

## ОСОБЛИВОСТІ СОЦІАЛЬНО-ПСИХОЛОГІЧНОЇ АДАПТАЦІЇ УКРАЇНЦІВ У НІМЕЧЧИНІ ПІСЛЯ ПОВНОМАСШТАБНОГО ВТОРГНЕННЯ

### FEATURES OF THE SOCIAL AND PSYCHOLOGICAL ADAPTATION OF UKRAINIANS IN GERMANY AFTER THE FULL-SCALE INVASION

Статтю присвячено дослідженню соціально-психологічної адаптації українців, які виїхали за кордон під час повномасштабного вторгнення. Терміни «психологічна» і «соціальна» адаптація дуже сильно переплітаються, проте сьогодні чіткої межі між соціальною і психологічною адаптацією не існує. Ученими використовуються різноманітні методики, що дають змогу більш повно вивчити психологічний стан переселенців, здатність їх до адаптації. Метою дослідження стало визначення зв'язку соціальної і психічної адаптації. В емпіричному дослідженні використано такі методи: авторську анкету, ла SCAS-R Вілсона, тест «Самооцінка психічних станів» Г. Айзенка; коефіцієнт кореляції Пірсона. Вибірку дослідження становили повнолітні переселенці з України до Німеччини (n=52), які виїхали після 24.02.22. За результатами дослідження визначено, що між соціокультурною адаптацією і психічною адаптацією існує обернений зв'язок; у структурі соціальної адаптації переважає високий рівень у міжособистісному спілкуванні та екологічній адаптації; у структурі психічної адаптації переважає середній рівень тривожності, фрустрації, агресивності та ригідності. Навіть за наявності певних труднощів у пристосуванні до умов країни перебування переважна більшість досліджуваних не відчуває безвиході та відчаю або здатна вловитися з ними на високому рівні. Отримані результати можуть бути використані для подальшого дослідження соціальної та психологічної адаптації українців, які виїхали за кордон під час повномасштабного вторгнення, а також для розроблення рекомендацій і програм підтримки психічного стану переселенців.

**Ключові слова:** соціальна адаптація, психічна адаптація, переселенці, біженці.

The article is devoted to the study of socio-psychological adaptation of Ukrainians who went abroad during the full-scale invasion. The terms «psychological» and «social» adaptation are very closely intertwined, until today there is no clear boundary between social and psychological adaptation. Scientists use a variety of methods that allow a more complete study of the psychological state of immigrants, their ability to adapt. The purpose of the study was to determine the connection between social and mental adaptation. The empirical research used the following methods: the questionnaire developed by the authors, Wilson's SCAS-R, H. Eysenck's «Self-Assessment of Mental States» test; Pearson's correlation coefficient. The sample of the study consisted of adult emigrants from Ukraine to Germany (n=52) who left after 24.02.22. Based on the results of the study, it was determined that there is an inverse relationship between socio-cultural adaptation and mental adaptation; the structure of social adaptation is dominated by a high level of interpersonal communication and environmental adaptation; the average level of anxiety, frustration, aggressiveness and rigidity prevails in the structure of mental adaptation. Even if there are certain difficulties in adapting to the conditions of the host country, the majority of the subjects do not feel hopelessness and despair or are able to cope with them at a high level. The obtained results can be used for further research on the social and psychological adaptation of Ukrainians who went abroad during the full-scale invasion, as well as for the development of recommendations and programs to support the mental state of migrants.

**Key words:** social adaptation, psychological adaptation, displaced persons, refugees.

УДК 159.923  
DOI <https://doi.org/10.32782/2663-5208.2024.61.27>

**Безручук С.Л.**

к.економ.н., доцентка,  
магістрантка за спеціальністю 053 –  
Психологія  
Житомирський державний університет  
імені Івана Франка

**Пирог Г.В.**

к.філос.н., доцент,  
доцент кафедри соціальної  
та практичної психології  
Житомирський державний університет  
імені Івана Франка

**Актуальність дослідження та постановка проблеми.** Повномасштабне вторгнення призвело до різкого збільшення кількості міждержавних переселенців. Питання адаптації і пов'язаних із нею психологічних проблем українців, які виїхали до інших країн із початком повномасштабного вторгнення, викликають значний інтерес у науковців, проте і дотепер розглядаються не так широко і потребують досліджень.

Проблеми, пов'язані з психологічною адаптацією, вивчалися багатьма зарубіжними вченими, серед яких: А. Адлер, Дж. Келлі, К. Роджерс, З. Фройд, К. Уорд, А. Кеннеді та ін. Більшість зарубіжних досліджень адаптації переміщених осіб на початковому етапі стосувалися їхнього психічного здоров'я і розглядалися з погляду медицини. Згодом почали досліджувати загальні соціально-психологічні аспекти, наприклад вимірювання соціокультурної адаптації (К. Уорд, А. Кеннеді), психо-

логію інтеграції (Ф. Ботельо та ін. [1]), а також вплив окремих чинників, зокрема зв'язок між «гостинністю» та її відчуттям із психічним здоров'ям біженців (А. М. Келлер, Р. Хаджі [6]); взаємозв'язки національної ідентифікації, внутрішнього взаєморозуміння, а також зв'язок міжетнічної дружби із соціокультурною адаптацією (Д. Глассер, Н. Харт, П. Югерт [3]).

В Україні основна частина досліджень була спрямована на соціально-психологічну адаптацію та пов'язані з нею психологічні проблеми такої категорії мігрантів, як внутрішньо переміщені особи (ВПО), які з'явилися з початком війни у 2014 р. і кількість яких значно збільшилася після повномасштабного вторгнення у 2022 р. Українські науковці проводили аналіз існуючих підходів до тлумачення поняття «адаптація» (Я. Сікора [17]); досліджували соціально-психологічні особливості адаптації внутрішньо переміщених осіб (О. Ішук, О. Лукасевич [12], І. Цирковникова);

психологічне благополуччя, адаптацію та інтеграцію у нову громаду ВПО (В. Котух [13]); проблеми життєстійкості та копінг-стратегій ВПО (Г. Пирог, Т. Бондаренко [16]). Меншою мірою проводилися дослідження українських емігрантів у інші країни: особливості української міграції порівняно з іншими воєнними міграційними переміщеннями останніх років (А. Kolly-Shamne [7]), життєві сценарії українських емігрантів (Г. Гандзілевська [11]); психоемоційний стан переселенців в інші країни (В. Педоренко [15], адаптація неповнолітніх мігрантів (Д. Кузьмін, С. Весперіс [14]) та ін. Однак для надання ефективної психологічної підтримки та допомоги українським біженцям унаслідок війни необхідно розуміти специфіку адаптації українців до нових умов, у тому числі враховувати особливості нових місць перебування, соціокультурні особливості конкретних країн. Однією з країн, що прийняла найбільшу кількість українських мігрантів, є Німеччина.

**Метою дослідження є** визначення показників соціально-психологічної адаптації українців, які виїхали до Німеччини під час повномасштабної війни, та їх взаємозв'язків.

**Методи дослідження.** У дослідженні використано методи: теоретичні (аналіз, систематизація наукової літератури, узагальнення), емпіричні (авторська анкета, шкала SCAS-R Вілсона, тест «Самооцінка психічних станів» Г. Айзенка) та статистичні (коефіцієнт кореляції Пірсона).

**Виклад основних результатів дослідження.** Проведений аналіз наукових джерел показав, що соціально-психологічну адаптацію мігрантів визначають як процес, під час якого людина пристосовується до нових або незвичних для неї цінностей і соціальних зв'язків, прийнятих у тому чи іншому суспільстві [10]. Психологічний складник адаптації вимірюється не об'єктивними показниками, а суб'єктивними, це «психічний стан задоволення від нового життя, пов'язаного з психічним здоров'ям» [8]. На думку багатьох учених, психологічна адаптація пов'язана з відчуттям психічного благополуччя або щастя після міграції в нове суспільство (С. Хаджар [4], Ф. Ботельо та ін. [1]). Проведені науковцями К. А. Демес, Н. Гірерт дослідження виявили, що чим краще особи пристосувалися до нового середовища, тим вони мають менший рівень поганого самопочуття [2, с. 94]. Відповідно, як суб'єктивні показники психологічної

адаптації можна розглядати рівні тривожності, фрустрації, агресивності, ригідності: чим краще людина адаптується до нового культурного середовища, тим менше у неї будуть проявлятися дані психічні стани.

На відміну від емігрантів більшості країн, які покинули рідну країну через пошук роботи або кращих соціальних умов, міграція українців пов'язана з військовими діями, що суттєво відрізняє проблеми психологічної адаптації переселенців. Українці, які були вимушено залишити свої домівки, мають травмівний досвід, що впливає на адаптацію до нового середовища.

Дослідження соціальної адаптації та психічних станів українців у контексті їх адаптації у Німеччині було проведено в лютому-березні 2024 р. онлайн анонімно та конфіденційно. Запрошення з посиланням на Google-форму були розміщені у соціальних мережах та місцевих Telegram-групах спілкування українців, які знаходяться в різних землях Німеччини. Вибірка становила 52 особи від 18 до 60 років (із середнім показником 40,3 року). Усі вони є переселенцями, які виїхали з України в Німеччину після 24 лютого 2022 р. і перебувають на її території за програмою тимчасового прихистку. Переважна частина опитуваних – жінки (84,6%). За складом родин опитуваних 38,5% – це матері з дітьми; така ж частка (38,5%) – сім'ї у повному складі, включно сім'ї, які складаються з повнолітніх дітей та їхніх батьків; 13,4% – одинокі або які приїхали без сім'ї, інші сім'ї – 9,6%. За терміном перебування 9,6% респондентів перебувають у Німеччині до одного року, 71,2% – один рік і більше, 19,2% – два роки. Отже, у дослідженні взяли участь переважно жінки з дітьми та родинами, які внаслідок повномасштабної війни виїхали в Німеччину і на момент опитування перебували там близько двох років.

Результати дослідження соціокультурної адаптації за методикою SCAS-R (табл. 1) показують, що у цілому адаптація досліджуваних відбулася успішно. За загальним показником більшість респондентів виявила середній рівень адаптації (78,9%), тільки одна особа з явно вираженим низьким рівнем адаптації. Розподіл за різними показниками соціокультурної адаптації нерівномірний: найвищі показники виявлено за екологічною адаптацією і міжособистісним спілкуванням; найнижчі – за успішністю праці або/та навчання.

Таблиця 1

**Соціокультурна адаптація досліджуваних (за шкалою SCAS-R, Вілсон (Wilson))**

Рівень адаптації	% (кількість) респондентів за показниками (n=52)					Загальний рівень адаптації
	міжособистісне спілкування	успішність навчання/праці	особисті інтереси та залученість в громаду	екологічна адаптація	володіння мовою	
Високий	53,8%	23,1%	30,8%	59,6%	19,2%	19,2%
Середній	42,3%	63,5%	63,5%	40,4%	73,1%	78,9%
Низький	3,9	13,4%	5,7%	–	7,7%	1,9%

У міжособистісному спілкуванні переважає високий рівень адаптації (53,8%), більше ніж половина досліджених оцінює свій рівень спілкування як високий, тобто вони вважають, що можуть будувати і підтримувати відносини та взаємодіяти на всіх рівнях, змінили або можуть змінювати свою поведінку відповідно до соціальних норм, правил, поглядів, вірувань та звичаїв, тлумачити та реагувати на емоції інших людей. Трохи менше половини людей (42,3%) мають середній рівень адаптованості, тобто вони вважають, що мають незначні проблеми у спілкуванні. Вони зазначили, що незначно змінили свою поведінку або тон спілкування відповідно до соціальних норм, правил та звичаїв приймаючої країни. Незначний відсоток людей (3,9%) мають низький рівень адаптованості в міжособистісному спілкуванні, тобто вони вважають, що у них є складності у взаємодії, підтримці соціальних відносин, вони не змогли змінити свою поведінку відповідно до оточення, не мають взаємодії на соціальних заходах, не можуть точно тлумачити та реагувати на емоції інших людей.

Щодо рівня екологічної адаптації, то жоден із респондентів не визначив її як низьку. Більше половини (59,6%) визначили свій рівень адаптації до навколишнього середовища як високий, вони адаптовані до рівня шуму і щільності населення в тій місцевості, де вони мешкають, мають навички та можуть зорієнтуватися в країні перебування, адаптовані до темпу життя. Менше половини (40,4%) мають незначні труднощі.

Більшість опитуваних (63,5%) зазначила, що має середні показники успішності взаємодії під час навчання та/або праці. На їхню думку, вони мають незначні проблеми у взаємодії з колегами і виконанні навчальних або робочих обов'язків. Успішно із цим справляється невелика кількість респондентів (23,1%). Вони не мають проблем в отриманні зворотного зв'язку від колег, побудові й підтримці відносин у колективі. Невеликий відсоток (3,9%) вважає себе не успішними у питаннях взаємодії в колективі під час навчання та/або праці.

За показниками підтримки особистих інтересів і залученості в громаду невеликий відсоток людей (5,7%) у новому середовищі не можуть підтримувати свої попередні захоплення й інтереси на тому рівні, на якому вони це робили до переселення, мають проблеми у взаємодії з громадськими і державними установами й отриманні необхідних їм громадських послуг, не беруть участі в громадських заходах, мають значні труднощі у вирішенні повсякденних бюрократичних питань (наприклад, відправка необхідних листів до державних установ) і потребують підтримки. Натомість більша частина (63,5%) сьогодні має незначні труднощі в даних питаннях або взагалі не має їх (30,8%). Цікаво, що опитувані, які вказували найвищі бали щодо відсутності проблем щодо вирішення бюрокра-

тичних питань, мали середні показники володіння мовою.

Невелика кількість респондентів (19,2%) указала, що має високий рівень володіння мовою, тобто вільно розуміє, говорить, читає і пише на мові приймаючої країни. Більшість респондентів (73,1%) визначила свій рівень як середній і має певні труднощі. Зовсім невелика кількість опитуваних визначила свій рівень володіння німецькою мовою як низький (7,7%). Цей показник адаптації за рівнем володіння мови дещо відрізняється від показників, отриманих у першому блоці анкети, яка стосувалася навичок володіння мовою, відповідно до якої лише 9,6% вільно володіють мовою країни перебування, 55,8% – володіють мовою на побутовому рівні, 30,8% – не володіють мовою країни перебування, проте відвідують обов'язкові курси, 3,9% – не планують вивчати. Це свідчить про те, що навіть наявність мовного бар'єру і недостатнє знання мови не призвели до неможливості адаптації досліджуваних українців у Німеччині.

Отже, більшість досліджуваних українців, що виїхали до Німеччини, мають середній рівень соціокультурної адаптації. Найвищі показники отримано за екологічною адаптацією, що пов'язано з незначними відмінностями між Україною та Німеччиною за географічними і природними показниками, та міжособистісним спілкуванням, що може бути пов'язано з особистісними характеристиками опитуваних і незначними відмінностями в окремих культурологічних та релігійних переконаннях. Також незначна кількість низьких показників адаптації може бути пояснена терміном перебування у новому середовищі (близько двох років), відповідно, основні психофізіологічні процеси адаптування вже закінчилися.

За результатами дослідження психічних станів за методикою «Самооцінка психічних станів» у переважній більшості респондентів визначено середній та низький рівні досліджуваних станів, високий рівень діагностовано за кожною шкалою лише у 1–2 осіб. Один респондент відзначив, що він відчуває високий рівень тривожності, проте за іншими показниками дослідження визначено низький рівень (у тому числі за іншими методиками). Аналогічно респондент, у якого визначено високий рівень агресивності, має середній рівень інших показників.

Половина респондентів (50%) визначила себе як осіб, які не схильні до надмірних переживань і відчуття невпевненості, не очікують неприємностей, менше половини (48,1%) описали свій емоційний стан тривоги як середній, можливо, це пов'язано з певним їх очікуванням неприємностей, невдач. Високий рівень емоційної напруги відчувають 1,9% опитуваних.

Якщо виходити з визначення фрустрації (Б. Ф. Джеронімус, О. М. Лацель) як негативної емоції, що бере свій початок у розчаруванні (лат. *frustrā* – даремно) і може бути визначена як дратівливий дистрес після того, як бажання

зіткнулося з непохитною реальністю [5, с. 1], то більша частина опитуваних (65,4%) не відчуває безвиході та відчаю, а 30,7% відчувають його на середньому рівні. Тільки 3,9% респондентів відчувають роздратування, що супроводжується напруженістю, розчаруванням, відчаєм, почуттям безвиході та депресією.

Щодо рівня агресивності, то переважає середній рівень (51,9%); трохи менше половини досліджених (46,2%) оцінюють свій рівень агресивності як низький, тобто вони вказали, що відчувають себе доволі спокійно і стримано. Як зазначалося вище, 1,9% відзначили, що відчувають певну агресію, мають труднощі у спілкуванні, роботі з людьми.

За рівнем ригідності лише 3,9% опитуваних відчувають певну складність або нездатність перебудови в процесі адаптації, не готові змінювати свою поведінку, переконання і погляди. Ці ж люди за результатами вивчення рівня соціальної адаптації відзначали або низький рівень володіння мовою, або труднощі в особистісному спілкуванні. Небажання перебудови може бути пов'язано з особистісними характеристиками або ж із впливом зовнішніх обставин. Більша половина опитуваних (53,8%) має середній рівень ригідності, відчуває певні труднощі в необхідності адаптуватися до нових умов життя, не може це робити швидко. 42,3% легко змінюють власну поведінку, що допомагає їм адаптуватися до нових життєвих обставин.

Отже, за даними проведеного дослідження, респонденти не виявляють високого рівня тривожності, агресивності, фрустрації та ригідності.

Для визначення взаємозв'язку соціокультурної адаптації і психічних станів було проведено кореляційний аналіз за коефіцієнтом Пірсона (табл. 3).

Проведений кореляційний аналіз показав, що між деякими показниками соціокультурної адаптації і психічними станами досліджуваних існують статистично значущі зв'язки. Було виявлено помірний обернений зв'язок між тривожністю і фрустрацією та міжособистісним спілкуванням, успішністю навчання/праці, екологічною адаптацією, а також між екологічною адаптацією і ригідністю. Тобто спокій та відсутність роздратування, безнадії у досліджуваних українців відповідають високим показникам спілкування, успішності та пристосування до зовнішніх умов життя у Німеччині. Зв'язків між агресивністю та соціокультурною адаптацією, а також залученості в громаду і володіння мовою з психічними станами не було виявлено.

**Висновки та перспективи подальших досліджень.** Проведене дослідження соціально-психологічної адаптації українців, які виїхали до Німеччини під час повномасштабної війни, дає змогу зробити такі висновки:

1. Соціально-психологічна адаптація мігрантів – це процес пристосування до нового соціального, культурного, мовного, фізичного середовища. Міграція українців пов'язана з воєнними діями, відповідно, проблеми адаптації українських переселенців мають специфічний характер. Як психологічні показники адаптації українських мігрантів за кордон можна розглядати психічні стани, зокрема тривожність і фрустрацію.

2. У досліджуваних українців, що виїхали до Німеччини, переважає середній рівень соціокультурної адаптації. Найкраще адаптація відбулася за екологічними та комунікативними складниками середовища, найгірше – за успішністю праці або/та навчання.

Таблиця 2

**Психічні стани опитуваних за методикою «Самооцінка психічних станів» (Г. Айзенк)**

Рівень прояву	Психічні стани, у % (n=52)			
	тривожність	фрустрація	агресивність	ригідність
Низький рівень	50%	65,4%	46,2%	42,3%
Середній рівень	48,1%	30,7%	51,9%	53,8%
Високий рівень	1,9%	3,9%	1,9%	3,9%

Таблиця 3

**Зв'язки соціокультурної адаптації і психічних станів (за коефіцієнтом кореляції Пірсона)**

Адаптація	Психічні стани			
	тривожність	фрустрація	агресивність	ригідність
міжособистісне спілкування	-0,3894	-0,3673	0,2434	-0,0504
	p=0,004	p=0,007	p=0,082	p=0,722
успішність навчання/ праці	-0,3946	-0,4370	0,1181	-0,2257
	0	p=0,001	p=0,405	p=0,108
особисті інтереси та залученість у громаду	-0,2702	-0,2044	-0,0030	-0,0356
	p=0,053	p=0,146	p=0,983	p=0,802
екологічна адаптація	-0,4649	-0,3517	0,1513	-0,3114
	p=0,001	p=0,011	p=0,284	p=0,025
володіння мовою	-0,0947	-0,1861	0,2170	-0,0009
	p=0,504	p=0,187	p=0,122	p=0,995

3. Переважна більшість досліджуваних має середній та низький рівні тривожності, агресивності, фрустрації та ригідності, що свідчить про успішність психологічної адаптації опитаних українців у Німеччині.

4. Результати кореляційного аналізу показали, що статистично значущі обернені зв'язки помірної сили існують між тривожністю, фрустрацією та міжособистісним спілкуванням, успішністю навчання/праці, екологічною адаптацією.

5. Після 1,5–2 років перебування у Німеччині українські переселенці демонструють значну соціокультурну та психологічну адаптованість. Чим вище у них успішність спілкування, навчання/праці, пристосування до зовнішніх умов життя, тим менші у них тривожність та фрустрація. Це може свідчити про те, що українські мігранти здебільшого стійкі до невдач, не бояться труднощів та здатні впоратися з ними на високому рівні.

Подальших досліджень потребує визначення взаємозв'язку психічних станів і соціальної адаптованості українців. Отримані результати можуть бути використані для подальшого дослідження соціальної та психологічної проблематики українських мігрантів за кордоном, а також для розроблення рекомендацій та програм їх підтримки. Перспективу подальших досліджень ми вбачаємо у розробленні та апробації програми психологічної підтримки українських мігрантів за кордоном.

#### ЛИТЕРАТУРА:

- Botelho F., Bogdan L., Power S. A. Re-engaging cultural differences: Culture, morality, trauma and the integration of non-Western migrants. *Current Opinion in Psychology*, 2022. Vol. 48. P. 1–8. <https://doi.org/10.1016/j.copsyc.2022.101454>.
- Demes K.A., Geeraert N. Measures Matter: Scales for Adaptation, Cultural Distance, and Acculturation Orientation Revisited. *Journal of Cross-Cultural Psychology*, 2014. Vol 45(1). P. 91–109. <https://doi.org/10.1177/0022022113487590>.
- Glaesser D., Harth N., Jugert P. Young refugees' adaptation process in Germany: The role of social identification and mutual understanding in inter-ethnic friendships with native peers. Conference *Nachwissenschaftler\*innenkonferenz*. (Wernigerode, June 2023). P. 382–389. [https://www.researchgate.net/publication/371292080\\_Young\\_refugees'\\_adaptation\\_process\\_in\\_Germany\\_The\\_role\\_of\\_social\\_identification\\_and\\_mutual\\_understanding\\_in\\_inter-ethnic\\_friendships\\_with\\_native\\_peers](https://www.researchgate.net/publication/371292080_Young_refugees'_adaptation_process_in_Germany_The_role_of_social_identification_and_mutual_understanding_in_inter-ethnic_friendships_with_native_peers) (дата звернення: 11.02.2024).
- Hajar S. Acculturation gaps among Afghan refugee families in Canada: Implications for family relationships, adaptation outcomes and subjective wellbeing of emerging adults. *International Journal of Intercultural Relations*, 2023. Vol. 97. <https://doi.org/10.1016/j.ijintrel.2023.101877>.
- Jeronimus, B.F., Laceulle, O.M. Frustration. *Encyclopedia of Personality and Individual Differences*. Publisher: Springer, New York, Editors: Virgil Zeigler-Hill and Todd K. Shackelford. 2017. Edition 1. P. 1–8. DOI: 10.1007/978-3-319-28099-8\_815-1.
- Keller, A.M., Hajji, R. Die psychische Gesundheit von Geflüchteten in Deutschland. *Präv Gesundheitsf*, 2021. Vol. 16. P. 354–360. <https://doi.org/10.1007/s11553-021-00833-0>
- Kolly-Shamne, A. Socio-psychological online survey of Ukrainian forced migrants in the first months of the war in 2022: General characteristics of the study and methodological aspects of data collection on Facebook. *Scientific Bulletin of Mukachevo State University. Series «Pedagogy and Psychology»*, 2022. Vol. 8(3). P. 53–66.
- Rongxi Wang, etc. How job stress and psychological adaptation predicting interpersonal needs among female migrant manufacturing workers in China: a structural equation model. *Safety and Health at Work*, 2023. Vol. 14. Is. 2. P. 222–228. <https://doi.org/10.1016/j.shaw.2023.03.001>
- Wilson J., Ward C., Fetvadjev V., Bethel A. Measuring Cultural Competencies: The Development and Validation of a Revised Measure of Sociocultural Adaptation. *Journal of Cross-Cultural Psychology*. Vol. 48. P. 1475–1506. DOI: 10.1177/0022022117732721.
- Безручук С.Л. Адаптація українців у Німеччині після повномасштабного вторгнення: теоретичний аналіз. *Геноцид у парадигмі ХХ–ХХІ ст.: міждисциплінарний діалог* : матеріали Всеукраїнської науково-практичної конференції, м. Житомир, 27 березня 2024 р. Житомир : ЖДУ ім. І. Франка, 2024. С. 37–43.
- Гандзілевська Г.Б. Життєві сценарії українських емігрантів (психолого-акмеологічний дискурс) : монографія. Острог : Острозька академія, 2018. 458 с.
- Ішук О.В., Лукасевич О.А. Соціально-психологічні особливості адаптації внутрішньо переміщених осіб із тимчасово окупованих територій України. *Журнал сучасної психології*, 2019. Вип. 1. С. 53–59. <https://doi.org/10.26661/2310-4368-2019-1-15-08>
- Котух О.В. Психологічне благополуччя внутрішньо переміщеної особи: адаптація та інтеграція в нову громаду. *Науковий вісник ХДУ. Серія «Психологічні науки»*. Секція 3 «Соціальна психологія; психологія соціальної роботи». 2023. Вип. 1. С. 56–61.
- Кузьмін Д.В., Весперіс С.З. Сучасні проблеми та виклики захисту прав неповнолітніх мігрантів при отриманні освітніх послуг. *Сучасні виклики для міграційної політики: правові, освітні та історичні аспекти* : матеріали науково-практичного круглого столу, м. Суми, 24 червня 2023 р. Суми : Сумський державний університет, 2023. С. 28–31.34.
- Педоренко В.М. Особливості психоемоційного стану переселенців в умовах іншої країни (на прикладі Німеччини). *Науковий вісник Ужгородського національного університету. Серія «Психологія»*. 2022. Вип. 5. С. 5–10. <http://psy-visnyk.uzhnu.uz.ua/index.php/psy/article/view/157/248>
- Пирог Г., Бондаренко Т. Особливості зв'язку життєстійкості з копінг-стратегіями внутрішньо переміщених осіб. *Габітус*. 2024. Вип. 56. С. 193–197.
- Сікора Я.В. Адаптація як об'єкт наукового дослідження: психолого-педагогічний аналіз. *Науковий вісник Ужгородського університету. Серія «Педагогіка. Соціальна робота»*. 2022. Вип. 2(51). С. 135–139. DOI: 10.24144/2524-0609.2022.51.135-139.