

**МІНІСТЕРСТВО ОСВІТИ І НАУКИ УКРАЇНИ
КАМ'ЯНЕЦЬ-ПОДІЛЬСЬКИЙ НАЦІОНАЛЬНИЙ УНІВЕРСИТЕТ
ІМЕНІ ІВАНА ОГІЄНКА
ФАКУЛЬТЕТ СПЕЦІАЛЬНОЇ ОСВІТИ, ПСИХОЛОГІЇ
І СОЦІАЛЬНОЇ РОБОТИ
КАФЕДРА ЗАГАЛЬНОЇ ТА ПРАКТИЧНОЇ ПСИХОЛОГІЇ**

Кваліфікаційна робота

на здобуття ступеня вищої освіти «бакалавр»

з теми: **«ЕМОЦІЙНИЙ ІНТЕЛЕКТ ТА СОЦІАЛЬНО-ПСИХОЛОГІЧНА
АДАПТАЦІЯ УКРАЇНСЬКИХ ЕМІГРАНТІВ З ДІТЬМИ»**

Виконала: студентка 4 курсу
Ps1-B21z групи
спеціальності 053 Психологія
(заочна форма навчання)
**Аюані
Єлизавета Костянтинівна**

Керівник:
Онуфрієва Ліана Анатоліївна,
доктор психологічних наук,
професор, завідувач кафедри
загальної та практичної психології

Рецензент:
Гончарук Наталія Миколаївна,
доктор психологічних наук,
доцент, доцент кафедри
загальної та практичної психології

Кам'янець-Подільський – 2025 р.

ЗМІСТ

ВСТУП	3
РОЗДІЛ 1 ТЕОРЕТИКО-МЕТОДОЛОГІЧНІ ЗАСАДИ ДОСЛІДЖЕННЯ ФАКТОРІВ СОЦІАЛЬНО-ПСИХОЛОГІЧНОЇ АДАПТАЦІЇ ОСОБИСТОСТІ	9
1.1. Аналіз досліджень соціально-психологічної адаптації	9
1.2. Соціально-психологічні труднощі, з якими стикаються особи в еміграції.....	19
1.3. Значення емоційного інтелекту для адаптації вимушених мігрантів.....	26
Висновки до першого розділу	36
РОЗДІЛ 2. ЕМПІРИЧНЕ ДОСЛІДЖЕННЯ ОСОБЛИВОСТЕЙ ВЗАЄМОЗВ'ЯЗКУ ЕМОЦІЙНОГО ІНТЕЛЕКТУ ТА СОЦІАЛЬНО- ПСИХОЛОГІЧНОЇ АДАПТАЦІЇ УКРАЇНСЬКИХ ЕМІГРАНТІВ З ДІТЬМИ.....	38
2.1. Методологічні основи визначення мети, завдань та гіпотез емпіричного дослідження	38
2.2. Підбір психодіагностичних методик та характеристика вибірки дослідження	41
2.3. Аналіз та інтерпретація результатів емпіричного дослідження	46
Висновки до другого розділу.....	62
ВИСНОВКИ	64
СПИСОК ВИКОРИСТАНИХ ДЖЕРЕЛ.....	67

ВСТУП

Актуальність дослідження. З початком повномасштабної агресії Росії проти України у лютому 2022 року значна кількість громадян України була змушена покинути свої домівки та шукати прихистку за межами країни. Основну групу серед вимушених переселенців склали жінки разом із дітьми.

Переміщення на нове місце завжди супроводжується істотними труднощами у процесі соціально-психологічної адаптації. У випадку вимушеної міграції ці труднощі тільки загострюються під впливом додаткових стресових чинників.

Соціально-психологічна адаптація передбачає складний процес взаємодії особистості з новим соціальним середовищем, який забезпечує її здатність до ефективного і комфортного функціонування у різних соціальних групах. Особливої ваги цей процес набуває в умовах суттєвих суспільних змін або переходу людини у нове оточення, де висувуються інші вимоги та умови. Для жінок з дітьми адаптація у таких обставинах часто ускладнюється через підвищене відчуття ізольованості.

Матері з дітьми завжди є соціально вразливою групою, навіть у стабільних обставинах. Ситуація ускладнюється, коли жінка залишається на самоті у чужій країні разом з дитиною або декількома дітьми. Вони можуть стикатися як із загальними викликами міграції (мовні труднощі, адаптація до нової культури, питання самореалізації, складнощі у встановленні міжособистісних зв'язків), так і з нестачею власних психологічних ресурсів для повноцінного пристосування. Турбота про дітей обмежує можливість відвідувати мовні курси, працевлаштовуватися чи підтримувати стабільний психоемоційний стан.

Актуальність цієї теми підкреслюється також загальними тенденціями сучасних міграційних процесів. Особливості, з якими зіштовхуються люди в умовах еміграції, породжують унікальні виклики для їхньої соціально-психологічної адаптації та значною мірою впливають на психоемоційний стан.

Однією з характерних проблем, з якою зіштовхуються родини мігрантів, є ускладнення батьківсько-дитячих взаємин. Частіше за все це пов'язано зі стресовими навантаженнями та труднощами адаптації, які переживають усі члени родини. У таких умовах відбувається зміна сімейних ролей, що може призводити до послаблення батьківського авторитету.

Крім того, емоційна напруга, викликана міграцією, підвищує рівень емоційної реактивності серед усіх членів родини. Це негативно впливає на здатність до конструктивної взаємодії, особливо у конфліктних ситуаціях. Під впливом стресу батьки можуть ставати менш доступними емоційно для своїх дітей, що ще більше ускладнює батьківсько-дитячі стосунки.

У цьому контексті особливого значення набуває вивчення факторів, які сприяють успішній адаптації в умовах вимушеної міграції. Одним із таких чинників є розвиток емоційного інтелекту.

Емоційний інтелект визначається як здатність розпізнавати, розуміти та регулювати власні емоції, а також емоційні стани інших людей. Він визначає якість взаємодії особистості з оточенням, прийняття нею рішень і ставлення до життєвих обставин.

У контексті вимушеної міграції роль емоційного інтелекту стає особливо ваговою. Розвинені навички емоційного інтелекту допомагають краще адаптуватися до нових умов, підвищують емоційну стійкість і здатність ефективно регулювати власні емоції.

Дослідження емоційного інтелекту у взаємозв'язку із соціально-психологічною адаптацією має практичне значення для розроблення навчальних програм і тренінгів, спрямованих на підтримку емоційного розвитку осіб, які перебувають в еміграції.

Зважаючи на постійне зростання кількості українців, що перебувають за кордоном разом із дітьми, важливо також аналізувати, яким чином рівень емоційного інтелекту батьків впливає не лише на їхню особисту адаптацію, а й на характер взаємин у родині.

Так, обрана тема дослідження є надзвичайно актуальною й потребує особливої уваги у сучасних реаліях.

Мета дослідження полягає у теоретичному обґрунтуванні та емпіричному вивченні особливостей взаємозв'язку між емоційним інтелектом і соціально-психологічною адаптацією осіб, які перебувають за кордоном разом із дітьми.

Об'єктом дослідження є процес соціально-психологічної адаптації осіб, що знаходяться за межами України разом із дітьми.

Предметом дослідження виступає емоційний інтелект як чинник, що впливає на соціально-психологічну адаптацію осіб у міграційних умовах.

Концептуальна гіпотеза дослідження полягає в тому, що високий рівень розвитку емоційного інтелекту сприяє позитивній соціально-психологічній адаптації та покращенню психологічного стану осіб, які перебувають за кордоном з дітьми.

Емпіричні гіпотези сформульовані таким чином:

1. Вищий рівень емоційного інтелекту пов'язаний з кращими показниками соціально-психологічної адаптації у осіб, які виїхали за кордон з дітьми.
2. Підвищений рівень емоційного інтелекту корелює із вищим рівнем психологічного благополуччя у осіб, які перебувають за межами країни разом із дітьми.
3. Розвинений емоційний інтелект знижує ймовірність прояву депресивних симптомів у осіб, які перебувають за кордоном з дітьми.
4. Вищий рівень емоційного інтелекту пов'язаний з більш високим рівнем прийняття своїх дітей матерями, які емігрували разом із ними.

Відповідно до поставленої мети та гіпотез у дослідженні було визначено такі **завдання**:

1. Провести теоретичний аналіз наукових джерел, присвячених проблематиці дослідження.
2. Аргументувати взаємозв'язок емоційного інтелекту та процесу соціально-психологічної адаптації.
3. Організувати та провести емпіричне дослідження для виявлення характеру взаємозв'язку між рівнем емоційного інтелекту, рівнем соціально-психологічної адаптації, психологічним благополуччям та прийняттям своїх дітей серед матерів, які перебувають за кордоном.
4. Сформулювати узагальнені висновки та окреслити напрями подальших наукових пошуків.

Методами дослідження виступили такі підходи: для теоретичного аналізу використовувалися методи аналізу, порівняння, систематизації та узагальнення інформації. Емпіричне дослідження здійснювалося за допомогою психодіагностичних методик: «Тест емоційного інтелекту» (Н. Холл), Опитувальник «Дезадаптивність» (І. Приходько, Я. Мацегора, О. Колесніченко, М. Байда), Модифікована шкала суб'єктивного благополуччя «БіБіСі» (П. Понтін, М. Шваннауер), «Тест-опитувальник батьківського ставлення» (А. Варга, В. Столін), а також «Шкала депресії DEPS» (О. Поутанен, А-М. Коівісто). Для математико-статистичної обробки результатів застосовувалися методи обчислення первинних статистик, описова статистика, кореляційний аналіз. Обробка даних проводилася за допомогою програмного забезпечення IBM SPSS Statistics.

Теоретико-методологічну базу роботи складають фундаментальні психологічні дослідження, присвячені емоційному інтелекту, соціально-психологічній адаптації та їхньому значенню для успішної життєдіяльності людини, які у різні періоди здійснювали такі вчені: Г. Ауберт, М. Байда, Р. Бар-Он, Г. Березюк, К. Бернар, Дж. Беррі, І. Булах, Х. Вайсбах, Г. Гарднер, Д. Гоулман, У. Дакс, С. Дерев'янка, А. Камбур, В. Кислий, Н. Коврига, А-М.

Коівісто, О. Колісніченко, С. Колот, Г. Костюк, Г. Кравцов, М. Лукашевич, Дж. Майєр, Я. Мацегора, О. Мороз, Е. Носенко, Г. Орме, К. Петрідес, П. Понтін, О. Поутанен, І. Приходько, К. Роджерс, П. Селовей, Г. Сельє, О. Собченко, К. Стайнер, Е. Фернхем, О. Філатова, В. Франкл, Н. Холл, О. Чебикін, А. Чеботар, М. Шваннауер та багато інших дослідників.

Базою дослідження стали дані, зібрані впродовж вересня 2024 року – січня 2025 року. У дослідженні взяли участь 54 жінки, які на момент проведення перебували в еміграції (у 13 різних країнах) разом зі своїми дітьми. Тривалість їхнього перебування за кордоном варіювалася від 10 до 25 місяців, вік учасниць складав від 26 до 46 років.

Теоретична значущість отриманих результатів полягає у доповненні та узагальненні теоретичних знань щодо впливу емоційного інтелекту на рівень соціально-психологічної адаптації та психологічного благополуччя у контексті батьківсько-дитячих взаємин; у встановленні взаємозв'язку між розвитком емоційного інтелекту та рівнем соціально-психологічної адаптації осіб, які перебувають у вимушеній еміграції разом із дітьми.

Практична значущість дослідження виявляється у можливості використання отриманих результатів у практичній роботі психологів із тими, хто перебуває за кордоном і потребує підтримки у процесі адаптації до нових умов. Крім того, результати можуть стати основою для розроблення програм психологічної допомоги тимчасово переміщеним особам із дітьми.

Апробація та впровадження результатів. Результати проведеного дослідження доповідалися здобувачем та отримали схвалення на таких міжнародних конференціях: на X Міжнародній науково-практичній конференції «Актуальні проблеми експериментальної психології: досвід та перспективи» на пошану професора А.І. Шинкарюка (29 жовтня 2024 р., м. Кам'янець-Подільський), на X Міжнародній науково-практичній конференції «Актуальні проблеми сучасної психології: перспективні та пріоритетні напрями наукових досліджень молодих науковців» (Кам'янець-Подільський,

19 листопада 2024 р.), на X Міжнародній науково-практичній конференції «Актуальні проблеми психології особистості на європейському просторі» (Кам'янець-Подільський, 18 лютого 2025 р.), на XVII Міжнародній науково-практичній конференції «Актуальні проблеми психології особистості та міжособистісних взаємин» (Кам'янець-Подільський, 23 квітня 2025 р.) та знайшли своє відображення у публікації автора.

Публікації.

Аіюані Є.К. Емоційний інтелект та соціально-психологічна адаптація українських емігрантів з дітьми. *Актуальні проблеми психології особистості на європейському просторі*: Матеріали X Міжнародної науково-практичної конференції, 18 лютого 2025 р. / за ред. С.Д. Максименка, Л.А. Онуфрієвої. Кам'янець-Подільський : Видавець Ковальчук О.В., 2025. 166 с. Укр., пол./ С. 17–21. URI: <http://elar.kpnu.edu.ua/xmlui/handle/123456789/9173>

Структура роботи: робота складається з вступу, двох розділів, висновків та списку використаних джерел (налічує 50 найменувань). Робота містить 5 рисунків, 10 таблиць.

ВИСНОВКИ

У межах теоретичного дослідження проблеми соціально-психологічної адаптації осіб, які знаходяться в еміграції разом із дітьми, було розглянуто питання соціально-психологічної адаптації як ключового процесу для розуміння змін, що відбуваються з особистістю в новому соціокультурному середовищі. Соціально-психологічна адаптація розглядається як багаторівневий і складний процес, який передбачає інтеграцію індивіда в нову спільноту, пристосування до нових соціальних умов і прийняття іншої культурної системи, що потребує значних ресурсів та зусиль з боку мігранта.

Процес адаптації включає зміни на емоційному, когнітивному та поведінковому рівнях, що охоплює трансформацію емоційних реакцій, способів мислення та взаємодії із соціальним середовищем.

Дослідження показало, що значним чинником, який впливає на адаптаційний процес, є мовний бар'єр. Крім цього, розбіжності у менталітеті та культурних нормах можуть спричиняти непорозуміння і сприяти соціальній ізоляції. Також виявлено, що стресові фактори та труднощі адаптації всієї родини негативно позначаються на батьківсько-дитячих стосунках.

Еміграція нерідко супроводжується психологічними труднощами, такими як адаптаційні розлади, депресивні стани та тривожність. Відчуття втрати та ностальгія ускладнюють процес інтеграції у нове суспільство.

Важливу роль у процесі адаптації може відігравати емоційний інтелект, який не лише допомагає краще розуміти та контролювати власні емоції, а й полегшує міжособистісні контакти в новому культурному середовищі. Високий рівень емоційного інтелекту асоціюється із нижчим рівнем стресу й тривожності, що сприяє більш ефективному подоланню адаптаційних труднощів.

Так, усвідомлення багатогранності процесу соціально-психологічної адаптації є критичним для створення ефективних стратегій підтримки

мігрантів. Це передбачає не лише врахування специфічних психологічних потреб, а й забезпечення умов для сприяння їхній соціальній і культурній інтеграції.

Щоб вивчити специфіку взаємозв'язку між рівнем емоційного інтелекту та рівнем соціально-психологічної адаптації, а також перевірити висунуті емпіричні гіпотези, було організовано дослідження за участю 54 респонденток жіночої статі, які на час дослідження перебували у вимушеній еміграції разом із дітьми. Тривалість перебування за кордоном становила від 10 до 25 місяців, а вік учасниць – від 26 до 46 років.

У межах дослідження було застосовано п'ять психодіагностичних методик: «Тест на емоційний інтелект» (Н. Холл), Опитувальник «Деадаптивність» (І. Приходько, Я. Мацегора, О. Колесніченко, М. Байда), Модифіковану шкалу суб'єктивного благополуччя «БіБіСі» (П. Понтін, М. Шваннаур), «Тест-опитувальник батьківського ставлення» (А. Варга, В. Столін) та «Шкалу депресії DEPS» (О. Поутанен, А-М. Коівісто).

На етапі статистичної обробки даних було здійснено кореляційний аналіз із використанням коефіцієнта кореляції Пірсона.

Перевірка першої гіпотези продемонструвала, що особи з вищим рівнем емоційного інтелекту краще пристосовуються до нових обставин, ефективніше справляються зі стресовими ситуаціями, налагоджують контакти з оточенням, використовують продуктивніші стратегії поведінки та здатні бачити нові можливості навіть за умов викликів адаптаційного процесу.

Друга гіпотеза також була підтверджена: люди з високим емоційним інтелектом більш задоволені різними аспектами життя під час перебування за кордоном, краще фокусуються на позитивному досвіді та активно шукають шляхи покращення добробуту.

Третя гіпотеза знайшла підтвердження: респонденти з високим рівнем емоційного інтелекту краще управляють емоційними станами, ідентифікують

і справляються з негативними емоціями, що знижує ризик розвитку депресії та допомагає адаптуватися до соціальних і культурних змін.

Підтвердження отримала й четверта гіпотеза: матері з високим рівнем емоційного інтелекту краще розуміють емоційні потреби своїх дітей, демонструють більше прийняття та підтримки, незалежно від досягнень дітей, що створює у родині атмосферу довіри та взаєморозуміння.

Отже, було підтверджено як концептуальну гіпотезу дослідження, так і всі висунуті емпіричні гіпотези.

СПИСОК ВИКОРИСТАНИХ ДЖЕРЕЛ

1. Алексеєнко Н.В. Незвичні умови існування вимушених емігрантів як фактор екстремального впливу на психіку особистості. *Особистість, Суспільство, Війна* : тези доп. учасників міжнародного психологічного форуму (м. Харків, Україна, 15 квіт. 2022 р.). Харків, 2022. С. 10–14.
2. Аршава І.Ф. Емоційна стійкість людини та її діагностика : монографія. Дніпропетровськ : Вид-во ДНУ, 2006. 336 с., С. 254–255.
3. Буковець О.І. Емоційний інтелект як ресурс психічного здоров'я. *Габітус*, 2022. № 37. С. 68–75.
4. 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.
5. Бурбело О.Р. Культурний шок – стрес акультурації. Міжнародний науковий форум : соціологія, психологія, педагогіка, менеджмент. Луцьк, 2010. № 3. С. 100–111.
6. Галецька І. Самоефективність у структурі соціально-психологічної адаптації. *Вісник Львівського університету. Філософські науки*. Львів. 2003. № 5. С. 433–442.
7. Галян А.Г. Особистісні ресурси адаптації майбутніх медичних працівників до професійної діяльності : дис. ...канд. психол. наук : 19.00.01 / СНУ ім. Лесі Українки. Луцьк, 2016. 234 с.
8. Гоулман Д. Емоційний інтелект. Харків : Віват, 2018. 512 с.
9. Дерев'янка С.П. Активізація розвитку емоційного інтелекту як спосіб оптимізації процесу соціально-психологічної адаптації особистості. *Вісник НТУУ «КПІ»*. Київ, 2019. № 3. С. 95–99.
10. Методики дослідження психічного здоров'я та благополуччя персоналу організацій : психологічний практикум. / Л.М. Карамушка та ін. ; за ред. Л.М. Карамушки. Київ : Інститут психології імені Г.С. Костюка НАПН України, 2023. 76 с.

11. Карпенко Є.В. Емоційний інтелект як фактор особистісного життєздійснення. *Сучасна психологія*. 2017. № 30. С. 50–63.
12. Кириленко Т.С. Аналіз емоційного світу особистості: теоретичні положення, прояви та методичні прийоми. *Вісник Київського національного університету імені Тараса Шевченка. Соціологія. Психологія. Педагогіка*. 2007. № 27–28. С. 30–32.
13. Прикладна психодіагностика в Національній гвардії України: метод. посіб. / Колесніченко О.С. та ін.; за заг. ред. проф. І.І. Приходька. Харків : НАНГУ, 2020. 388 с.
14. Колот С.А. Психологічні механізми та умови формування культури емоцій у студентів вищих технічних закладів освіти : дис. ... канд. психол. наук: 19.00.07 / Одеський національний політехнічний Університет. Одеса, 1999. 307с.
15. Корнієнко О.В., Воронова О.Ю. Статистичні методи у психології: курс лекцій з дисципліни для студентів денної та заочної форми навчання спеціальності 053 Психологія ОС «Магістр». Мукачево: МДУ, 2019. 44 с
16. Кудінова М.С. Теоретичні підходи до визначення сутності поняття «стресостійкість». *Young Scientist*. 2019. № 3 (67). С. 137.
17. Кузнєцов М.А. Емоційний інтелект як чинник психоемоційних станів студентів в умовах іспиту: монографія. Харків : Діса плюс, 2017. 189 с.
18. Кулик Н.А., Гільова Л.Л. Емоційний інтелект: аналіз сучасних західних досліджень. *Проблеми сучасної психології*. 2018. №39. С. 79–90.
19. Курмишева Н.І. Емоційний інтелект і менеджмент. *Постметодика*. Полтава, 2010. № 6 (97). С. 56–59.
20. Лозова О.М., Міляєва В.Р., Вакуліч Т.М. Компетентнісний підхід у професійній підготовці майбутніх психологів : монографія. Вінниця : Віндрук, 2014. 184 с.
21. Лукашевич М.П. Соціалізація. Виховні механізми і технології : навч.-метод. посіб. Київ : ІЗМН, 1998. 55 с.

22. Лукашевич М.П., Шандор Ф.Ф., Червона Л.М. Людина. Адаптація. Соціалізація (соціологічний контекст) : підручник. Ужгород : Аутдор-Шарк, 2023. 208 с.
23. Мішиєв В.Д. Сучасні депресивні розлади: керівництво для лікарів. Львів : МС, 2004. 208 с.
24. Мединська Ю.Я. Рівень емоційного інтелекту як детермінанта психологічної безпеки особистості. *Науковий вісник Львівського державного університету внутрішніх справа*. Львів, 2012. No 2. С. 354–360.
25. Мельничук М.Г. Психосоціальна адаптація як необхідна умова пристосування до нових умов існування. *Вісник ХНПУ імені Г.С. Сковороди*. Психологія. Харків, 2018. No 53. С. 206–214.
26. Моргун В.Ф. Емоційний інтелект у багатовимірній структурі особистості. *Постметодика*. Полтава, 2010. No 6 (97). С. 2–15.
27. Нагорна А.О. Стресозахисна функція емоційного інтелекту. *Психологічні перспективи*. Луцьк, 2012. No 20. С. 161–171.
28. Ніколаєнко С.І., Ніколаєнко О.С. Поняття адаптації в різних напрямках психології. *Світогляд. Філософія. Релігія.* : збірник наукових праць. Суми : УАБС НБУ, 2012. No 2. С. 68–77.
29. Носенко Е.Л. Емоційний інтелект як соціально значуща інтегральна властивість особистості. *Психологія і суспільство*. Київ, 2004. No 4. С. 95–109.
30. Носенко Е.Л. Емоційний інтелект як форма прояву важливої складової особистісного потенціалу – рефлексивної свідомості. *Вісник ДНУ. Педагогіка і психологія*. Дніпро, 2012. No 12, 20 (9/1). С. 116–123.
31. Носенко Е.Л., Четверик-Бурчак А.Г. Емоційний інтелект як чинник досягнення життєвого успіху: *монографія*. Київ: Освіта України, 2016. 183 с.

32. Параскевова К.Г. Емоційний інтелект як чинник регуляції емоційно-мотиваційної сфери особистості : автореф. дис. ... канд. психол. наук : 19.00.08. Харків, 2015. 20 с.
33. Паращик Р.М., Венгер О. П. Психологічні проблеми вимушених трудових мігрантів. *Медсестринство*. Тернопіль, 2012. № 1. С. 14–16.
34. Петрова Н.Н. Сформованість емоційного інтелекту як запорука успішної професійної діяльності майбутнього педагога: теоретичний аспект. *Наукові записки*. Острог. 2015. № 2. С. 27–31.
35. Приходько Ю.О., Юрченко В.І. Психологічний словник-довідник: навч. посіб., вид 4-те, випр. і допов. Київ: Каравела, 2020. 418 с.
36. Розов В.І. Адаптивні антистресові психотехнології : навч. посібн. Київ : Кондор, 2005. 278 с.
37. Савчук М.Р. Теоретичні основи дослідження емоційного інтелекту. *Ефективна економіка*. Львів. 2017. №5. URL: <http://www.economy.nayka.com.ua/?op=1&z=5608> (дата звернення 01.05.2024)
38. Слюсаревський М.М., Блинова О.Є. Психологія міграції : навчальний посібник, вид. 2-ге, перероб. і допов. Київ : Талком, 2018. 358 с.
39. Собченко О.М. Здібності у структурі емоційного інтелекту як фактор формування особистості. *Наука. Релігія. Суспільство*. Донецьк. 2010. № 4. С. 84–87.
40. Татенко В.О. Сучасна психологія: теоретико-методологічні проблеми : навч. посіб. Київ : Вид-во Нац. авіац. ун-ту «НАУ-друк», 2009. 288 с.
41. Тептюк Ю.О. Психологічні умови розвитку стресостійкості у соціальних працівників різних вікових категорій : дис. ... канд. психол. наук : 19.00.07 «Педагогічна та вікова психологія» ; Національний педагогічний університет імені М.П. Драгоманова. Київ, 2021. 272 с.

42. Ткачишина О.Р. Особливості соціально-психологічної адаптації особистості в умовах кризових ситуацій. *Вчені записки ТНУ імені В.І. Вернадського*. Психологія. Київ. 2021. No 3, 32 (71) № 3 2021. С. 93–97.
43. Шкодич А.І., Фротвейт М.М. . Соціально-психологічний портрет українського мігранта в Німеччині. *Вісник студентського наукового товариства ДонНУ імені Василя Стуса*. Вінниця. 2021. No 13, С. 101–106.
44. Штомпель Л.М. Психологічні особливості адаптації учнів до складання ЗНО : дис. ... докт. філософ. / Національний педагогічний університет імені М. П. Драгоманова. Київ, 2021. 192 с.
45. Яцюк М. Емоційний інтелект особистості (на хвилі Нової української школи): навчально-методичний посібник. Вінниця : Діло, 2019. 105 с.
46. Ярещенко О.В. Умови розвитку морально-психологічної стійкості співробітників Національної поліції України. *Науковий вісник ХДУ*. 2019. № 3. С. 193–198.
47. Abdual-Majeed Shaban. A Study of the Relationship between Emotional Intelligence and Social Adjustment. 2015. URL: https://www.researchgate.net/publication/359052431_A_Study_of_the_Relationship_between_Emotional_Intelligence_and_Social_Adjustment (дата звернення 18.04.2025)
48. Hiam Jameel Katanani. Emotional Intelligence and its relation to Social and Psychological adjustment among the Students of the University of Jordan. *European Journal of Social Sciences*. April 2018. No. 52 (1). P. 613–630. URL: https://www.researchgate.net/publication/324844096_Emotional_Intelligence_and_its_relation_to_Social_and_Psychological_adjustment_among_the_Students_of_the_University_of_Jordan (дата звернення 18.04.2025)
49. Ranju Lal1, Manisha Dayal. Emotional intelligence & social adaptability. *International Journal of Science, Technology & Management*. Special Issue.

March 2015. No. 01. P. 802–807. URL: http://www.ijstm.com/images/short_pdf/1426958035_675.pdf (дата звернення 12.04.2024)

50. Liu H., Zhang C., Ji Y. and Yang L. Biological and Psychological Perspectives of Resilience: Is It Possible to Improve Stress Resistance? *Front. Hum. Neurosci.* 2018. 12. 326. doi: 10.3389/fnhum.2018.00326