на відносну узгодженість уявлень про бажані риси особистості.

Отже, результати таблиці 3.13 свідчать про поляризованість уявлень переселенців з низьким рівнем адаптації: антиідеальний образ є різко негативним, ідеальний – чітко позитивним, тоді як образ реальної людини залишається нечітким і емоційно зниженим.

Ми вважаємо, що виділена побудова соціальної перцепції може розглядатися як маркер психофізіологічного напруження, фрустрації та проблем в процесі інтегрування в новий соціум, що притаманне дезадаптованим особам. Виявлена розбіжність між ідеальними очікуваннями

та реальним досвідом взаємодії з людьми може провокувати значні бар'єри для становлення надійних стосунків.

Таблиця 3.14 відображає уявлення переселенців з високим рівнем адаптації про інших людей

Таблиця 3.14.

Уявлення переселенців з високим рівнем адаптації про інших людей

Оцінні шкали	Оцінка іншої людини					
	антиідеальна				антиідеальна	
	М Середнє	V Коефіцієнт варіації	М Середнє	V Коефіцієнт варіації	М Середнє	V Коефіцієнт варіації
Недиференційоване враження	-1,37	±0,24	0,15	±0,19	2,57	±0,27
Моральні якості особистості	-1,21	±0,21	0,5	±0,17	2,70	±0,25
Інтелектуальні якості особистості	-1,06	±0,25	0,7	±0,13	2,89	±0,4
Вольові якості особистості	-0,76	±0,16	0,8	±0,10	2,73	±0,21
Індивідуально стильові якості особистості	-0,68	±0,33	0,4	±0,16	2,25	±0,28

Примітка: М – середнє значення; V - коефіцієнт варіації

У таблиці 3.14 надано результати емпіричного дослідження уявлень переселенців з високим рівнем адаптації про інших людей за ключовими ознаками.

Отримані результати дозволяють говорити про те, що в групі переселенців з високою адаптованістю система соціальних уявлень структурована та емоційно збалансована. Вони здатні диференціювати риси негативної та позитивно особистості іншого, що можна вважати однією з ознак сформованої соціальної перцепції, когнітивної чіткості.

Ми можемо констатувати, що загалом простежується така закономірність:

- антиідеальний образ іншої людини отримує негативні середні оцінки;
- позитивний (ідеалізований) образ – виразно позитивні значення;
- низькі або помірні коефіцієнти варіації можуть вказувати на гомогенність групових уявлень.

Аналіз даних за окремими шкалами дозволив констатувати наступні закономірності

1. Недиференційоване враження

Антиідеальний образ характеризується виразно негативною оцінкою ($M = -1,37$), що відображає загальне емоційне неприйняття іншої людини без деталізації її рис.

Водночас позитивний образ отримує високий бал ($M = 2,57$), що свідчить про сформоване позитивне базове ставлення до соціального оточення.

Низький коефіцієнт варіації вказує на узгодженість суджень у групі.

Отже, переселенці зі сформованою адаптацією чітко диференціюють емоційно негативні та позитивні соціальні образи оточуючих людей.

2. Моральні якості особистості.

Негативний прояв ($M = -1,21$) діагностованої ознаки розкриває тенденцію до засудження асоціальних або аморальних рис та вчинків, причому поляризація з позитивним проявом є дуже виразною - ($M = 2,70$). Такі результати переконливо підтверджують спрямованість ціннісної сфери високоадаптованих переселенців на дотримання морально-етичних норм, та соціально відповідальну поведінку.

Отже, можна констатувати особливу роль позитивного морального вибору в оцінюванні інших для осіб із внутрішньо стійкою системою цінностей.

3. Інтелектуальні якості особистості

Антиідеальний образ має негативне значення ($M = -1,06$), а позитивний – є одним з найвищих у даній емпіричній вибірці ($M = 2,89$). За даними коефіцієнту варіації група є гетерогенною.

Отже, інтелектуальні здібності інтерпретуються в емпіричній групі переселенців як важлива, але багатовимірна ознака, яка оцінюється з опорою на індивідуальний досвід.

4. Вольові якості особистості.

Зафіксована тенденція до слабкої виразності негативного оцінювання антиідеального образу ($M = -0,76$) в поєднанні з високим позитивним значенням ($M = 2,73$). Ми можемо зробити висновок про більш толерантне ставлення до проявів слабкості волі конкретних людей та одночасно високу підтримку цілеспрямованості, наполегливості та здатності контролювати свої дії та висловлювання.

Отже, для переселенців вольові якості є важливими, але не жорсткими критеріями оцінювання іншої людини.

5. Індивідуально-стильові якості особистості

Найменш негативна оцінка антиідеального образу ($M = -0,68$) і водночас найнижчий позитивний показник ($M = 2,25$) серед усіх шкал. Це свідчить про прийняття індивідуальних відмінностей, стилю поведінки та самовираження.

На підставі отриманих фактів констатуємо, що:

- високоадаптовані переселенці є гнучкими та толерантними до різноманітності особистісних стилів, демонстрованих іншими людьми.
- високоадаптовані переселенці демонструють ознаки зрілої системи уявлень про інших людей;

- домінує позитивна соціальна установка, поєднана зі здатністю до критичного оцінювання;
- найвищу значущість у соціальній перцепції мають моральні, інтелектуальні та вольові якості;
- фіксується толерантність до прояву оточуючими людьми індивідуальних відмінностей, що можна вважати основою соціальної інтеграції;
- низькі та помірні коефіцієнти варіації свідчать про психологічну стабільність та гомогенність групових ознак.

Отже, високий рівень адаптації переселенців реалізується на фоні позитивного, реалістичного та ціннісно зрілого сприйняття інших людей, що можна розглядати як значимий показник успішності їх соціальної взаємодії.

Адаптація переселенців до нового соціального простору спирається на взаємодію особистісних характеристик, соціальних обставин та соціально-перцептивних механізмів. Важлива роль в цьому процесі належить становленню відчуття належності до нової спільноти. Воно ґрунтується на адекватному сприйнятті та переробці соціальних сигналів та експектацій у міжособистісній взаємодії та формуванні власної позиції щодо нового соціального середовища. У такому контексті соціальна фрустрованість і креативність можна розглядати як взаємопов'язані складові соціально-перцептивного чинника адаптації переселенців.

Соціальна фрустрованість розвивається як результат дизбалансу потреб у соціальному прийнятті, підтримці і визнанні та реальних можливостей їх задоволення в нових умовах життя. В групі переселенців цей стан є виразним, оскільки визначається руйнацією звичних, старих соціальних зв'язків, втратою сформованого роками статусу та актуальною потребою переосмислення своєї суб'єктності в новому соціальному дискурсі. На рівні соціальної перцепції фрустрованість набуває ознак високої сензитивності щодо оцінок з боку оточення, схильності надавати негативної інтерпретації

нейтральним або неоднозначним соціальним сигналам, що ускладнює процес становлення соціальної приналежності.

Отримані емпіричні дані доводять, що соціальна фрустрованість перебуває в чітко оберненому зв'язку з рівнем соціально-психологічної адаптованості переселенців. На початкових етапах адаптації найбільш уразливими виявляються сфери міжособистісних стосунків та соціального статусу, які безпосередньо впливають на становлення відчуття належності до нової спільноти. Високий рівень адаптації поєднується зі зменшенням інтенсивності фрустраційних переживань, зростанням задоволеності своїми новими соціальними ролями та прийняттям нового оточення. Такі ознаки можна розглядати як маркери ефективного функціонування соціально-перцептивних механізмів адаптації.

Одночасно, соціальну фрустрованість не варто оцінювати виключно як деструктивну характеристику. На фоні розвиненого адаптаційного ресурсу вона може мати індикативну й спонукальну функції, стимулювати пошукову активність соціальної взаємодії та інтеграції. У такому ракурсі значимим ресурсом може виступати, яка буде допомагати долати фрустраційні стани та продуктивно переосмислювати соціальний досвід переселенців.

Результати проведеного кореляційного аналізу підтверджують особливу роль соціальної фрустрованості, яка може негативно позначатися на розвитку креативності переселенців. У процесі поступового розвитку відчуття належності до нового середовища креативність як здатність особливості до нестандартного мислення, когнітивної гнучкості та пошуку альтернативних рішень може брати на себе адаптаційно-ресурсну функцію. Натомість збільшення ознак соціальної незадоволеності фіксує стереотипові способи мислення. Це може ускладнювати процес входження переселенців у нове середовище та знижувати ефективність процесу адаптації до нього.

Виявлено, що у контексті адаптаційного процесу домінантні риси переселенців мають амбівалентний характер. З одного боку, прагнення до домінування виступає важливим внутрішнім ресурсом подолання нових

соціальних і життєвих викликів, оскільки асоціюються з підвищеним рівнем креативності. Але, надмірна фіксація на бажанні контролювати всі події свого життя може перешкоджати формуванню гармонійних міжособистісних відносин та гальмувати формування відчуття соціальної належності.

Узагальнення отриманих емпіричних даних дає змогу констатувати: переселенці з високим рівнем адаптованості характеризуються сформованою та диференційованою системою уявлень про інших людей; для них є типовою перевага позитивної соціальної установки, поєднаної зі здатністю до рефлексивного й критичного осмислення; у структурі соціальної перцепції провідне місце посідають моральні, інтелектуальні та вольові характеристики особистості; виявляється толерантне ставлення до індивідуальних відмінностей, що слугує важливим ресурсом соціальної інтеграції; – низькі та помірні показники варіативності свідчать про психологічну врівноваженість і узгодженість групових уявлень.

3.5. Методичні рекомендації з розвитку соціально-перцептивних чинників ефективності адаптації переселенців у новому середовищі

Теоретико-емпіричне дослідження соціально-перцептивних чинників ефективності адаптації переселенців у новому середовищі дозволило нам виділити 3 основні компоненти соціально-перцептивних чинників:

1. навички емпатійної комунікації;
2. толерантність до культурних відмінностей
3. відчуття приналежності до нової спільноти

Розглянемо основні блоки корекційної роботи.

1. Розвиток навичок емпатійної комунікації

Мета: формування емпатійних навичок в процесі комунікації, здатності ефективно взаємодіяти в новому середовищі.

На цьому етапі корекційних впливів на розвиток навичок емпатійної комунікації ми рекомендуємо:

- проводити тренінги з розвитку емпатійних навичок, активізувати вміння слухати оточуючих в процесі взаємодії, відзеркалювати почуття співбесідників.
- Впроваджувати в корекційні заходи спеціальні вправи, спрямовані на відтворення стереотипових проблем у комунікації переселенців.
- Стимулювати розвиток інтуїтивно-емоційного каналу емпатії через впровадження психотехнічних вправ, спрямованих на рефлексію своїх переживань.
- Формувати у переселенців навички неагресивної взаємодії, з елементами «Я-повідомлень», довіру до найближчого оточення.

Реалізація цих задач буде сприяти підвищенню якості міжособистісної взаємодії, зменшенню соціального напруження, навчати учасників тренінгу приймати оточуючих та знаходити спільну мову з представниками своєї громади [31].

2. Формування толерантності до культурних відмінностей.

Мета: формувати навички позитивного сприймання соціокультурних відмінностей, знімати упередженість в процесі спілкування з представниками інших культур.

На даному етапі тренінгової роботи ми рекомендуємо:

- Активно використовувати формат світніх заходів, спрямованих на популяризацію історії розвитку, традицій приймаючої громади.
- Впроваджувати групові дискусії та психотехнічні вправи рефлексивного змісту, спрямовані на усвідомлення власних стійких соціальних стереотипів та емоцій.
- Використовуючи елементи соціально-перцептивного тренінгу, розвивати у його учасників навички розуміння ситуації з позиції іншої людини.

- Стимулювати участь переселенців у національно-культурних заходах приймаючої громади для розвитку позитивної міжгрупової взаємодії.

По завершенню цього етапу роботи прогнозується зменшення соціального дистанціювання, готовність сприймати та приймати нові соціальні норми, посилення внутрішньої готовності та бажання активно інтегруватися у багатокультурне середовище [126].

3. Розвиток відчуття приналежності до нової спільноти.

Мета: активізувати відчуття власної включеності, своєї соціальної значущості для приймаючої громади та сприймання соціального простору як безпечного та доброзичливого для себе.

На даному етапі ми рекомендуємо:

- Створювати на постійній основі контактні групи, в яких учасники могли б розповідати про свій досвід адаптації, отримувати або надавати іншим емоційну підтримку.
- Застосовувати психотехнічні вправи на розвиток соціальної ідентифікацію, усвідомлення єдності ціннісної сфери, мети з членами приймаючої громади.
- Сприяти активній участі переселенців у волонтерстві та інших громадських ініціативах з метою розвитку їх самоповаги та суб'єктності.
- Підвищувати будь-які ознаки внутрішньої відповідальності, стимулювати особистісні внески переселенців у процес своєї адаптації.

Після впровадження такої роботи має посилитися усвідомлення своєї просоціальної включеності, зменшення ізольованості, загальна стабілізація результатів адаптації.

Отже, розвиток соціально-перцептивних чинників ефективної адаптації переселенців необхідно реалізовувати комплексно, включаючи елементи становлення навичок емпатійної взаємодії, толерантності до культурних традицій та відмінностей, поступове формуванням усвідомлення своєї

приналежності до нової громади. Така формувально-просвітницька робота з переселенцями буде допомагати не тільки продуктивному входженню в новий соціум, але й формувати психологічну стійкість, просоціальну активність та стимулювати у них адаптаційні здібності.

Розглянемо систему конкретних психотехнічних вправ, спрямованих на розвиток соціально-перцептивних чинників ефективної адаптації переселенців у новому середовищі [2, 7, 21].

I. Вправи з розвитку навичок емпатійної комунікації

1. Вправа «Емоційне дзеркало»

Мета: розвиток здатності розпізнавати та відображати емоційні стани іншого.

Процедура проведення вправи: учасники працюють у парах. Один протягом 2–3 хвилин розповідає про ситуацію, пов'язану з адаптаційними труднощами. Інший не дає порад, а лише віддзеркалює почуття («Я чую, що тобі зараз тривожно...», «Схоже, ти відчуваєш розгубленість»).

Обговорення: що було легко/складно, чи виникло відчуття зрозумілості.

Передбачуваний ефект від вправи: підвищення емоційної чутливості, зниження напруження у спілкуванні.

2. Вправа «Активне слухання без порад»

Мета: формування навичок емпатійного слухання.

Процедура проведення вправи: один учасник ділиться переживаннями, другий слухає, використовуючи лише уточнення, перефразування та підтримувальні репліки. Заборонено оцінювати, давати поради чи порівнювати.

Передбачуваний ефект від вправи: розвиток довіри, відчуття психологічної безпеки.

3. Вправа «Я-повідомлення»

Мета: навчити конструктивно виражати емоції без звинувачень.

Процедура проведення вправи: Учасникам пропонується трансформувати конфліктні висловлювання («Ви мене не розумієте») у «Я-

повідомлення» («Я відчуваю розгубленість, коли мене не чують»).

Передбачуваний ефект від вправи: зменшення конфліктності, підвищення комунікативної компетентності.

II. Вправи з розвитку толерантності до культурних відмінностей

4. Вправа «Мій культурний багаж»

Мета: усвідомлення власних культурних норм і цінностей.

Процедура проведення вправи: учасники індивідуально записують звички, традиції, правила спілкування, важливі для них. У групі обговорюється, що з цього допомагає, а що ускладнює адаптацію.

Передбачуваний ефект від вправи: зниження жорстких установок, підвищення рефлексії.

5. Вправа «Зміна перспективи»

Мета: розвиток здатності бачити ситуацію з позиції іншого.

Процедура проведення вправи: Учасникам пропонується конфліктна або напружена соціальна ситуація. Кожен має описати її з позиції місцевого мешканця, представника іншої культури, соціальної служби тощо.

Передбачуваний ефект від вправи: зниження упередженості, розвиток соціального інтелекту.

6. Вправа «Стереотип і реальність»

Мета: усвідомлення та корекція соціальних стереотипів.

Процедура проведення вправи: група складає список поширених уявлень про «своїх» і «чужих». Далі обговорюється, які з них не підтверджуються реальним досвідом.

Передбачуваний ефект від вправи: формування толерантності та відкритості до нового середовища.

III. Вправи з формування відчуття приналежності до нової спільноти

7. Вправа «Карта соціальних зв'язків»

Мета: усвідомлення наявних і потенційних ресурсів підтримки.

Процедура проведення вправи: учасники малюють схему свого

соціального оточення в новому середовищі (родина, знайомі, організації, групи підтримки).

Передбачуваний ефект від вправи: зниження відчуття ізольованості, активація соціальних ресурсів.

8. Вправа «Ми – разом»

Мета: формування групової ідентичності.

Процедура проведення вправи: група формулює спільні труднощі, цінності та цілі. Створюється символ групи (назва, слоган, образ).

Передбачуваний ефект від вправи: посилення почуття згуртованості та прийняття.

9. Вправа «Мій внесок у спільноту»

Мета: розвиток почуття соціальної значущості.

Процедура проведення вправи: кожен учасник відповідає на питання: «Чим я можу бути корисним у новій спільноті?» та презентує свій ресурс групі.

Передбачуваний ефект від вправи: підвищення самоцінності, інтернальності та адаптаційної впевненості.

10. Вправа «Майбутнє тут»

Мета: формування перспективи та стабільності.

Процедура проведення вправи: учасники створюють короткий опис свого життя в новому середовищі через 6–12 місяців, з акцентом на соціальні зв'язки.

Передбачуваний ефект від вправи: зниження тривоги, посилення мотивації до інтеграції.

Висновки до третього розділу

1. Укладено трифакторні моделі особистості переселенців з високим та низьким рівнями адаптації.

Трифакторна модель особистості переселенців із високим рівнем адаптації відображає інтегровану психологічну систему, у межах якої

узгоджено функціонують особистісна стійкість, емоційна врівноваженість і конструктивне самосприйняття; переживання психологічного благополуччя, сформована соціальна зрілість та наявність сенсожиттєвих орієнтацій; внутрішній локус контролю, свідоме ставлення до життєвих подій і розвинені механізми саморегуляції. Саме така узгодженість особистісних параметрів забезпечує високий рівень ефективності соціальної адаптації переселенців у новому соціокультурному контексті та може бути використана як референтна модель адаптаційної спроможності в подальших теоретичних і емпіричних розвідках.

Трифакторна модель особистості переселенців з низьким рівнем адаптації засвідчує дезінтегрований характер особистісної організації, що проявляється у внутрішній розірваності, амбівалентності самооцінних уявлень і перевазі психологічних захистів над усвідомленими регуляторними процесами. Для цієї групи типовими є нестійка та поляризована Я-концепція, невідповідність між проголошеними життєвими намірами й реальним розподілом відповідальності, а також домінування зовнішнього локусу контролю, проєктивних способів реагування та підвищеної конфліктності у взаємодії з соціальним оточенням.

Соціально-психологічна адаптація переселенців тісно пов'язана з рівнем соціальної конгруентності, яка виступає не лише наслідком адаптації, а й її внутрішнім механізмом. Найбільш гармонійний рівень соціальної конгруентності спостерігається у переселенців із середнім рівнем адаптованості, тоді як високий рівень адаптації супроводжується більш складною, напруженою, але зрілою формою соціальної конгруентності. Проведене емпіричне дослідження доводить складний статус соціальної конгруентності, успішна адаптація може супроводжуватися низькими формальними показниками конгруентності, якщо компенсуються іншими соціально-психологічними ресурсами особистості.

2. Вимушене переселення є не тільки джерелом складного психосоціального досвіду, але й чинником, який провокує руйнацію

сформованих попередніх соціальних зв'язків, різку зміну умов проживання, традиційної рольової поведінки та існуючої системи цінностей. Все це значною мірою негативно впливає на дезадаптивні прояви. Тому особливої дослідницької уваги потребує розгляд різних аспектів соціально-перцептивних чинників, завдяки яким адаптація переселенців до умов нового соціуму буде успішною. До них віднесено: толерантність до культурних відмінностей, навички емпатійної комунікації та відчуття приналежності до нової спільноти.

3. Загальний показник комунікативної інтолерантності в групі переселенців знаходиться на середньому рівні ($M = 41,06$ бала) та відповідає помірно вираженим інтолерантним тенденціям в процесі комунікації. Ці ознаки є парціальними, але можуть негативно впливати на оорганізацію процесу спілкування в стресогенних та напружених обставинах.

Стандартне відхилення ($SD = 15,19$) та коефіцієнт варіації ($V = \pm 0,38$) свідчать про гетерогенність вибірки за ознаками інтолерантності.

На рівні окремих шкал найбільш високі середні значення зафіксовано за показниками «перевиховання інших» ($M = 5,59$) та «консерватизм у судженнях» ($M = 5,21$), що відповідає середньо-високому рівню прояву інтолерантності. Ці шкали також характеризуються відносно високими стандартними відхиленнями, що свідчить про різноспрямованість поведінкових стратегій у межах вибірки.

Показники за шкалами «непрощення» ($M = 4,91$), «неприховування ставлення» ($M = 4,92$) та «неприйняття індивідуальності іншого» ($M = 4,71$) перебувають у межах середнього рівня, що вказує на ситуативний характер відповідних інтолерантних проявів, які активізуються за умов емоційного напруження або міжособистісного конфлікту.

Найнижчий середній показник отримано за шкалою «нетерпимість до дискомфорту» ($M = 3,41$), що відповідає низько-середньому рівню. Це свідчить про відносно збережену здатність респондентів витримувати

психологічні та фізичні незручності у взаємодії з іншими, що може розглядатися як адаптаційний ресурс у ситуації вимушеного переселення.

Інтегральний показник соціокультурної толерантності ($M = 34,17$) розкриває тенденцію до високого рівня сформованості. Невисоке стандартне відхилення ($SD = 4,79$) та низький коефіцієнт варіації ($V = \pm 0,16$) свідчать про гомогенність вибірки та стійкість толерантних установок.

Структурно у складі соціокультурної толерантності констатовано найвищі показники емпатії ($M = 14,87$), що дозволяє говорити про сформовану здатність до емоційної взаємодії з оточуючими. Поваги до інших людей ($M = 10,86$) також констатована на середньому рівні з тенденцією до збільшення, що розкриває спрямованість переселенців на прийняття соціального й культурного різноманіття у нових громадах.

Укладено узагальнений психологічний портрет особистості соціокультурно толерантного та комунікативно інтолерантного переселенця за критеріями когнітивної сфери (фактор інтелекту), емоційної стабільності, міжособистісної довіри та соціальної проникливості, самооцінки та внутрішньої відповідальності та рівня напруження та тривожності.

Соціокультурно толерантні переселенці характеризуються підвищеним рівнем інтелектуального розвитку ($M = 7,1$). За цим показником ($V = \pm 0,16$) група є гомогенною. Розвинені ресурси когнітивної сфери лежать в основі пластичності мислення, здатність аналізувати соціальні ситуації та нову інформацію. У комунікативно інтолерантних переселенців, навпаки, констатовано середній показник інтелекту ($M = 6,0$). Це може накладати обмеження на активізацію когнітивної рефлексії та гальмувати адаптаційні процеси.

Констатовано високий рівень розвитку емоційної стійкості як характеристики соціокультурно толерантного профілю особистості ($M = 8,0$). Високий рівень підтверджує сформованість процесів саморегуляції емоційних станів, нервово-психічної стійкості як показників продуктивної переселенців.

У комунікативно інтолерантних переселенців діагностовано знижений

рівень емоційної стабільності ($M = 6,1$), що в поведінці можна інтерпретувати як виражену емоційну лабільність, імпульсивність та високу реактивність у стресових ситуаціях.

Соціокультурно толерантні переселенці є довірливими ($M = 3,9$), поєднують в собі збалансовані прояви відкритості до людей та критичності в соміжособистісних контактах. Проникливість в групі соціокультурно толерантних переселенців ($M = 5,8$) досягає середнього рівня та розкриває можливості розуміти мотиви поведінки та емоційні стани інших людей.

В групі комунікативно інтолерантних переселенців діагностовані ознаки підвищеної підозрілості ($M = 5,4$) та наївності ($M = 6,9$). Такі дані можна інтерпретувати як суперечливість їх соціальної перцепції, що проявляється поєднанням недовіри до людей зі слабкою критичністю в інтерпретації соціальних ситуацій.

Самооцінка соціокультурно толерантних переселенців є стабільною та адекватною ($M = 5,9$). Вони упевнені в собі, здатні брати на себе відповідальність за свої вчинки, але без зайвого самозвинувачення.

Комунікативно інтолерантні переселенці схильні до переживання почуття провини ($M = 9,0$), що можна вважати маркером внутрішнього напруження, зниження захисних механізмів та схильності до негативної рефлексії.

Соціокультурно толерантні переселенці мають низькі рівні психічного напруження ($M = 4,4$) та тривожністю ($M = 5,0$), що лежить в основі лабільної поведінки, збалансованості емоційної сфери та ефективної взаємодії з оточуючими. Комунікативно інтолерантні переселенці мають підвищений рівень психічного напруження ($M = 5,9$) та тривожності ($M = 7,0$). Ці показники можна вважати діагностичними ознаками хронічної емоційної напруженості та схильності до неадаптивних комунікативних стратегій як форми захисту.

4. Емпіричне дослідження соціально-перцептивного чинника навичок емпатійної комунікації переселенців як соціально- перцептивного чинника адаптації у новому середовищі показало наступне.

Показник емпатії щодо батьків має позитивний статистично значущий зв'язок із інтуїтивним каналом емпатії ($r = 0,358$; $p \leq 0,01$): здатність переселенців до співпереживання найближчим значущим особам значною мірою ґрунтується на інтуїтивному розумінні емоційних станів, а не лише на раціональному аналізі. Така емпатія має глибинний, довірливий характер і пов'язана з емоційною близькістю.

Виявлено негативний кореляційний зв'язок між емпатією до незнайомих осіб та інтуїтивним каналом емпатії ($r = -0,301$; $p \leq 0,05$): в умовах вимушеного переселення інтуїтивна чутливість переселенців не завжди поширюється на соціально дистантні об'єкти, що, ймовірно, пов'язано з підвищеною настороженістю, недовірою або захисними стратегіями у взаємодії з незнайомим соціальним середовищем.

Показник емпатії до тварин має позитивний зв'язок із емоційним каналом емпатії ($r = 0,316$; $p \leq 0,05$). Це вказує на те, що співпереживання тваринам ґрунтується переважно на безпосередньому емоційному відгуку, не ускладненому соціальними очікуваннями чи когнітивною оцінкою. Такий тип емпатії часто пов'язаний із загальною емоційною чутливістю та здатністю до безумовного співчуття.

Найбільш виражений кореляційний зв'язок у таблиці зафіксовано між емпатією до людей похилого віку та емоційним каналом емпатії ($r = 0,459$; $p \leq 0,01$). Це свідчить про те, що співпереживання цій соціальній групі значною мірою детерміноване емоційною включеністю, здатністю до співчуття та співпереживання вразливим категоріям населення, що є важливим показником гуманістичної спрямованості особистості.

Констатовано зв'язок різних об'єктів полікомунікативної емпатії з каналами емпатійного реагування: найбільш значущими є інтуїтивний та

емоційний канали, емпатія до соціально віддалених осіб поєднується зі зниженням інтуїтивного каналу.

Встановлено зв'язки емпатії з показниками емоційного інтелекту у групі переселенців. Більшість кореляцій є негативними, що доводить особливу взаємодію здатності до співпереживання та навичок емоційної регуляції. Ці зв'язки обумовлені адаптаційним стресом, емоційним вигоранням та звичкою застосовувати захисні стратегії, які тимчасово зменшують силу емпатійного реагування.

Показник емоційної обізнаності має негативний кореляційний зв'язок з установками на емпатію ($r = -0,312$; $p \leq 0,05$) та виражений позитивний зв'язок із загальним рівнем емпатії ($r = 0,506$; $p \leq 0,01$): здатність усвідомлювати власні емоційні стани підвищує загальну емпатійну чутливість, водночас знижуючи залежність від стереотипних або зовнішньо заданих емпатійних установок.

Управління емоціями демонструє негативні кореляції з установками на емпатію ($r = -0,321$; $p \leq 0,05$), емоційним каналом емпатії ($r = -0,498$; $p \leq 0,01$) та загальним рівнем емпатії ($r = -0,314$; $p \leq 0,05$): в умовах високої емоційної напруги здатність контролювати власні переживання може супроводжуватися зменшенням спонтанного емоційного відгуку на переживання інших, що є адаптивною, але обмежувальною стратегією.

Самомотивація негативно пов'язана з емоційним каналом емпатії ($r = -0,316$; $p \leq 0,05$): концентрація респондентів на досягненні поставлених цілей і активізація внутрішніх ресурсів знижує виразність емоційного співпереживання, що посилюється в умовах переживання хронічного стресу.

Емпатійний компонент емоційного інтелекту має негативний кореляційний зв'язок з інтуїтивним каналом емпатії ($r = -0,334$; $p \leq 0,05$). Це може вказувати на певну дисоціацію між усвідомленою, когнітивно контрольованою емпатією та інтуїтивними формами емоційного реагування, які в умовах адаптаційної напруги можуть пригнічуватися.

Показник розпізнавання емоцій оточення негативно корелює з інтуїтивним каналом емпатії ($r = -0,343$; $p \leq 0,05$) та установками на емпатію ($r = -0,342$; $p \leq 0,05$): когнітивне розпізнавання емоцій у переселенців може супроводжуватися зниженням емоційної залученості, що є проявом раціоналізації емоційного досвіду.

Інтегральний показник емоційного інтелекту (ПІЕІ) має негативні зв'язки з установками на емпатію ($r = -0,315$; $p \leq 0,05$) та емоційним каналом емпатії ($r = -0,323$; $p \leq 0,05$), а також позитивний зв'язок з ідентифікацією ($r = 0,289$; $p \leq 0,05$). Це вказує на те, що загальна емоційна компетентність у переселенців більше пов'язана зі здатністю до усвідомленого прийняття перспективи іншого, ніж зі спонтанною емоційною реакцією.

5. Емпіричне дослідження соціально-перцептивного чинника відчуття приналежності до нової спільноти показало наступне: соціальна фрустрованість і креативність розглядаються як взаємопов'язані елементи соціально-перцептивного чинника адаптації переселенців.

Загальний показник соціальної фрустрованості у групах переселенців із низьким та середнім рівнем адаптації є ідентичним ($M = 2,53$), що на початкових етапах адаптації проявляється як підвищене відчуття соціальної незадоволеності та напруженості. В групі переселенців з високим рівнем адаптації констатується зниження інтегрального показника соціальної фрустрованості ($M = 2,19$). Вони здатні ефективніше долати соціальні проблеми та поступово відновлювати переживання соціального благополуччя.

Задоволеність міжособистісними відносинами має тенденцію до зменшення ознак соціальної фрустрованості при збільшенні рівня адаптації. У групі переселенців з низьким рівнем адаптації констатовано найвищий рівень фрустрації ($M = 3,07$), що можна інтерпретувати як брак емоційної підтримки та проблеми у створенні нових соціальних контактів. У групі переселенців з високим рівнем адаптації цей показник зменшується ($M = 2,80$), що є ознакою становлення відчуття приналежності до нової групи.

Значущі відмінності між групами констатуються за показником задоволеності своїм соціальним статусом. У групі високоадаптованих переселенців фрустрованість є найнижчою ($M = 2,04$), що можна розглядати як відновлення розуміння своєї соціальної значущості та сформованості соціальної позиції у новому середовищі. У групах з низьким та середнім рівнем адаптації фіксується незадоволеність своїм статусом, чку можна вважати дезадаптивним чинником.

Діагностичні показники задоволеності суспільством також підтверджують зменшення соціальної фрустрованості у групі високоадаптованих переселенців ($M = 1,80$). Можна припустити, що в них зростає довіри до соціальних інститутів, розвинена готовність приймати існуючі в приймаючій громаді норми та правила. У групах переселенців із низьким та середнім рівнем адаптації ці показники є більш виразними, що можна вважати діагностичною ознакою збереження відчуженого ставлення до соціуму загалом.

Найвищий рівень фрустрованості у сфері задоволеності собою констатовано в групі переселенців із середнім рівнем адаптації ($M = 2,91$). Це можна розглядати як кризовий етап переоцінки своєї ідентичності та життєвих цінностей. У групі високоадаптованих переселенців фіксується зниження фрустрованості у сфері задоволеності собою ($M = 2,60$), що доводить позитивне самоставлення та самоприйняття.

Аналіз зв'язку соціальної фрустрованості з індексами креативності показав наступне.

Індекс унікальності має слабкі, але статистично значущі негативні кореляції із загальною соціальною фрустрованістю ($r = -0,184$; $p = 0,012$), задоволеністю освітою ($r = -0,146$; $p = 0,044$) та особливо із задоволеністю власним соціальним статусом ($r = -0,203$; $p = 0,006$): відчуття соціальної незадоволеності знижує здатність переселенців продукувати нестандартні, оригінальні ідеї, які є важливим механізмом адаптації в нових умовах.

На відміну від цього, індекс типовості демонструє позитивні кореляційні зв'язки з усіма шкалами соціальної фрустрованості (r від 0,149 до 0,272 при $p \leq 0,040$). Така тенденція може вказувати на те, що в умовах соціальної напруги переселенці частіше вдаються до стереотипних, шаблонних способів мислення і поведінки, уникаючи ризику та новизни.

Особливо показовими є результати щодо індексу пластичності, який має стійкі негативні кореляції з усіма ключовими показниками соціальної фрустрованості (r від $-0,151$ до $-0,260$; $p \leq 0,038$). Це дозволяє припустити, що соціальна незадоволеність обмежує когнітивну гнучкість переселенців, ускладнюючи їхню здатність адаптуватися до нових вимог.

За окремими індексами (розробленість, оригінальність, унікальність) виявлено тенденційні, але статистично незначущі зв'язки, переважно із задоволеністю власним соціальним статусом (p у межах 0,067–0,078). Це може свідчити про певну латентність або опосередкований характер впливу соціальної фрустрованості на окремі структурні компоненти креативності, які проявляються не одразу, а за умови тривалого перебування у стресогенному середовищі.

Найбільш інформативними виявилися інтегральні показники креативності. Зокрема, інтегральний показник «Оригінальність» має статистично значущі негативні кореляції з усіма шкалами соціальної фрустрованості (r від $-0,145$ до $-0,264$; $p \leq 0,046$). Найсильніший зв'язок виявлено із задоволеністю власним соціальним статусом ($r = -0,264$; $p = 0,000$), що підкреслює роль соціального самосприйняття у формуванні творчого потенціалу переселенців.

Аналогічна картина спостерігається й щодо інтегрального показника «Оригінальність + пластичність», який також негативно корелює з показниками соціальної фрустрованості (r від $-0,136$ до $-0,254$). Це підтверджує, що поєднання креативної новизни та когнітивної гнучкості є особливо вразливим до впливу соціальної напруженості та незадоволеності життєвими умовами.

Отже, соціальна фрустрованість є важливим психологічним чинником зниження рівня креативності переселенців. У процесі становлення відчуття приналежності до нової групи саме креативність стає ресурсною функцією адаптації. Одночасно соціальна незадоволеність закріплює шаблонність мислення, яка ускладнює входження переселенців у нову громаду та зменшує ефективність процесу адаптації.

Відчуття приналежності до нової спільноти базується на системі уявлень про інших людей. Система оцінних шкал охоплює ключові блоки особистісних рис: моральні якості (чесність, доброзичливість, чуйність, захопленість); інтелектуальні якості (розум, кмітливість, тямущість, допитливість); вольові характеристики (наполегливість, вольовитість, стриманість, працелюбність); індивідуально-стильові особливості (відкритість, життєрадісність, зібраність, посидючість); узагальнене, недиференційоване враження про людину загалом.

Проаналізовано уявлення переселенців з низьким рівнем адаптації про антиідеальну людину. За всіма блоками характеристик антиідеальний образ отримує чітко негативні середні значення. Найбільш виражена негативна оцінка спостерігається щодо моральних якостей особистості ($M = -3$; $V = \pm 0,17$), що свідчить про різко критичне та емоційно забарвлене ставлення до аморальних проявів. Також суттєво негативно оцінюються вольові ($M = -2,20$) та інтелектуальні якості ($M = -2,06$), що вказує на сприймання антиідеальної людини як слабкої, неорганізованої та інтелектуально неспроможної.

Відносно менше, але все ж негативне значення мають індивідуально-стильові якості ($M = -1,50$), що може свідчити про дещо нижчу значущість зовнішньо-поведінкових особливостей порівняно з моральними та вольовими рисами. Низькі коефіцієнти варіації за більшістю шкал указують на однорідність уявлень респондентів щодо негативного образу людини.

В групі переселенців з низьким рівнем адаптації образ реальної людини характеризується показниками, близькими до нейтральних або помірно негативних. Середні значення коливаються в межах від $-0,06$ до $-0,5$, що

свідчить про невиразність і недостатню диференційованість соціального сприймання. Найбільш критично оцінюються вольові якості ($M = -0,5$), причому високий коефіцієнт варіації ($V = \pm 1,1$) вказує на значні індивідуальні розбіжності в оцінках. Такі результати можуть відображати внутрішню суперечливість соціальних уявлень, зумовлену станом дезадаптації, підвищеною тривожністю та зниженим рівнем довіри до соціального оточення. Реальні люди сприймаються як недостатньо надійні, не цілком відповідні очікуванням і ціннісним орієнтирам респондентів.

Отримані дані характеризують структуровану, диференційовану та емоційно збалансовану систему уявлень про іншу людину високоадаптованих переселенців. Їм властива диференціація негативного та позитивного образів іншої людини, що можна розглядати як показник розвиненої соціальної перцепції, когнітивної чіткості.

Констатовано таку закономірність: антиідеальний образ іншої людини отримує негативні середні оцінки; позитивний (ідеалізований) образ — виразно позитивні значення; коефіцієнти варіації здебільшого є низькими або помірними, що вказує на однорідність групових уявлень.

Аналіз даних за окремими шкалами дозволив констатувати наступні закономірності.

Недиференційоване враження. Антиідеальний образ характеризується виразно негативною оцінкою ($M = -1,37$), що відображає загальне емоційне неприйняття іншої людини без деталізації її рис. Водночас позитивний образ отримує високий бал ($M = 2,57$), що свідчить про сформоване позитивне базове ставлення до соціального оточення. Констатовано, що високоадаптовані переселенці вміють розрізняти емоційно негативні та позитивні соціальні образи, не змішуючи їх.

Негативний полюс моральних якостей ($M = -1,21$) демонструє наявність схильності до осуду антисоціальних або аморальних проявів, тоді як позитивний образ має високий показник ($M = 2,70$). Це свідчить про ціннісну орієнтацію на моральні норми, етичність.

Інтелектуальні якості особистості розглядаються як багатовимірна характеристика, яка може проявлятися в поведінці з урахуванням власного досвіду взаємодії. Антиідеальний образ має помірно негативне значення ($M = -1,06$), тоді як позитивний — одне з найвищих у таблиці ($M = 2,89$). Дещо вищий коефіцієнт варіації на позитивному полюсі може свідчити про індивідуальні відмінності у розумінні інтелектуальності.

Вольові якості особистості. Менш виражена негативна оцінка антиідеального образу ($M = -0,76$) поєднується з високим позитивним значенням ($M = 2,73$). Це може свідчити про толерантніше ставлення до слабкості волі в інших та водночас високу цінність цілеспрямованості, наполегливості й самоконтролю. На підставі цих даних констатовано, що вольові якості є значущим, але не жорстко категоризованим критерієм оцінки іншої людини.

Індивідуально-стильові якості особистості. Найменш негативна оцінка антиідеального образу ($M = -0,68$) і водночас найнижчий позитивний показник ($M = 2,25$) серед усіх шкал. Це свідчить про прийняття індивідуальних відмінностей, стилю поведінки та самовираження. Високоадаптовані переселенці володіють пластичною чутливістю та толерантністю до різноманітності особистісних стилів.

6. Подано методичні рекомендації, спрямовані на розвиток соціально-перцептивних чинників, що забезпечують результативність адаптації переселенців у нових соціальних умовах. Запропонована система корекційної роботи структурована за ключовими напрямками, які відображають провідні соціально-перцептивні детермінанти адаптаційного процесу.

Основні напрями корекційної роботи рекомендується реалізовувати за такими напрямками: розвиток навичок емпатійної комунікації, підтримка толерантності до культурних відмінностей та формування відчуття єдності з новою спільнотою.

Напрямок корекції емпатійної комунікації допомагає переселенцям розпізнавати емоційні стани інших людей, правильно їх оцінювати, адекватно

реагувати на них та на підставі цих нових компетенцій створювати нові зв'язки в новому середовищі

Напрямок розвитку толерантності до культурних відмінностей спрямовує переселенців на формування навичок позитивного сприймання соціокультурного різноманіття, умінь нівелювання упереджених настанов щодо нових людей та традицій приймаючої громади.

Третій напрям психокорекційної роботи доцільно спрямувати на підтримку або розвиток відчуття приналежності до нової соціальної спільноти, формування у переселенців суб'єктивного відчуття своєї включеності в громаду, соціальну значущість для її розвитку та, одночасно, психологічної захищеності та безпеки.

ВИСНОВКИ

1. Адаптація переселенців є багаторівневим процесом, який передбачає глибокі зміни у психологічних станах особистості, її соціальних контактах та основних соціокультурних орієнтирах. Продуктивність інтеграції переселенців у нове середовище значною мірою стимулюється та підтримується індивідуально-психологічними особливостями, сформованістю міжособистісних зв'язків та доступністю соціальної та державної допомоги.

Одночасно процес адаптації може відбуватися у різних напрямках — від деструктивних до продуктивних змін, які можуть підтримувати процес особистісного зростання та формування нового соціального досвіду. Ефективність цього процесу визначається узгодженням внутрішніх особливостей особистості та особливостей нового середовища, його вимог, норм та доступних соціальних ресурсів.

Аналіз особливостей пристосування переселенців до нових умов життя зумовлює потребу виокремлення соціально-перцептивних чинників як самостійного напрямку наукового осмислення. Вони відображають специфіку сприймання та інтерпретації особистістю нової соціальної реальності. До їхнього змісту належать особливості конструювання образу соціального оточення, здатність розпізнавати та адекватно тлумачити поведінкові сигнали інших, уявлення про межі між «своїми» і «чужими», трансформації образу Я під впливом життєвих змін, а також очікування щодо характеру подальшої взаємодії з оточенням.

Розгляд соціально-перцептивних чинників як окремого об'єкта дослідження створює передумови для цілісного аналізу механізмів адаптивної поведінки. Такий підхід дає змогу простежити взаємозв'язки між когнітивними, емоційними та соціальними складовими процесу пристосування; окреслити систему індикаторів рівня адаптованості (зокрема ступінь довіри до соціального оточення, вираженість соціальної тривожності, готовність до активної комунікації, характер каузальних інтерпретацій подій);

а також визначити напрями психологічного супроводу, спрямованого на корекцію соціальних уявлень, очікувань і установок.

Констатовано, що соціально-перцептивні чинники в структурі адаптаційного процесу переселенців необхідно розглядати як інтегративну, структуровану одиницю вивчення процесу адаптації, оскільки вони охоплюють інформативно широке коло властивостей – від індивідуальних способів сприймання, інтерпретації до осмислення нової реальності.

2. Встановлено, що соціально-психологічна адаптація переселенців відзначається складною та нелінійною динамікою. Досягнення високого рівня адаптованості не завжди супроводжується максимальним проявом позитивних психологічних показників і нерідко поєднується з внутрішньою напруженістю, підвищеною рефлексивністю, критичністю та зростанням соціальних вимог до себе й оточення. Водночас середній рівень адаптації постає як найбільш гармонійна та збалансована фаза адаптаційного процесу, для якої характерне оптимальне співвідношення самоприйняття, емоційної стабільності та інтернального контролю.

З урахуванням суспільної значущості проблеми адаптації переселенців і ступеня її наукової розробленості, вагоме практичне значення в системі психологічного супроводу набуває феномен соціальної конгруентності. Вона має функцію важливого механізму узгодження процесів інтеграції переселенців в новий соціальний простір, зменшує ризики маргіналізації особистості та допомагає у формуванні ефективних стратегій адаптації. Соціальна конгруентність якісно покращує зміст та спрямованість соціальних контактів, стимулює виникнення відчуття соціальної приналежності до групи та вирівнює соціальну напругу у випадку її існування. В умовах вимушеного переселення громадян саме розвинена соціальна конгруентність допомагає інтегруватися до нового соціуму, встановити довірливі відносини та презентувати позитивний образ себе.

Адаптація та соціальна конгруентність є взаємопов'язаними компонентами адаптаційної активності переселенців у новому середовищі.

Їхнє поєднання відображає соціальну продуктивність та особистості в ситуації вимушених змін місця проживання. Негативним полюсом адаптації та соціальної конгруентності є соціальна ізоляція, занижена самооцінка, посилення тривожно-депресивних станів.

У результаті дослідження було побудовано факторні моделі особистісної організації переселенців із високим і низьким рівнями адаптації.

Трифакторна модель осіб із високою адаптованістю репрезентує цілісну й інтегровану психологічну структуру, у межах якої узгоджено поєднуються особистісна стійкість, емоційна врівноваженість і позитивне самосприйняття; переживання психологічного благополуччя, сформована соціальна зрілість і наявність смисложиттєвих орієнтацій; інтернальний локус контролю, відповідальне ставлення до життєвих подій та розвинені механізми саморегуляції. Саме така узгодженість особистісних параметрів забезпечує високий рівень ефективності соціальної адаптації в новому соціокультурному просторі та може слугувати референтною моделлю адаптаційної спроможності для подальших теоретичних і емпіричних досліджень.

Натомість трифакторна модель особистості переселенців із низьким рівнем адаптації відображає дезінтегрований тип психологічної організації, що виявляється у внутрішній неузгодженості, суперечливості самооцінних уявлень і домінуванні захисних механізмів над усвідомленими регуляторними процесами. Для цієї групи характерні нестабільна й поляризована Я-концепція, розбіжність між декларованими життєвими намірами та фактичним прийняттям відповідальності, а також переважання зовнішнього локусу контролю, проєктивних форм реагування й підвищеної конфліктності у взаємодії з соціальним оточенням.

3. У системі соціально-перцептивних чинників адаптації переселенців у новому середовищі толерантність розглядається як інтегративна властивість особистості, яка розкриває здатність індивіда підтримувати активну взаємодію соціумом, відновлювати свій психоемоційний баланс, ефективно пристосовуватися до нових умов, гармонізувати не тільки спілкування з

іншими людьми, але й приймати себе в умовах соціальних викликів та проблем.

Отримані результати дозволили констатувати високий та стійкий рівень соціокультурної толерантності в емпіричній вибірці, що проявляється у розвинених навичках емпатійної взаємодії, повазі до соціальної й культурної різноманітності приймаючих громад. Водночас, у процесі безпосередньої міжособистісної взаємодії констатуються помірно виражені інтолерантні ризики, які реалізуються в наявності жорстких оцінних суджень, бажанні контролювати та перевіряти вчинки оточуючих та проблемах з емоційною саморегуляцією.

Подібна дискордантність між установками толерантності та їх реалізацією у поведінці може бути результатом минулого психотравматичного досвіду, втратою соціальних зв'язків та вимогами життя щодо прискореного пристосування до нових умов.

Отримані емпіричні дані дали змогу окреслити два полярні психологічні типи переселенців. Перший тип – соціокультурно толерантний – характеризується достатнім рівнем когнітивних ресурсів, емоційною врівноваженістю, помірною довірою до інших, адекватною самооцінкою, зниженими показниками тривожності та психічного напруження. Другий тип – комунікативно інтолерантний – вирізняється емоційною лабільністю, підвищеною тривожністю й напруженістю, схильністю до самозвинувачення та суперечливими особливостями соціального сприймання.

4. Емпірично підтверджено, що різні об'єкти полікомунікативної емпатії мають різні зв'язки з окремими каналами емпатійного реагування. Найбільш важливими для переселенців є емоційний та інтуїтивний канали емпатії, а спрямованість емпатії на соціально віддалених осіб супроводжується зниженням інтуїтивної чутливості.

Отримані дані свідчать про вибірковий характер емпатійності переселенців, зумовлений втратами, високим рівнем інтенсивності процесу адаптації та потребою у психологічному захисті. Ці факти доводять

необхідність цілеспрямованого розвитку у першу чергу емоційно-інтуїтивних складових емпатії переселенців, що буде підвищувати ефективність їх соціальної адаптації.

Виявлено складну систему зв'язків емпатії та емоційного інтелекту у емпіричній вибірці. Тенденція до негативних кореляцій підтверджує, що в умовах довготривалої нервово-психічної та соціальної напруги можуть посилюватися регулятивні функції емоційного інтелекту, що, у свою чергу, вплине на зниження емоційної відкритості та емпатійності.

5. Центральним елементом процесу пристосування переселенців до нових соціальних умов є становлення відчуття приналежності до приймаючої спільноти. Воно формується на основі інтерпретації соціальних сигналів, очікувань у міжособистісній взаємодії та усвідомлення власного місця в структурі нового соціального простору. У цьому контексті соціальну фрустрованість і креативність доцільно розглядати як взаємопов'язані компоненти соціально-перцептивного механізму адаптації переселенців.

Для переселенців стан соціальної фрустрованості є типовим, оскільки пов'язаний із руйнуванням звичного способу життя, втратою сформованого роками соціального статусу, необхідністю розпочинати нове життя в іншому соціокультурному середовищі. Як чинник у структурі соціальної перцепції фрустрованість реалізується у формі високої сензитивності до оцінних реакцій оточення, негативній інтерпретації соціальних сигналів, що суттєво ускладнює становлення відчуття соціальної включеності в новий соціум.

Соціальна фрустрованість має зворотній зв'язок з рівнем соціально-психологічної адаптованості переселенців. Найбільш уразливими до впливу фрустрації на початкових етапах адаптації є міжособистісні стосунки та питання соціального статусу, які безпосередньо впливають на ефективність належності до нової спільноти. Ефективна робота соціально-перцептивних механізмів адаптації супроводжується зменшенням фрустраційних переживань, зростанням задоволеності новими соціальними ролями та прийняттям нового соціуму.

Доведено, що соціальна негативно впливає на рівень креативності переселенців: зростання соціальної незадоволеності закріплює шаблонність та ускладнює входження переселенців у нове середовище.

Високоадаптовані переселенці мають стійку та диференційовану систему уявлень про інших людей. Їм притаманна позитивна соціальна установка, рефлексивне та критичне прийняття нової реальності, розвинені моральні, інтелектуальні та вольові якості.

Отже, поєднання високого рівня адаптації з позитивним, реалістичним сприйманням нового соціуму є важливим чинником ефективної міжособистісної взаємодії у нових умовах.

6. Укладено методичні рекомендації, спрямовані на розвиток соціально-перцептивних чинників успішної адаптації переселенців у новому середовищі.

Рекомендована корекційна програма структурована за основними напрямками, які розкривають основні соціально-перцептивні складові адаптаційного процесу. До цих напрямів відносяться: навички емпатійної взаємодії, толерантного ставлення до приймаючого середовища та формування і підтримка у переселенців відчуття приналежності до нової спільноти, соціальної включеності у життя громади.

ЛІТЕРАТУРА

1. Абрамов В.І., Арутюнов В.Х. Методологія системного підходу та наукових досліджень: навч.-метод. посіб. Київ: КНЕУ, 2005. 178 с.
2. Антонова З.О., Старостіна К.В. Впровадження тренінгової програми в межах реалізації формувального етапу авторської моделі «Школи толерантності»: результати та перспективи. *Габітус*. 2025. Вип.70. С. 83-87. DOI <https://doi.org/10.32782/2663-5208.2025.70.13>
3. Александров Д.О. Соціальна робота та психологічна робота з адаптації вимушених переселенців до життя у нових умовах / Методичні рекомендації. URL: <http://ecopsy.com.ua/index.php/1-pereselentsi-i-bizhentsi/robota-z-pereselentsiamy/2022-03-27-08-14-61>.
4. Алексєєнко Т. Ф., Гончар Л. В., Куниця Т. Ю., Бибик Д. Д. Вимушені переселенці: соціально-педагогічні проблеми і досвід підтримки: монографія. Кропивницький: Імекс-ЛТД, 2020. 240 с.
5. Андріяш В., Громадська Н., Малікіна О. Основні проблеми внутрішньо переміщених осіб в Україні. *Наукові праці Міжрегіональної Академії управління персоналом. Політичні науки та публічне управління*. 2023. № 4(70). С. 5–12.
6. Бардиш В.В. Роль копінг-стратегій у соціально-психологічній адаптації учасників бойових дій до цивільного життя: кваліфікаційна робота на здобуття ступеня магістра : спец. 053 «Психологія» / наук. керівник канд. психол. наук, доц. С.С. Доскач ; Чернівецький національний університет імені Юрія Федьковича. Чернівці, 2024. 86 с
7. Барна М. В. Програма соціально-психологічного тренінгу з розвитку емпатійності майбутніх практичних психологів. *Практична психологія та соціальна робота*. 2006. № 12. С. 50-66.
8. Балл Г. О. Орієнтири сучасного гуманізму (в суспільній, освітній, психологічній сферах). Житомир : ПП Рута, видавництво Волинь, 2008. 232 с.

9. Байєр О.О. Життєві кризи особистості: навч. посібник Д.: Вид-во Дніпропетр. нац. ун-ту, 2018. 244 с.
10. Бацилева О.В., Потаєва К.С. Поняття та особливості вибору копінгстратегій: теоретичний аспект. *Український психологічний журнал* : збірник наук. праць. Київ, 2019. № 2. С. 167–169.
11. Білуха М.Т. Методологія наукових досліджень: підручник. Київ: АБУ, 2002. 480 с.
12. Блинова О. Є. Психологічні чинники стресу акультурації мігрантів. *Наука і освіта* : Науково-практичний журнал Південного наукового Центру НАПН України. 2010. № 3/LXXXX, квітень. С. 12-16.
13. Бойченко А. В. Психологічні особливості становлення автономності особистості в умовах війни. *Науковий журнал «Гуманітарні студії: історія та педагогіка»*. 2021. No1 (01). С.125-128. URL: <http://nauksgf.wunu.edu.ua/index.php/npsgf/issue/view/3>.
14. Боровинська І. Є. Готовність внутрішньо переміщених осіб до оволодіння соціально-психологічними стратегіями життєвої успішності. URL: <https://ispp.org.ua/wp-content/uploads/2022/06/br20190826.pdf>.
15. Боровинська І. Є. Соціально-психологічні стратегії життєвої успішності внутрішньо переміщених осіб: дис... д-ра філософії. Київ, 2022.301с.
16. Бочелюк В.Й., Бочелюк В.В. Методика та організація наукових досліджень з психології. К.: Центр учбової літератури, 2008. 360 с.
17. Бровдій М.Ю. Стереотипи, переконання та сприйняття війни: виклики для внутрішньо переміщених осіб та стратегії подолання. *Габітус*. 2025. Вип. 69.Т.1. С.11-15. DOI <https://doi.org/10.32782/2663-5208>.
18. Вашека Т.В., Гічан І.С., Гічан К.І. Зв'язок соціально-психологічної адаптації переселенців із Донецької та Луганської областей із вибором ними копінг-стратегій. *Організаційна психологія. Економічна психологія*. Київ, 2016. № 2–3 (5–6). С. 22–29.
19. Вероні В. В., Герасіна С. В. Чинники активації психологічних

- ресурсів особистості. *Перспективи розвитку сучасної психології*. 2022. Випуск 11. С.51-60.
20. Верховод О. Психологічні складнощі адаптації за кордоном / Евакуація. City. Режим доступу: <https://evacuation.city/articles/235924/tut-vse-chuzhe-hochu-dodomu-psihologichni-skladnoschi-adaptacii-za-kordonom>].
 21. Вимушені переселенці та приймаючі громади: уроки для ефективної суспільної адаптації й інтеграції : наук. доп. за ред. канд. соціол. наук О.М.Балакіревої; НАН України, ДУ «Ін-т економ. та прогнозув. НАН України». К., 2016. 140с.
 22. Волонтир Л.М. Психологічна підтримка дистантних сімей українських біженців у Швейцарії: ресурси, виклики та інтервенції. Габітус. 2025. Вип. 75. Т.1. С. 196-200. DOI <https://doi.org/10.32782/hbts.75.1.32>
 23. Вимушені переселенці та приймаючі громади: уроки для ефективної суспільної адаптації й інтеграції: наук. доп. / за ред. О. Балакіревої; ДУ «Ін-т екон. та прогнозув. НАН України». Київ, 2016. 140 с.
 24. Галецька І. Самоефективність у структурі соціально-психологічної адаптації. *Вісник Львівського університету*. Сер. «Філософські науки». 2003. Вип. 5. С. 433–442.
 25. Галецька І. І. Психологічні чинники соціальної адаптації. *Вісник. Соціогуманітарні проблеми людини*. 2005. № 1. С. 91–100.
 26. Ганаба С.О., Бурбела С.В. Домінантні копінг-стратегії учасників бойових дій, які повернулися до реалій мирного життя. *Науковий вісник ХДУ* Серія «Психологічні науки». 2024. № 2. С. 34–40.
 27. Глуцук І., Мушкевич М. Копінг-стратегії військовослужбовців. Луцьк : Вежа-Друк, 2024. С. 146–149.
 28. Грет С.В., Яремко Р.Я. Психологічний супровід військовослужбовців з відхильною поведінкою. *Альманах науки*. Серія «Психологічні науки». Київ, 2021. № 5. С. 30–32
 29. Голова Н.І. Забезпечення сприятливої адаптації осіб похилого віку до нових умов соціалізації. *Збірник наукових праць Хмельницького*

- інституту соціальних технологій Університету «Україна». 2011. № 4. С.19–22.
30. Головченко Д.І. Соціально-психологічні передумови реінтеграції внутрішньо переміщених осіб в соціум. *Актуальні проблеми психології малих груп*: матеріали 4-ї наук. конф. (Київ, 2017 р.). URL: <http://gorn.kiev.ua/group/stattia03.html> (
 31. Громова Г. М. Толерантність до невизначеності та ставлення до часу як медіатори посттравматичного відновлення особистості. *Виміри особистісних трансформацій: матеріали IV Всеукраїнського науково-практичного семінару* (м. Ніжин, 6 жовтня 2021 року); Т. М. Титаренко (голов. ред.) та ін. Київ: ІСПП НАПН України, 2021. С. 30-34.
 32. Гуменюк Л.Й., Бреус А.О. Соціально-психологічна адаптація вимушених переселенців в Україні. *Науковий вісник Львівського державного університету внутрішніх справ*. Львів, 2017. № 2. С. 108–122
 33. Гундертайло Ю.Д. Проблеми стигматизації і самостигматизації внутрішньо переміщених осіб у процесі відновлення життєвої неперервності після переживання травматичних подій. *Наукові студії із соціальної та політичної психології*. 2018. № 42. С. 160–169.
 34. Данилюк І. В., Козицька І. В., Шиковець С. О. Культурний синдром «Індивідуалізм - колективізм» та його психологічний особливості, включаючи добробут регіональних громад представників в Україні. *Фундаментальні та прикладні дослідження на практиці провідних наукових шкіл*. 2018. №30. С. 6, 55–61.
 35. Дворник М. С. Дистанційні модулі підтримання психологічного благополуччя особистості в період очікування миру. *Виміри особистісних трансформацій: матеріали IV Всеукраїнського науково-практичного семінару*(м. Ніжин, 6 жовтня 2021 року); Т. М. Титаренко (голов. ред.) та ін. Київ: ІСПП НАПН України, 2021. С. 11-15.
 36. Деменко О. Ф. Особливості соціальної адаптації особистості в умовах сучасного кризового суспільства. *Актуальні проблеми психологічної*

- та соціальної адаптації в умовах кризового суспільства: матеріали наук. – практ. круг. столу з міжн. участ. (24 квітня 2019 р.). Ірпінь: Університет державної фіскальної служби України, 2019. С. 28 – 35.*
37. Дуб В. Соціокультурні характеристики ціннісних орієнтацій вимушених переселенців. *Проблеми гуманітарних наук. Психологія*, 2021. Вип. 49. С. 61–71.
 38. Єрмоменко О. Сутність поняття «адаптація» в міждисциплінарному аспекті. *Актуальні питання гуманітарних наук*. 2020. Вип. 27. Том 2. С. 211–218.
 39. Журавльова Л.П. Діагностика емпатії та її форм у підлітковому та юнацькому віці. *Науковий часопис Національного педагогічного університету імені М.П. Драгоманова*. Серія 12: Психологічні науки: збірник. Київ : Вид-во НПУ ім. М.П. Драгоманова, 2020. Вип. 31(55). С. 154–161
 40. Завацька Н.Є. Особливості функціонування інтраперсональних складових адаптаційного потенціалу особистості в кризові періоди життя *Теоретичні і прикладні проблеми психології. Збірник наукових праць*. № 2 (26). Луганськ, 2011. С. 12–19.
 41. Завацька Н.Є. Соціальна підтримка як інтерперсональна складова адаптаційного потенціалу особистості. *XVI Науково-практична конференція «Університет і регіон: проблеми сучасної освіти». Збірник наукових праць*. Луганськ, 2010. С. 73–74.
 42. Завацька Н.Є. Соціокультурні та психологічні аспекти адаптації особистості в сучасному соціумі: монографія. Луганськ: Вид-во Східноукраїнського національного університету імені В. Даля, 2012. 320 с.
 43. Засєкіна Л.В. Мовленнєва адаптація особистості як предмет психолінгвістичного дослідження. *Психологічні перспективи* / Волин. нац. ун-т ім. Лесі Українки, Ін-т соц. та політ. психології АПН України ; гол. ред. Л. Засєкіна. Луцьк, 2011. Вип. 17. С. 104–116.
 44. Збігнєв З. Еміграція й адаптація. Для одних – вигода, для інших –

- втрата культури? *Міграція – виклик XXI ст.* Люблін, 2008. С. 113.
45. Зубченко О., Ширяєва О. Відчуття дому у вимушених мігрантів з України : соціологічний аналіз. Вимушена міграція українського населення в умовах російської збройної агресії: тренди, виклики : колективна монографія / за наук. ред. Т. Іванець. Київ : Ліра-К., 2025. С. 151–183.
 46. Ісаєва Н.С. Теоретико-правова характеристика визначення поняття «внутрішньо переміщені особи». *Науковий вісник Дніпропетровського державного університету внутрішніх справ.* 2018. 4, 70-75.
 47. Кавалеров А.І., Бондаревська А.М. Соціальна адаптація: феномен і прояви. Одеса: Астропринт, 2005. 112 с. С. 28–29.
 48. Кавчинська - Бутрим З. Користі та втрати учасників міграції – результати власних досліджень. *Міграція – виклик XXI ст.* Люблін, 2008. С. 143–151.
 49. Карамушка Л.М., Снігур Ю.С. Копінг-стратегії: сутність, підходи до класифікації, значення для психологічного здоров'я особистості та організації. *Актуальні проблеми психології.* Том 1. Вип. 55. 23–30.
 50. Клименко М.О., Петрук В.Г., Мокін В.Б., Вознюк Н.М. Методологія та організація наукових досліджень: підручник. Херсон: ОЛДІ-ПЛЮС, 2012. 474 с.
 51. Коваль Н. Психоемоційний стан українок-біженок у Європі. *Психологія і суспільство.* 2023. №2. С. 59–64.
 52. Ковальова О.В., Кирашек Н.О. Психологічна допомога внутрішньо переміщеним особам. *Габітус.* 2024. № 61. С. 187–190. DOI <https://doi.org/10.32782/2663-5208.2024.61.34>
 53. Ковальчук В.В., Моїсєєв Л.М. Основи наукових досліджень: навч. посіб. Київ: ВД «Професіонал», 2004. 208 с. 2
 54. Козинець І.Г. Про співвідношення понять «біженці» та «особи, переміщені всередині країни». *Держава і право.* 2009. Вип. 45. С. 213–219.
 55. Коллі-Шамне А., Старцева В. Google-форма як інструмент дослідження соціально-психологічних проблем українців – вимушених

- мігрантів у перші місяці війни 2022 року. *Трансформаційні процеси в умовах війни та післявоєнного періоду*. Збірник матеріалів Всеукраїнської міждисциплінарної науково-практичної конференції (м. Чернігів, 10 червня 2022 року). Чернігів: ГО «Науково-освітній інноваційний центр суспільних трансформацій», 2022. С.234-237.
56. Кокур О.М. Психофізіологія. К. : Центр навчальної літератури, 2006. 184 с
 57. Кононенко О.І., Кононенко А.О., Базиленко К.П., Прокоф'єва О.О. Соціальна акомодация та життєстійкість як ресурси виживання в умовах війни. *Наукові інновації та передові технології. Серія Психологія*. 2023. №11 (25). С. 677-688.
 58. Кошова С., Макаренко О. Проблеми інтеграції внутрішньо переміщених осіб в українське суспільство. *Наукові перспективи*. 2024. № 12 (54)
 59. Кульчицький Т.Р. Поняття та ознаки внутрішньо переміщених осіб в Україні. *Адміністративне право і процес*. 2017. 1(19). С. 51-57.
 60. Литвиненко О. Д. Адаптаційний потенціал особистості як її інтегративна характеристика. *Science and practice: Collection of scientific articles*. Thorpe Bowker. Melbourne, Australia, 2016. P. 267-270.
 61. Логвинова М.О. Внутрішньо переміщені особи як категорія вимушених мігрантів: поняття та ознаки. *Науковий вісник ХДУ*. 2019. №11. С.44-50.
 62. Лупак В.С. Соціально-психологічна адаптація як системне явище: теоретичні підходи та концептуалізація поняття. *Габітус*. 2025. Вип. 73. С.183-188. DOI <https://doi.org/10.32782/2663-5208.2025.73.31>
 63. Мазіна Н.Є. Соціальний капітал як ресурс соціально-економічної адаптації вимушених переселенців. *Вісник Маріупольського державного університету. Серія «Філософія, культурологія, соціологія»*. Маріуполь, 2015. Вип. 10. С. 169–178.

64. Максименко С. Д. Емпатійний розвиток дитини. К.: Мікрос–СВС, 2003. 182 с.
65. Максименко С.Д. Теорія психології нужди (життєвої енергії). *Збірник наукових праць "Проблеми сучасної психології"*, 2019. (25). С. 7-18.
66. Максименко Ю., Ільїна Т. До проблеми пошуку одиниці аналізу самосвідомості. *Психологія і суспільство*, 2(12), травень 2017, с. 51-54.
67. Малиха, М.І. До проблеми сутності поняття «внутрішньо переміщені особи»: державна політика та регіональна практика. *Грані*. 2015. №8. С. 6–11.
68. Малиш Л. Поколінні особливості сприйняття соціальної ситуації. *Соціологія: теорія, методи, маркетинг*. 2022. № 3. С. 105–120
69. Малиш Л.О. Зміни сприйняття позицій у соціальному просторі у воєнний час: поколінний вимір. *Габітус*. 2025. Вип.70. С. 11-16. DOI <https://doi.org/10.32782/2663-5208.2025.70.1>
70. Малій О.М. Копінг-стратегії соціально-психологічної адаптації військовослужбовців : кваліфікаційна робота / наук. кер. О. Т. Плетка ; Мін-во фінансів України, Держ. податковий ун-т, Ф-т соціально-гуманітарних технологій спорту та реабілітації, Каф. психології, педагогіки та суспільних дисциплін. Ірпінь, 2025. 86 с.
71. Мартиненко С. О. Теоретичні підходи до визначення дефініції «Соціальна адаптація». *Габітус*. 2019. Вип. 10. С. 29-33. DOI <https://doi.org/10.32843/2663-5208.2019.10.5>
72. Мельник Т. Подружні стосунки на відстані: психологічні особливості. *Вісник психології*. 2021. № 2. С. 100–107.
73. Методологічні та теоретичні проблеми психології: навч. посіб. / М. С. Корольчук, Ю. Л. Трофімов, В. І. Осьодло та ін. 2008. 336 с.
74. Мінько Т.В. Емпатія як умова розвивального впливу в міжособистісних стосунках. *Практична психологія та соціальна робота*. 2022. № 2. С. 19–21.

75. Мова Л. В. Психологічні особливості забезпечення особистісної самореалізації майбутніх психологів у процесі фахової підготовки: Автореф. дис... канд. психол. наук: 19.00.07 / Національний педагогічний ун-т ім. М.П. Драгоманова. К., 2003. 20 с.
76. Музиченко І.В. Вимушені переселенці: проблема соціально-психологічної адаптації. *Освіта та розвиток обдарованої особистості*. Київ, 2016. № 9. С. 18–21.
77. Недря К.М., Трубавіна І.М., Чередниченко О.Ю. Соціальна робота з внутрішньо переміщеними особами в Україні. Суспільство і особистість у сучасному комунікаційному дискурсі: матеріали IV Всеукр. наук.-практ. конф. Запоріжжя, 2022. С. 40–43.
78. Нестеренко М. О. Роль особистісних ресурсів у адаптації вимушених переселенців до нових умов життя. *Науковий журнал «Гуманітарні студії: історія та педагогіка»*. 2021. No 1(01). С.200-202.
79. Нестеренко І. Внутрішньо переміщені особи: Виклики на тлі повномасштабної агресії РФ проти України. *Збірник тез міжнародної науково-практичної інтернет-конференції з нагоди відзначення дня науки-2022 в Україні «Актуальність та особливості наукових досліджень в умовах воєнного стану»* (м. Київ, 24 трав. 2022 р.). Київ, 2022. С. 371–374.
80. Нестеренко І. Переживання самотності особистістю: соціально-психологічний аспект. *Габітус*. 2022. № 39. С. 229–233. DOI <https://doi.org/10.32843/2663-5208.2022.39.41>
81. Назарець Л., Руденко Н. Аналіз психологічних реакцій на травматичний стрес внутрішньо переміщених осіб старшого підліткового віку. *Психологія: реальність і перспектив*. Збірник наукових праць РДГУ. 2023. Вип. 20. С. 127-134.
82. Носенко Е. Л., Коврига Н. В. Емоційний інтелект: концептуалізація феномену, основні функції. Монографія. К.: 2023. 159 с.
83. Оніщенко Н.В. Екстрена психологічна допомога постраждалим в умовах надзвичайної ситуації: теоретичні та прикладні аспекти: монографія.

- Харків: Право, 2014. 584 с.
84. Оржеховська В. М. Взаємодія навчального закладу і сім'ї: стратегії, технології, модель: навчальний практико зорієнтований посібник. Харків: Видавництво «Точка», 2007. 192 с.
 85. Основи соціальної психології / О. Донченко та ін. ; за ред. М. Слюсаревського. Київ : Міленіум, 2008. С. 377–442.
 86. Пілющенко В.Л., Шкрабак І.В., Словенко Е.І. Наукове дослідження: організація, методологія, інформаційне забезпечення. Київ: Лібра, 2004. 344 с.
 87. Пов'якель Н. І. Професійна рефлексія психолога-практика. *Практична психологія та соціальна робота*. 1998. № 6-7. С. 3-6.
 88. Предко Д. Є., Ларін Д. І. Релігійна віра як чинник подолання критичних життєвих ситуацій. *Психологічний часопис*. 2017. № 4(8). С. 76-86.
 89. Про схвалення Стратегії державної міграційної політики України на період до 2025 року [Електронний ресурс]. Режим доступу: <https://www.kmu.gov.ua/ua/npras/250149647>
 90. Психологічна допомога мігрантам: травма, зміна культурного середовища, криза ідентичності. *Науковий вісник Ужгородського університету*. Серія: «Педагогіка. Соціальна робота». 2021. 479 с.,
 91. Проценко О.О. Внутрішньо переміщені особи як категорія теоретизування та соціальної практики. *Грані*. 2018. 21 (4). С. 47-55.
 92. Психологічна допомога мігрантам [Електронний ресурс]. Режим доступу: <http://ur.co.ua/77/2242-2-psihologicheskaya-pomosh-migrantam.html>.
 93. Профілактика порушень адаптації молоді до повсякденних стресів і кризових життєвих ситуацій: навч. посіб. / Національна академія педагогічних наук України, Інститут соціальної та політичної психології; за наук. ред. Т. М. Титаренко. Київ : Міленіум, 2011. 272 с
 94. Рожновські Б., Брик Д. Стрес, обумовлений еміграцією, і його наслідки для системи цінностей емігрантів. *Міграція – виклик XXI ст.*

- Люблін, 2008. С. 129.
95. Рибалко В.М. Шляхи соціально-психологічної адаптації вимушених переселенців до умов регіонального ринку праці. *Ринок праці та зайнятість населення*. Київ, 2015. № 3. С. 71–72.
 96. Сватенкова Т. І., Тимошенко О. А. Методологічні та теоретичні проблеми психології. Ніжин : НДУ ім. М. Гоголя, 2018. 143 с.
 97. Свій серед чужих: психологічна адаптація в чужій країні . - 28.04.2022. Режим доступу: <https://holdyou.net/news/psihologicheskaya-adaptaciya-v-chuzhoj-strane..>
 98. Селіхов Д.А. Правові основи соціального захисту внутрішньо переміщених осіб. *Науковий вісник Ужгородського національного університету*. Серія: Право. 2024. № 1(84). С. 103–108.
 99. Семиченко В. А. Теоретичні та методичні основи професійного самовиховання студентів вузу: навч.-метод. посіб.; заг. ред. В. А. Семиченко. Хмельницький: ХГПІ, 2001. 255 с.
 100. Середа Ю.В. Соціальний капітал внутрішньо переміщених осіб як чинник локальної інтеграції в Україні. *Соціологія. Український соціум*. Київ, 2015. № 3 (54). С. 29–41.
 101. Сірант М.М. Біженці та внутрішньо переміщені особи: співвідношення понять. *Митна справа*. 2015. 2(2.2). С.154–159.
 102. Сургунд Н. А. Психодіагностика професійної придатності майбутнього практичного психолога: Автореф. дис... канд. психол. наук: 19.00.07 / Інститут педагогіки і психології професійної освіти АПН України. К, 2004. 22 с.
 103. Синявський В.В., Сергеєнкова О.П. Адаптація. Психологічний словник / за ред. Н.А. Побірченко. Київ: Науковий світ, 2007, С.12.
 104. Слободянюк О. Соціально-психологічні особливості дистантних родин. *Наука і практика*. 2022. № 4. С. 40–45.
 105. Соціальна адаптація і реабілітація. Політологія бібліотека. URL: <http://politics.ellib.org.ua/pages-12109.html>

106. Старинська Т. Проблеми операціоналізації понять у контексті дослідження міграції населення. *Освіта регіону*. 2010. № 3. С. 108–116. URL: [https://uu.edu.ua/upload/Nauka/Electronni_naukovi_vidannya/Osvita_regiunu/osvita_regionuiv_3_2010.pdf](https://uu.edu.ua/upload/Nauka/Electronni_naukovi_vidannya/Osvita_regionu/osvita_regionuiv_3_2010.pdf)
107. Стельмах І.І. Соціальна підтримка та почуття самотності внутрішньо переміщених осіб. *Габітус*. 2025. Вип.70. С. 258-263. DOI <https://doi.org/10.32782/2663-5208.2025.70.47>
108. Степаненко Л. В. Особливості взаємозв'язку адаптивних властивостей та механізмів психологічного захисту у переселенців. *Психолого-педагогічні координати розвитку особистості: зб. наук. матеріалів II Міжнар. наук.-практ. конф., 3-4 червня 2021 р. Полтава: Національний університет «Полтавська політехніка імені Юрія Кондратюка», 2021. С.206- 210.*
109. Стеченко Д.М., Чмир О.О. *Методологія наукових досліджень: підручник*. Київ: Знання, 2005. 309 с.
110. Сутність і зміст соціальної адаптації. ALEXUS. 2021. URL: <https://alexus.com.ua/sutnist-i-zmist-socialno%D1%97-adaptaci%D1%97/>
111. Субашкевич І.Р., Шпагіна А.Д. Дослідження соціально-психологічних настроїв українців у період війни. *Вчені записки ТНУ імені В.І. Вернадського*. Серія «Психологія». 2022. Т. 33 (72). № 2. С. 116–122.
112. Сушик І., Карпінчук Л. Міграція: проблеми адаптації і світової безпеки. *Together united: науковці проти війни: збірник тез доповідей I Міжнародної благодійної науково-практичної конференції (Луцьк, 20 травня 2022 р.)*. Луцьк : Вежа-Друк, 2022. С. 274-278.
113. Ти вдома. Кампанія проти стереотипів щодо внутрішньо переміщених осіб на ринку праці. URL: <https://social.happymonday.ua/athome>
114. Титаренко Т. М. Соціально-психологічна профілактика порушень адаптації молоді до повсякденного стресу : методичні рекомендації / Національна академія педагогічних наук України, Інститут соціальної та політичної психології. Київ: Міленіум, 2010. 84 с.

115. Титаренко Т.М., Ларіна Т.О. Життестійкість особистості: соціальна необхідність та безпека. URL: https://lib.iitta.gov.ua/9065/1/Zhiznestoykost_lichnosti.pdf
116. Тірон В.О., Зубченко О.С. Відчуття дому як чинник соціально-психологічної адаптації дітей ВПО у приймаючих громадах (на прикладі м.Ямпіль Вінницької області). *Габітус* 2025. Вип.77. Т.1. С. 137-143. DOI <https://doi.org/10.32782/hbts.77.1.22>
117. Трубавіна І. Спектр проблем біженців в Україні в війні 2022 року: акценти і спостереження. *Збірник тез II Міжнародної наукової конференції «Воєнні конфлікти та техногенні катастрофи: історичні та психологічні наслідки»*, 21-22 квітня. Тернопіль. 2022 С.29-31.
118. Удовика Л.Г., Фесенко О.А. Питання нормативного закріплення та гарантування прав внутрішньо переміщених осіб в Україні. *Práva a slobody človeka a občana: mechanizmus ich implementácie a ochrany rôznych oblastiach práva*” (19–20 septembra 2014). Bratislava: Paneurópska vysoká škola: Fakulta práva. – P. 112–115.
119. Ушакова І.М. Теоретико-методологічні проблеми психології. Х.: НУЦЗУ, 2016. 191 с.
120. Франкл В. Людина в пошуках справжнього сенсу. Психолог у концтаборі. Харків: Клуб сімейного дозвілля. 2016. 114 с.
121. Фурман А.В. Психодіагностика особистісної адаптованості: наукове видання. Тернопіль: “Економічна думка”, 2003. 197 с.
122. Хачатурян Ю.Р. Теоретичний аналіз проблеми соціальної адаптації дітей вимушених мігрантів. *Український психологічний журнал*. Київ, 2017. № 1 (3). С. 177–191
123. Холоденко О. В. Педагогічні умови соціальної адаптації випускників шкіл-інтернатів у соціокультурному середовищі: автореф. дис. ...канд. пед. наук: 13.00.05/ Нац. пед. ун-т ім. М. П. Драгоманова. Київ, 2011. 23с.
124. Царенко Л. Основні принципи надання психологічної допомоги

- постраждалим наслідок психотравмівних ситуацій. *Основи реабілітаційної психології: подолання наслідків кризи: навчальний посібник*. Том 2. Київ, 2018. 240 с.
125. Цебрій І. Форми та види взаємодії людини і соціуму. *Габітус*. 2022. Випуск 41. С. 309-312.
 126. Чиханцова О. А. Психологія становлення життєстійкості особистості: автореф. дис. на здобуття наук. ступеня д-ра психолог. Наук. Київ, 2021. 41с
 127. Чиханцова О. А. Соціокультурне середовище як чинник розвитку життєстійкості особистості. *Соціокультурні та психологічні виміри становлення особистості: матеріали Всеукраїнської (із міжнародною участю) науково-практичної конференції (5-6 жовтня 2017 року, м. Херсон)*. Херсон : Видавничий дім «Гельветика», 2017. 168 с.
 128. Чиханцова О.А. Модель життєстійкості особистості. URL: <http://appspsychology.org.ua/data/jrn/v5/i17/17.pdf>
 129. Чуйко О. Соціальна підтримка в структурі особистісних ресурсів внутрішньо переміщених осіб. *Вісник Київського національного університету імені Тараса Шевченка*. Серія «Психологія». Київ, 2017. №1(6), 2(7). С. 146-150.
 130. Шевчук А.М. Особистісні зміни у постраждалих унаслідок надзвичайної ситуації: дис. ... канд. псих. наук. Харків, 2013. 225 с.
 131. Шльонська О.О. Розгляд поняття «адаптація» з погляду системного підходу. *Актуальні проблеми психології. Том III: Консультативна психологія і психотерапія : Збірник наукових праць Інституту психології імені Г.С.Костюка НАПН України / За ред. Максименка С.Д. Інститут психології ім.Г.С.Костюка НАПН України; 2013. Вип. 9*
 132. Юрків Я. І., Луканов Д. В. Труднощі соціально-психологічної адаптації вразливих верств внутрішньо переміщених осіб до нових умов життя. *Науковий вісник Ужгородського університету*. Серія: «Педагогіка. Соціальна робота». 2021. Вип. 1 (48). С. 469-472.

133. Юрків Я., Луканов Д. Труднощі соціально-психологічної адаптації вразливих верств внутрішньо переміщених осіб до нових умов життя. *Науковий вісник Ужгородського університету. Серія «Педагогіка. Соціальна робота»*. 2021. Вип. 1. С. 469–472.
134. Юрченко В.М. Психічні стани людини: системний опис. Рівне, 2006. 574 с.
135. Austin, E. J., Evans, P., Magnus, B., and O'Hanlon, K. (2007). A preliminary study of empathy, emotional intelligence and examination performance in MBChB students. *Med. Educ.* 41, 684–689. doi: 10.1111/j.1365-2923.2007.
136. Bao, Y., Poppel E. Anthropological universals and cultural specifics: conceptual and methodological challenges in cultural neuroscience. // *Neuroscience & Biobehavioral Reviews*. – 2012. – 36(9). – p. 2143-2146.
137. Bendek E.P. The silent scream: counter transference reaction to victims. *American Journal of Social Psychology*. 1984. V. 4. P. 49–52.
138. Boylan P. Crosscultural Accommodation through a Transformation of Consciousness. *Cultus: the Journal of Intercultural Mediation and Communication*. London, 2009. Vol. 2. P. 33–48.
139. Brooks M., Lasser J. Tech Generation. Raising Balanced Kids in a Hyper-Connected World. New York : Oxford University Press, 2018. 317 p.
140. Cortina J., Doherty M., Schmitt N. The Big Five personality factors in the IPI and VVPI : predictors of police performance. *Personnel Psychology*. 1992. № 45. P. 119–126.
141. Cox D., Pawar M. The Field of Displacement and Forced Migration: Programs and Strategies. *International Social Work: Issues, Strategies, and Programs*. London: Sage, 2006. P. 291–323.
142. Decety, J., and Jackson, P. L. The functional architecture of human empathy. *Behav. Cogn. Neurosci.* 2004. Rev. 3, 71–100.
143. Decety, J., Yoder, K.J. Empathy and motivation for justice: Cognitive empathy and concern, but not emotional empathy, predict sensitivity to injustice for others. *Social Neuroscience* 2016. 11(1), 1-14.

144. Diemer J., Pauli P., Mhhlberger A. Virtual Reality in Psychotherapy // International Encyclopedia of the Social & Behavioral Sciences (Second Edition) / edited by James D. – Wright, Elsevier, Oxford, 2015. – P. 138-146.
145. Giles H., Coupland N. Accommodating language. *Language: contexts and consequences* 1991. Milton Keynes : Open University, 2001. P. 60–93.
146. Guiding principles on internal displacement / UNCR, UN Refugee Agency. URL: <http://www.unhcr.org/protection/idps/43ce1cff2/guiding-principles-internal-displacement.html>
147. Gullahorn J. An Extension of the U-Curve Hypothesis. *Journal of Social Issues*, 1963. 19 (3). P. 33-47.
148. Korunka C. Nemeskeri N., Sauer J. Psychotherapieforschung von Carl Rogers in kritischer Hinsicht. *Person*. 2001. №2.
149. Kluckhohn C., Strodtbeck F. Variation in Value Orientations. *Evenston*, 111, Elmsford, N. Y.: Row Peterson, 2001. p. 169
150. Lai K. Community-based Programme for War-affected Children: the Case of Georgia Social Work and Social Policy in Transition. 2010. Vol. 1, No. 2. P.92–118.
151. Larsen W. W. The relationship of reflection-impulsivity to intelligence and field dependence in older adults. *J. Psychol.* 1999. N. 3. P. 3134.
152. Maddi S. The search for meaning // W. J. Arnold, M. M. Page (eds.). *Nebraska symposium on motivation* 1970. Lincoln: University of Nebraska Press, 1971. P. 137–186.
153. Mannheim K. The problem of generations. *Psychoanalytic review*. 1970. Vol. 57. № 3. P. 378–404.
154. Mehrabian A., Epstein N. Measure of Emotional Empathy. *Journal of Personality*. 1972. Vol. 40. № 4. P. 525–544.
155. Olderbak, S., and Wilhelm, O. (2017). Emotion perception and empathy: an individual differences test of relations. *Emotion* 17, 1092–1106.

156. Petrides, K. V., Furnham, A., and Martin, G. N. (2004). Estimates of emotional and psychometric intelligence: evidence for gender-based stereotypes. *J. Soc. Psychol.* 144, 149–162.
157. Petrini B. Employment and Livelihoods of Sudanese Refugees in Cairo. *Oxford Monitor of Forced Migration*. 2014. Vol. 4, №. 1. P. 51–56.
158. Philips L. Human adaptation and his failures. Academic Press, New York and London, 1999.
159. Piaget J. *Biology and Knowledge*. Chicago: University of Chicago Press, 1971. 384 p.
160. Rogers C.R. *Client-centred therapy*. - Boston etc.: Noughton Miffincj, 1995.
161. Young Kaelber, K. A., Schwartz, R. C. (2014). Empathy and emotional intelligence among eastern and western counsellor trainees: a preliminary study. *Int. J. Adv. Couns.* 36, 274–286
162. Rueckert L., Naybar N. Gender differences in empathy: The role of the right hemisphere. *Neuropsychologia*, 2008, 46(3), 774–783.
163. Saltin, B. Physiological adaptation to physical conditiong. Old problem revisited / // *Acta Mtd Scand Suppl.* 1985. - 711. - P. 11-24
164. Schwarzer R., Fuchs R. Changing risk behaviors and adopting health behaviors: The role of self-efficacy beliefs. *Self-efficacy in changing societies* / Ed. by A. Bandura – Cambridge, 1995. P. 259 – 288.
165. Schwartz S. H., Ros V. Value priorities in West European nations: A crosscultural perspective. *Studies in psychology: A volume in honor of Sonny Kugelmas. Scripta Hierosolymintana*. Ed. by G. Ben Shakhar and A. Liebllich. Jerusalem, 1994. Vol. 36.
166. Seligman M.E.P. *What You Can Change & What You Can't*. New York: Knopf. – 1993. 317 p.
167. Smith A. Cognitive empathy and emotional empathy in human behavior and evolution. *The Psychological Record*, 2006, 56, 3–21.
168. Schulte-Ruther M., Markowitsch H. J., Shah N. J., Fink G. R., Piefke, M. Gender differences in brain networks supporting empathy. *NeuroImage*, 2008,

- 42(1), 393–403.
169. Strauss W., Howe N. *Generations: The history of America's future, 1584 to 2069*. New York, London : Harper Perennial, 1991. 538 p.
 170. Strauss W., Howe N. *Millennials Rising: The Next Great Generation*. New York : Vintage Books, 2000. 432 p
 171. Schuetz A. The Homecomer. *American Journal of Sociology*. 1945. Vol. 50. № 5. P. 369–376.
 172. Feuerstein R. The dynamic assessment of retarded performers: The learning potential assessment device. *Theory, instruments and techniques*. Baltimore, 2000.
 173. Terxiev V. Conceptual framework of social adaptation. *IJASOS-International E-Journal of Advances in Social Sciences*. 2019. Vol. 5. Issue 13. P. 6-15.
 174. *Handbook of interpersonal psychology: theory, research, assessment and therapeutic interventions* / Edited by L.M. Horowitz, S. Strack. New York: Wiley&Sons. 2011. 649 p.
 175. Hartmann, H. *Ego Psychology and the Problem of Adaptation*. N.Y., 1958.
 176. Huh J. et al. Personas in online health communities. *Journal of Biomedical Informatics*. 2016. Vol. 63. P. 212–225.
 177. Johnston A. et al. Online health communities. *Information Technology & People*. 2013. Vol. 26, no. 2. P. 213–235.
 178. White, R.W. *Strategies of adaptations: An attempt at systematic descriptions; coping adaptations*. N.Y. 1974.
 179. Wong P.T.P. Effective Management of Life Stress: The Resource-Congruence Model. *Stress Medicine*. 1993. P. 51–60.

ДОДАТКИ



МІНІСТЕРСТВО ОСВІТИ ТА НАУКИ УКРАЇНИ

ОДЕСЬКИЙ НАЦІОНАЛЬНИЙ УНІВЕРСИТЕТ ІМЕНІ І.І.МЕЧНИКОВА

ФАКУЛЬТЕТ ПСИХОЛОГІЇ ТА СОЦІАЛЬНОЇ РОБОТИ

65100, м. Одеса, вул.В.Містська, 2

тел.: (048) 776-03-03

№ 389 від 11.05.2026
На № від

ДОВІДКА

про впровадження результатів дисертаційної роботи
Савінка Артема Вікторовича на здобуття наукового ступеня доктора філософії
за спеціальністю 053 Психологія за темою:
«СОЦІАЛЬНО-ПЕРЦЕПТИВНІ ЧИННИКИ ЕФЕКТИВНОСТІ АДАПТАЦІЇ
ПЕРЕСЕЛЕНЦІВ У НОВОМУ СЕРЕДОВИЩІ»

Даною довідкою засвідчується впровадження результатів дисертаційного дослідження Савінка Артема Вікторовича на кафедрі соціальної психології Одеського національного університету імені І.І. Мечникова в межах навчальних курсів «Соціальна психологія», «Психологія здоров'я», «Психологія особистості», «Психологія кризових та екстремальних ситуацій», а також у процесі підготовки здобувачів спеціальності 053 Психологія протягом 2023–2026 років.

Предметом впровадження є теоретичні та практичні результати дисертаційного дослідження, зокрема авторське обґрунтування ролі соціально-перцептивних чинників у процесі адаптації переселенців до нового соціального середовища, визначені особливості емпатійної комунікації, соціокультурної толерантності, соціальної контрентності та відчуття приналежності до нової спільноти як чинників ефективної адаптації, результати емпіричного дослідження взаємозв'язків адаптації переселенців із особистісними характеристиками, емоційним інтелектом, соціальною фрустрованістю та креативністю, а також розроблені методичні рекомендації щодо психологічної підтримки та оптимізації процесу соціально-психологічної адаптації переселенців у нових умовах проживання.

Результати впровадження засвідчили, що наукові положення та практичні розробки дисертаційного дослідження Савінка Артема Вікторовича мають наукову новизну, теоретичну та практичну значущість, сприяють поглибленню професійної підготовки здобувачів спеціальності 053 Психологія, а також можуть бути використані у практичній діяльності психологів, консультантів, фахівців психологічної служби та спеціалістів, які працюють із внутрішньо переміщеними особами.

Результати впровадження, викладені в даній довідці, розглянуто та затверджено на засіданні кафедри соціальної психології протокол №9 від 30.04.2026 р.).

Декан факультету психології
та соціальної роботи



Лариса ДУНАСВА



**МІНІСТЕРСТВО ОСВІТИ І НАУКИ УКРАЇНИ
МЕЛІТОПОЛЬСЬКИЙ ДЕРЖАВНИЙ ПЕДАГОГІЧНИЙ
УНІВЕРСИТЕТ ІМЕНІ БОГДАНА ХМЕЛЬНИЦЬКОГО**

Юридична адреса: вул. Гетьманська, 20, м. Мелітополь, Запорізька область, Україна, 72312,
Фактична адреса: вул. Наукового містечка, 59, м. Запоріжжя, Запорізька область, Україна, 69000,
тел. (061) 286-23-60, (096) 21-61-372 E-mail: rectorat@mdpu.org.ua, www.mdpu.org.ua,
код ЄДРПОУ 02125237

26 ТРА 2026

№

01-15/1125

На №

ДОВІДКА

**про впровадження результатів дисертаційного дослідження
Савінка Артема Вікторовича на тему
«Соціально-перцептивні чинники ефективності адаптації переселенців
у новому середовищі»,
поданого на здобуття наукового ступеня доктора філософії
зі спеціальності 053 – Психологія**

У дисертаційному дослідженні Савінка Артема Вікторовича «Соціально-перцептивні чинники ефективності адаптації переселенців у новому середовищі» обґрунтовано та емпірично досліджено особливості впливу соціально-перцептивних чинників на процес адаптації переселенців до нових соціальних умов; визначено роль емпатійної комунікації, соціокультурної толерантності, соціальної конгруентності та відчуття приналежності до нової спільноти у процесі соціально-психологічної адаптації особистості в умовах вимушеного переміщення.

Результати дослідження впроваджено в освітній процес, що передбачало використання матеріалів дисертаційного дослідження під час підготовки здобувачів вищої освіти спеціальності 053 Психологія, проведення лекційних, семінарських і практичних занять, а також у процесі психологічної підготовки фахівців до роботи з внутрішньо переміщеними особами та людьми, які перебувають у кризових життєвих обставинах.

У межах впровадження результатів дослідження використовувалися методичні рекомендації щодо розвитку соціально-перцептивних чинників адаптації переселенців у новому середовищі, спрямовані на формування навичок емпатійної взаємодії, розвитку толерантності до соціокультурних відмінностей, підвищення рівня соціальної довіри, зниження соціальної фрустрованості та оптимізацію процесу соціально-психологічної адаптації особистості.

Основні положення та практичні рекомендації дослідження використовувалися у викладанні дисциплін психологічного циклу, зокрема «Соціальна психологія», «Психологія здоров'я», «Психологія особистості», «Психологія кризових та екстремальних ситуацій», а також під час організації тренінгової та консультативної роботи.

Впровадження результатів дослідження сприяє підвищенню якості професійної підготовки майбутніх психологів, розвитку їхньої професійної компетентності у сфері психологічної підтримки переселенців та осіб, які перебувають у складних життєвих обставинах. Позитивні відгуки викладачів та здобувачів вищої освіти дають підстави констатувати, що тема дисертаційного дослідження є актуальною, а його результати доцільно використовувати в освітньому процесі закладів вищої освіти.

Ректор



Наталя ФАЛЬКО

Виконавець
Олеся ПРОКОФ'ЄВА
+380 96 544 63 63



ЗАТВЕРДЖУЮ

Проректор Одеського державного
університету внутрішніх справ
доктор юридичних наук, професор

Вадим ПІДГОРОДИНСЬКИЙ

«24» 04 2026 р.

АКТ

впровадження в освітній процес Одеського державного університету
внутрішніх справ результатів дисертаційного дослідження
Савінка Артема Вікторовича на тему
«Соціально-перцептивні чинники ефективності адаптації переселенців у
новому середовищі»
на здобуття наукового ступеня доктора філософії зі спеціальності
053 Психологія у галузі 05 Соціальні та поведінкові науки

«24» 04 2026 р.

м. Одеса

Комісія у складі:

- завідувача кафедри психології та педагогіки ОДУВС, кандидата психологічних наук, доцента Олени Бабчук;
- професора кафедри психології та педагогіки ОДУВС, доктора юридичних наук, професора Ольги Пасько;
- начальника забезпечення підділу якості освіти ОДУВС, кандидата історичних наук, доцента Олени Камінської,

склала цей акт про те, що комісією було розглянуто матеріали дисертаційного дослідження здобувача ступеня доктора філософії за спеціальністю 053 «Психологія» Одеського національного університету імені І.І. Мечникова Савінка Артема Вікторовича на тему «Соціально-перцептивні чинники ефективності адаптації переселенців у новому середовищі». У ході розгляду встановлено, що окремі положення, висновки та практичні рекомендації дисертаційного дослідження розроблено та впроваджено в освітній процес, зокрема в навчально-методичні матеріали з дисципліни «Соціальна психологія», адресовані як здобувачам першого (бакалаврського) рівня вищої освіти за спеціальністю 053 «Психологія», так і викладачам закладів вищої освіти. Доцільність такого впровадження зумовлена тим, що в дисертаційному дослідженні обґрунтовано рекомендації щодо розвитку соціально-перцептивних чинників адаптації переселенців у новому соціальному середовищі. Запропоновані підходи спрямовані на формування навичок емпатійної взаємодії, розвиток толерантності до соціокультурних

відмінностей, підвищення рівня соціальної довіри, зниження соціальної фрустрованості та оптимізацію процесу соціально-психологічної адаптації особистості, а також можуть бути використані у процесі психологічної підготовки фахівців до роботи з внутрішньо переміщеними особами та людьми, які перебувають у кризових життєвих обставинах.

Комісія дійшла висновку, що представлені матеріали, отримані в результаті самостійного наукового дослідження, характеризуються належним теоретико-методологічним рівнем та мають суттєву практичну цінність. Отримані результати можуть бути ефективно використані в освітньому процесі Одеського державного університету внутрішніх справ, зокрема під час викладання навчальних дисциплін «Екстремальна та кризова психологія», «Психологія особистості», «Соціальна психологія», а також у процесі підготовки підручників, навчальних посібників, освітніх програм і навчально-методичних матеріалів.

Члени комісії:

Завідувач кафедри психології
та педагогіки ОДУВС,
кандидат психологічних наук, доцент



Олена БАБЧУК

професор кафедри психології
та педагогіки ОДУВС,
доктор юридичних наук, професор

Ольга ПАСЬКО

начальник забезпечення відділу
якості освіти ОДУВС,
кандидат історичних наук, доцент

Олена КАМІНСЬКА



УКРАЇНА
МІНІСТЕРСТВО ОСВІТИ І НАУКИ УКРАЇНИ
Державний заклад

Навчально-науковий інститут фізичної культури, спорту та спеціальної освіти
65020, м. Одеса, вул. Старопортофранківська, 26. Тел.: + 38 (093) 015 61 82
E-mail: mifksr@pdpu.edu.ua

№ 55 від 26/05/2026р.

ДОВІДКА

про впровадження результатів дисертаційного дослідження
Савінка Артема Вікторовича
на тему

«Соціально-перцептивні чинники ефективності адаптації переселенців у новому
середовищі»,

поданого на здобуття наукового ступеня доктора філософії
за спеціальністю 053 – Психологія

У Державному закладі «Південноукраїнський національний педагогічний університет імені К. Д. Ушинського», впродовж 2023–2026 навчальних років у межах дисертаційного дослідження Савінка А. В. впроваджено результати наукового пошуку, присвяченого вивченню соціально-перцептивних чинників ефективності адаптації переселенців у новому середовищі.

У процесі теоретико-емпіричного дослідження обґрунтовано значення соціально-перцептивних чинників як важливої умови включення особистості переселенця в нову систему соціальних зв'язків, формування довіри до соціального оточення, зниження міжособистісної напруженості та розвитку адаптивних моделей поведінки. У роботі адаптацію переселенців розглянуто як процес реконструкції ідентичності, засвоєння нових соціальних ролей і способів взаємодії в умовах зміненого соціокультурного середовища.

Автором емпірично підтверджено структуру соціально-перцептивних чинників адаптації переселенців, до якої належать навички емпатійної комунікації, толерантність до культурних відмінностей та відчуття приналежності до нової спільноти. Також розкрито роль соціальної конгруентності як інтегрального показника ефективності соціального функціонування та міжособистісної взаємодії переселенців у новому середовищі.

У межах дисертаційного дослідження розроблено та апробовано авторську методику вивчення особливостей уявлень переселенців про інших людей, а також укладено методичні рекомендації з розвитку соціально-перцептивних чинників ефективності адаптації переселенців. Зазначені матеріали спрямовані на посилення емпатійної комунікації, соціокультурної толерантності, когнітивної гнучкості, міжособистісної довіри та відчуття належності до нової громади.

Матеріали дисертаційного дослідження використовувалися під час проведення лекційних, практичних і семінарських занять, підготовки навчально-

методичних матеріалів, обговорення проблем психологічної підтримки внутрішньо переміщених осіб, а також у процесі формування у здобувачів освіти практичних навичок добору психодіагностичного інструментарію, інтерпретації емпіричних даних і розроблення програм соціально-психологічної підтримки вразливих груп населення.

Проведене дослідження має високу теоретичну та прикладну значущість у контексті сучасних міграційних процесів, спричинених воєнними подіями в Україні, зростання потреби у психологічному супроводі переселенців та необхідності розроблення науково обґрунтованих підходів до їхньої соціальної інтеграції. Теоретична цінність роботи полягає в уточненні змісту соціально-перцептивних чинників адаптації, поглибленні уявлень про соціальну перцепцію в умовах кризового соціального контексту та обґрунтуванні ролі соціальної конгруентності в процесі адаптивного функціонування особистості.

Прикладна значущість дослідження проявляється у можливості використання отриманих результатів практичними психологами, фахівцями соціальної роботи, працівниками центрів соціально-психологічної допомоги, освітянами та фахівцями громадського сектору під час оцінювання адаптаційного потенціалу переселенців, планування програм психологічної підтримки, розвитку емпатійної комунікації, профілактики соціальної ізоляції та зниження міжгрупової напруженості.

Результати проведеного дослідження дали змогу виявити особливості прояву соціально-перцептивних чинників у переселенців із різним рівнем адаптованості, визначити психологічні ресурси ефективної інтеграції в нову спільноту та окреслити напрями корекційної і розвивальної роботи. Отримані дані підтвердили актуальність урахування емпатійної комунікації, толерантності до культурних відмінностей, соціальної фрустрованості, креативності та відчуття приналежності до нової громади в системі психологічного супроводу переселенців.

Довідка видана для подання за місцем захисту дисертації.

Директор навчально-наукового інституту
фізичної культури, спорту та спеціальної
освіти, доктор психологічних наук,
професор



Ганна Соколова

Ганна СОКОЛОВА



УКРАЇНА
МІНІСТЕРСТВО ОХОРОНИ ЗДОРОВ'Я
НАЦІОНАЛЬНИЙ МЕДИЧНИЙ УНІВЕРСИТЕТ
імені О.О. БОГОМОЛЬЦЯ

бульвар Т.Шевченка, 13, м.Київ, 01601, тел.(044)-234-92-76, 234-40-62,
 e-mail: kancnmu@nmu.ua, www.nmuofficial.com, ЄДРПОУ 02010787

__27.05.2026__ № __19-ЗМП-Д__

На _____

ДОВІДКА

про впровадження результатів наукового дослідження
 Савінка Артема Вікторовича на тему
 «Соціально-перцептивні чинники ефективності адаптації переселенців у
 новому середовищі», подану на здобуття наукового ступеня доктора філософії
 за спеціальністю 053 Психологія

Результати дисертаційного дослідження Савінка Артема Вікторовича щодо вивчення соціально-перцептивних чинників ефективності адаптації переселенців у новому середовищі впроваджено у навчально-виховний процес Одеського національного університету імені І.І. Мечникова при викладанні професійно-орієнтованих дисциплін та спецкурсів «Соціальна психологія», «Психологія особистості», «Психологія здоров'я», що надало змогу поглибити підготовку здобувачів вищої освіти з питань соціально-психологічної адаптації особистості в умовах вимушеного переселення, розвитку навичок емпатійної комунікації, толерантності до культурних відмінностей та формування відчуття приналежності до нової соціальної спільноти.

Впровадження результатів дослідження сприяло удосконаленню теоретико-методологічних засад професійної підготовки майбутніх психологів, розвитку практичних навичок психодіагностичної та консультативної роботи з внутрішньо переміщеними особами, а також розширенню наукових уявлень щодо соціально-психологічних механізмів адаптації особистості в умовах соціальних трансформацій. Матеріали дисертаційного дослідження обговорено та схвалено на засіданні кафедри загальної і медичної психології, протокол № 20 від «21» травня 2026 р.

Перший проректор
 з науково-педагогічної роботи
 та післядипломної освіти



Олександр НАУМЕНКО