

УДК 159.953:371:101

DOI: 10.31499/2617-2100.16.2026.355899

Максим Павлович Микитчак,
здобувач PhD,
Уманський державний педагогічний
університет імені Павла Тичини,
м. Умань, Україна
ORCID: 0009-0004-4910-852X
maximyktychak@gmail.com

ПСИХОЛОГІЧНИЙ АНАЛІЗ СТАНУ ДОСЛІДЖЕНОСТІ ПРОБЛЕМИ СОЦІАЛЬНО-ПСИХОЛОГІЧНОЇ АДАПТАЦІЇ ЗДОБУВАЧІВ

У статті подано результати психологічного аналізу стану дослідженості проблеми соціально-психологічної адаптації здобувачів. Зазначається, що соціально-психологічну адаптацію можна визначити як процес, результатом якого є досягнення високого рівня активності особистості у взаємодії із мікросоціумом, що реалізується на тлі емоційного комфорту. При цьому особистість є суб'єктом провідної діяльності, яка продуктивно і творчо її виконує; суб'єктом спілкування, що повною мірою задовольняє власні соціально-психологічні потреби, і суб'єктом самосвідомості, що переживає стани вільного вираження творчих можливостей, самоствердження і самореалізації.

Ключові слова: соціально-психологічна адаптація; активність; особистість; взаємодія із мікросоціумом; емоційний комфорт; соціально-психологічні потреби; суб'єкт самосвідомості.

Maksym Mykytchak,
PhD Candidate,
Pavlo Tychna Uman
State Pedagogical University,
Uman, Ukraine
ORCID: 0009-0004-4910-852X
maximyktychak@gmail.com

PSYCHOLOGICAL ANALYSIS OF THE STATE OF RESEARCH ON THE PROBLEM OF SOCIO-PSYCHOLOGICAL ADAPTATION OF LEARNERS

Adaptation is a special form of reflection of environmental influences, both external and internal, during which a trend towards establishing a dynamic balance with them arises. In medicine, adaptation is considered from the perspective of health and disease, norm and pathology. Disease is understood as a kind of adaptive strategy that cannot be resolved by other means. Disease develops as a process of adaptation and manifests itself in the unity of psychological, physiological and behavioural components. Therefore, the term 'adaptation' can be characterised as interdisciplinary in nature; it is truly invariant across different scientific fields.

The term 'coping behaviour' is translated as psychological coping or adaptive, co-managing behaviour. The definition of 'coping' comes from the English word 'cope,' which means 'to overcome.' In German psychology, the terms "Belastungsverarbeitung" (meaning reprocessing of stress) and 'Bewältigung' (meaning overcoming) are synonymous with it. The term 'overcoming' is more common in literature. If they want to emphasise that not all obstacles can be overcome and difficulties can be solved, they use the term 'coping'. This refers to reactions (coping mechanisms) and actions (coping behaviour) that allow a person to maintain psychological stability and eliminate or reduce the harm caused by adverse life situations, problems, difficulties of everyday life or life events that are triggers of stress. The term 'coping behaviour' is used to describe an individual's way of interacting with a situation, which is consistent with its own logic, significance for the person themselves and their psychological abilities. Researchers distinguish several approaches to interpreting the concept of coping.

Keywords: socio-psychological adaptation; activity; personality; interaction with the microsocium; emotional comfort; socio-psychological needs; subject of self-awareness.

Поняття адаптації є багатограним і використовується у різних галузях наукового знання. У філософії адаптація розглядається, перш за все, в аспекті вирішення суперечностей між людиною і природою, з врегулюванням їхніх взаємовідносин. У соціології, психології, педагогіці поняття адаптації асоціюється із процесом і результатом встановлення гармонійних взаємовідносин між особистістю і соціальним мікросередовищем – «соціальна адаптація». Педагогіка розглядає адаптацію у двох напрямках: психологічному, як явище, що виражається у перебудові динамічного стереотипу особистості відповідно до нових вимог навколишнього середовища, і у соціальному – як активне пристосування суб'єкта до навколишнього середовища. Соціологія аналізує процес адаптації як шлях, обираючи який соціальні системи будь-якого роду (сім'я, колектив організації, національна держава) керують середовищем або відповідають середовищу свого існування. У медицині адаптація розглядається із т. з. здоров'я і хвороби, норми і патології. Захворювання розуміється як своєрідна адаптаційна стратегія, яку не можна вирішити іншими способами. Захворювання розвивається як процес адаптації і проявляється в єдності компонентів: психологічного, фізіологічного і поведінкового. Через це термін «адаптація» може бути охарактеризовано як такий, що має міждисциплінарний характер, він справді має інваріантний характер для різних наукових галузей: суспільних, природничих, технічних, оскільки статус його визначається внутрішнім генетичним зв'язком із філософськими категоріями і із частковими поняттями цих наук.

У зарубіжній психології існує кілька визначень, які належать до сфери адаптивної поведінки: *adaptation* – адаптація, *adjustment* – пристосування, *coping behavior*. *Adjustment* (пристосування) належить до того, як організм пристосовується до вимог специфічних ситуацій. *Adaptation* (адаптація) належить до більш стабільної, добре організованої поведінки, націленої на подолання типових проблем. Поняття «*coping behavior*» перекладається як психологічне подолання або адаптивна, співвладна поведінка. Дефініція «*coping*» бере своє походження від англійського слова «*cope*», що означає «долати». У німецькій психології синонімічним до нього є терміни «*Belastungsverarbeitung*» (що означає переопрацювання навантажень) і «*Bewältigung*» (тобто, подолання). У літературі більш поширеним є термін «подолання». Якщо хочуть підкреслити, що далеко не усі перешкоди можна подолати, а труднощі – вирішити, то використовують термін «справляння» (*coping*). Під ним розуміють реакції (копінг-механізми) і дії (копінг-поведінка), що дозволяють зберегти психологічну стійкість та усунути або зменшити шкоду від несприятливої життєвої ситуації, проблем, труднощів повсякденного існування або життєвих подій, що є тригерами стресу. Термін «*coping behavior*» використовується для позначення індивідуального способу взаємодії із ситуацією, який узгоджується із її власною логікою, значущістю для самої людини та її психологічних спроможностей. Дослідники виокремлюють декілька підходів до тлумачення поняття *coping*. Н. Хаан трактує *coping* у термінах динаміки Его як один із способів психологічного захисту, що використовується для ослаблення надмірної напруги [13]. Р. Н. Моос визначає *coping* через особистісні риси і розглядає – як інтегральний показник її стабільної здатності до адекватних відповідей на події стресового характеру ординарно [16]. Р. Лазарус вважає *coping* динамічним процесом, його особливості мають детермінуватись характером самої ситуації, а також конкретною фазою розвитку конфлікту як зіткнення між зовнішнім світом і суб'єктом) [15]. Форми психічного подолання суворо специфічні і визначаються суб'єктивним значенням переживаної ситуації. Їхнє завдання – вирішити реальну проблему або емоційно пережити її, скорегувати самооцінку особистості або відрегулювати взаємини із людьми.

Займаючись вивченням адаптаційної проблематики, Г. Сельє ввів поняття стресу, дистресу та адаптаційного синдрому. Як він вважає, адаптаційний синдром у загальному значенні (він же синдром біологічного стресу) має три фази: першою є реакція тривоги, другою – стадія опору і третя стадія – виснаження. Енергія ажаптації, зазначає дослідник, не є безмежною [18]. З т. з. Клода Бернара – внутрішнє середовище (*miliu interieur*) живого організму повинно зберігати сталість при будь-яких коливаннях зовнішнього середовища [20]. У. Б. Кенон ввів поняття «гомеостаз» (на давньогрецькому *stasis* (що означає «стан»), а *homoios* означає «однаковий»). Таким чином, поняття гомеостазу використовується для позначення здатності до зберігання сталості [14].

Істотний внесок у розробку поняття адаптації зробив Ж. Піаже [17]. У його уявленні адаптація виглядає як сукупність процесів акомодатії та асиміляції, що мають протилежні вестори спрямованості. Перша служить для забезпечення модифікації дій людини чи функціонування її організму у відповідності із середовищ ними властивостями. Друга спрямована на зміну середовищ них компонентів і включає їх до схеми поведінки індивіда, або ж модифікує їх відповідно до структури його організму. На думку Ж. Піажеє, асиміляція та акомодатія (попередня або поточна) не можуть існувати одна без одної. Т. Шибутані постулює тезу про те, що під адаптацією слід розуміти сукупність реакцій пристосувального характеру, основу яких складає освоєння середовища в активній формі, зміну цього середовища і, таким чином, створення сприятливих умов для успішної життєдіяльності [19]. Отже, у зарубіжній психології існують різні напрямки у вивченні процесу адаптації. Перший напрямок розглядає адаптацію як природну реакцію організму на вплив навколишнього середовища, при цьому організм прагне до гомеостазу із середовищем. Другий напрямок вивчає співвладну поведінку (пристосування), у цьому випадку мають на увазі, що не усі перешкоди подолані і труднощі вирішувані. Головна функція поведінки, що допомагає впоратися із труднощами, – забезпечення і підтримка благополуччя людини, психічного, фізичного здоров'я і задоволеності соціальними відносинами. Третій напрямок пояснює адаптацію як когнітивний процес, який обов'язково містить інтелектуальні процеси.

Мета статті – психологічний аналіз стану дослідженості проблеми соціально-психологічної адаптації здобувачів. У психології дослідження проблеми адаптації проводилося за різними напрямками: біологічні аспекти адаптації; взаємозв'язок адаптації, психологічного здоров'я і патологічних станів; процес адаптації як ставлення до складних життєвих умов; соціально-психологічна адаптація. Працюючи над проблемою адаптації у сфері нейрофізіології, вчені дійшли висновку, що адаптацію необхідно розуміти як динамічну систему організму, яка складається із різних форм відображення. Детально розкрито роль нервової системи, її рефлексорної діяльності, процесів збудження і гальмування у створенні цілісної адаптивної системи організму. Проаналізовано виникнення, визначення і різне застосування поняття адаптації. Адаптація є особливою формою відображення середовищ них впливів, як зовнішніх, так і внутрішніх, під час яких народжується тренд до встановлення з ними динамічного балансу. Поняття адаптації відіграє величезну роль у поясненні будь-якого активного функціонування, у встановленні рівноваги між компонентами реальних систем. Акомодатія та асиміляція розглядаються у єдності процесів пошуку і знаходження балансу між суб'єктом і середовищем, що є взаємообумовленими і мають протилежну спрямованість.

О. М. Кокун визначає психічну адаптацію як процес, під час якого встановлюється оптимальна відповідність особистості навколишньому середовищу і навпаки тоді, коли

людина здійснює властиву їй діяльність, це створює для неї можливість щодо задоволення актуальних потреб і реалізації пов'язаних із ними значущих завдань і цілей (за умови збереження фізичного і психічного здоров'я), При цьому забезпечується відповідність психічної діяльності і поведінки індивіда середовищу ним викликам. Адаптація представляється ним складним процесом, спрямованим на підтримку гомеостазу, який містить оптимізуючий і стимулюючий аспекти [5].

М. С. Корольчук, вивчаючи проблему адаптації, дійшов висновку, що кожен процес подолання проблемних ситуацій можна вважати процесом соціально-психологічної адаптації особистості. Він називає ці процеси адаптивними механізмами і вважає, що вони виникають в процесі соціалізації особистості, і пояснює виникнення адаптаційних механізмів за допомогою теорії когнітивного дисонансу Л. Фесінгера [6]. Він розглядає взаємозв'язок між соціально-когнітивними структурами та адаптацією людини до соціальних змін. Вона вважає, що активність людини визначає її діяльність з її структурами та функціями. Він також визначив, що добре розвинений механізм когнітивного оцінювання дозволяє особистості обирати різні стратегії у мінливих обставинах.

Філософська категорія відображення сприяє більш повному розумінню поняття адаптації. З т. з. категорії відображення різні форми адаптації: біологічна, соціальна, соціально-психологічна – відображають єдність відображення і поведінки, інформації та управління. Ця єдність спирається на взаємовідносинах біологічних, соціальних і технічних систем з умовами навколишнього середовища. В. В. Стасюк визначає соціально-психологічну адаптацію як показник стану людини, що відображає її можливість виконувати усі біо-психо-соціальні функції. На його думку, проблеми становлення психологічної адаптації у дітей належать до кола таких феноменів, як адекватне сприйняття навколишньої дійсності і власного організму, адекватна система відносин і спілкування з оточуючими і здатність до навчання, самообслуговування і взаємообслуговування у сім'ї [12]. І. В. Каськов під адаптацією розуміє процес і результат внутрішніх змін, зовнішнього активного пристосування і самозміни індивіда до нових умов існування. З т. з. вченого, повноцінна адаптація повинна містити великий спектр самозмін, який веде до появи нових якостей особистості, що виявляються в активній самозміні, самокорекції до вимог середовища [4]. С. П. Васильєв вважає, що у самому загальному вигляді адаптацію слід розглядати як процес, під час якого відбувається взаємодія між двома перемінними. З одного боку, це потреби живого організму, а з іншого – специфіка самого середовища, у якому він існує. Якщо середовищні умови набувають змін, це невідкладно детермінує трансформацію вимог до живого організму, що надалі обумовлює зміну змісту потреб. Через це адаптація завжди має релятивістський та індивідуальний характер, а адаптаційний процес безперервним [1].

Найбільш важливими положеннями, представленими у працях науковців, є те, що адаптацію слід розуміти процесом, під час якого встановлюється оптимальна відповідність навколишнього середовища та особистості, що здійснює властиву їй діяльність, наслідком чого стає задоволення нею актуальних потреб та реалізація важливих для неї цілей і завдань. Крім того, адаптацію слід вважати процесом і результатом змін внутрішнього характеру, а також активного пристосування та самозміни особистості до нових зовнішніх умов її існування. Таким чином, аналіз підходів зарубіжних та українських вчених до визначення поняття «адаптація» засвідчив, що дослідники визначають його як систему організму, здатність, властивість, стан, процес, рису особистості (у трактуваннях різних авторів):

- динамічна система організму, що складається із різних форм відображення;

- здатність, що забезпечує гомеостатичну (К. Бернар, У. Б. Кенон, Г. Сельє), або динамічну рівновагу організму і середовища;
- властивість організму реагувати на стрес (Г. Сельє);
- риса особистості (Р. Н. Моос) або її здатність, що визначає активне внутрішнє і зовнішнє пристосування організму до нових умов існування (Т. Шибутані);
- когнітивний процес, в якому інтелектуальні структури відіграють велику роль у розвитку процесів адаптації (Ж. Піаже, У. Найссер, Р. Кеттел, Дж. Гілфорд).

Під адаптацією розуміється процес і результат внутрішніх змін якостей суб'єкта, що виявляється у зовнішньому активному пристосуванні та самозміні до нових умов існування. Існує низка досліджень, присвячених особливостям процесу адаптації школярів, студентів закладів вищої освіти, аналізу умов адаптації, змісту та організації процесу адаптації, труднощів, з якими стикаються студенти на початковому етапі навчання, впливу педагогічної взаємодії на процес адаптації. С. П. Васильєв, зокрема, встановив, що головна умова успішної адаптації – правильно обрана професія [1]. О. Єрьоменко запропонував різні моделі адаптації, що відображають усілякі компоненти [2]. С. Б. Кузікова виявила відмінну особливість процесу адаптації студентів педагогічного ЗВО – високий рівень комунікативної компетентності, а також встановила зв'язки між адаптацією, академічною успішністю, формою навчання та гендерними відмінностями [7]. І. В. Каськов вважає головним чинником адаптованості фахівця стан його здоров'я [4]. М. А. Малахов використовує поняття «ціна адаптації», що відображає суму зусиль індивіда, витрачених на адаптацію [9]. Ним визначено показники та критерії адаптованості, а також групи чинників адаптації, встановлено критерії адаптації та дезадаптації.

Я. Б. Сікорою встановлено взаємозв'язок між соціально-когнітивними структурами та адаптацією людини до соціальних змін і величезний вплив механізму активності на процес адаптації. Нею також визначено, що добре розвинений механізм когнітивного оцінювання дозволяє особистості обирати різні стратегії у мінливих обставинах [11]. І. Поспелова, О. Косьянова, Г. Клосс довели, що соціально-психологічна адаптація – це стан продуктивних взаємин особистості та групи, що характеризується відсутністю тривалих зовнішніх і внутрішніх конфліктів. Він показав вплив адаптивних комплексів на процес соціально-психологічної адаптації [10]. Н. М. Іленко, О. М. Бойченко, Н. В. Іленко-Лобач встановили пряму залежність між задоволеністю професією та успішністю адаптації, а також прямий взаємозв'язок процесів соціалізації і соціально-психологічної адаптації [3]. Вони вважають, що на процес адаптації головним чином впливає пристосування людини до суспільства. М. Левченко пропонує класифікацію соціально-психологічної адаптації, таким чином вона може набувати характеру нормальної, девіантної (не конформістської) чи патологічної. Він розуміє соціально-психологічну адаптацію як процес взаємодії особистості і соціального середовища, в процесі якого об'єктивні суспільні форми та умови життєдіяльності перетворюються в адекватні (або неадекватні, якщо мова йде про дезадаптацію) індивідуальні, якісно своєрідні способи її організації [8].

Таким чином, соціально-психологічну адаптацію можна визначити як процес, результатом якого є досягнення високого рівня активності особистості у взаємодії із мікросоціумом, що реалізується на тлі емоційного комфорту. При цьому особистість є суб'єктом провідної діяльності, яка продуктивно і творчо її виконує; суб'єктом спілкування, що повною мірою задовольняє власні соціально-психологічні потреби, і суб'єктом самосвідомості, що переживає стани вільного вираження творчих можливостей, самоствердження і самореалізації.

СПИСОК ВИКОРИСТАНИХ ДЖЕРЕЛ

1. Васильєв С. П. Адаптація до навчання в вищому навчальному закладі як психологічна проблема. *Науковий часопис НПУ імені М.П. Драгоманова. Серія №12. Психологічні науки: збірник наукових праць*. К.: НПУ імені М. П. Драгоманова, 2010. № 31 (55). С. 237–243.
2. Єрмоєнко О. Сутність поняття «адаптація» в міждисциплінарному аспекті. *Humanities science current issues*, 2020. Т. 2, №27. С. 211–218. <https://doi.org/10.24919/2308-4863.2/27.203560>
3. Іленко Н. М. Соціально-психологічна адаптація вищої освіти Полтавського державного медичного університету в умовах воєнного стану / Н. М. Іленко, О. М. Бойченко, Н. В. Іленко-Лобач. *Медична освіта*, 2023. № 2 (100). С. 31–36. <https://doi.org/10.11603/m.2414-5998.2023.2.14012>
4. Каськов І. В. Організаційно-управлінські аспекти соціально-психологічної адаптації молодих офіцерів: дис... канд. психол. наук: 19.00.09. К., 2004. 190 с.
5. Кокун О. М. Оптимізація адаптаційних можливостей людини у психофізіологічному забезпеченні діяльності: дис... д-ра психол. наук: 19.00.02. К., 2004. 426 с.
6. Корольчук М. С. Адаптація та її значення в системі психофізіологічного забезпечення діяльності. *Вісник. Збірник наукових статей Київського міжнародного університету. Серія: Педагогічні науки. Психологічні науки*. К.: Правові джерела, 2002. Вип. 2. С. 191–211.
7. Кузікова С. Б. Адаптація, соціалізація, саморозвиток: потенціал суб'єктності особистості. *Теоретичні і прикладні проблеми психології: збірник наукових праць*. Сєверодонецьк: Вид-во Східноукраїнського національного університету імені Володимира Даля. 2015. № 3 (38). Т. 2. С. 187–193.
8. Левченко М. Особливості соціальної адаптації здо бувачів вищої освіти до освітнього процесу в умовах воєнного стану / М. Левченко, С. Феденько, Ф. Форостян. *Актуальні питання гуманітарних наук*, 2022. Вип. 52. Т. 2. С. 185–192. <https://doi.org/10.24919/2308-4863/52-2-28>
9. Малахов М. А. Соціально-психологічна адаптація військовослужбовців-контрактників до діяльності в особливих умовах: дис. ... канд. психол. наук: 19.00.09. Х., 2011. 178 с.
10. Поспелова І., Косьянова О., Клосс Г. Особливості соціально-психологічної адаптації осіб із різним ставленням до невизначеності. *Наука і освіта*. № 2, 2023. С. 110–120. DOI: 10.24195/2414-4665-2023-2-17
11. Сікора Я. Б. Адаптація як об'єкт наукового дослідження: психолого-педагогічний аналіз. *Науковий вісник Ужгородського університету. Серія «Педагогіка. Соціальна робота»*. 2022. Вип. 2 (51). С. 135–139. <https://doi.org/10.24144/2524-0609.2022.51.135-139>
12. Стасюк В. В. Соціально-психологічна реадаптація учасників бойових дій в сучасних умовах. *Вісник Національного університету оборони України*, 2010. Вип. 3. С. 185–194.
13. Naan N. Coping and defending: Processes of self-environment organization. N.Y.: Academic Press, 2007. P. 38–38.
14. Cannon Walter Bradford. *The Wisdom of the Body*. N.. Y: Norton, 1932.
15. Lazarus R. S. Psychological stress and the coping process. N.Y.: McGraw-Hill, 1966. P. 345–371.
16. Coping with Physical Illness-2: New Perspectives. R.H. Moos (Ed.). New York: Plenum, 1984.
17. Piaget J. *Studies in Reflecting Abstraction*. Hove, UK: Psychology Press, 2001. 352 p.
18. Selye H. *Stress without distress*. McClelland and Stewart, 1974. 171 p.
19. Shibutani T. *Society and Personality: an interactionist approach to social psychology*, 1961.

20. Wise Peter. Claude Bernard and the Milieu Intérieur: Origin and Evolution of the Concept. 2012. DOI: 10.1142/9789814289764_0002

REFERENCES

1. Vasyly'jev, S. P. (2010). Adaptacija do navchannja v vyshhomu navchal'nomu zakladi jak psihologichna problema [Adaptation to studying at a higher education institution as a psychological problem]. *Naukovyj chasopys NPU imeni M.P. Dragomanova. Serija №12. Psihologichni nauky: zbirnyk naukovykh prac'*. K.: NPU imeni M. P. Dragomanova, 31 (55), 237–243 [in Ukrainian].
2. Jer'omenko, O. (2020). Sutnist' ponjattja «adaptacija» v mizhdyscyplinarnomu aspekti [The essence of the concept of 'adaptation' in an interdisciplinary context]. *Humanities science current issues*, 2, 27, 211–218. <https://doi.org/10.24919/2308-4863.2/27.203560> [in Ukrainian].
3. Ilenko, N. M. (2023). Social'no-psihologichna adaptacija vyshhoi' osvity Poltavskogo derzhavnogo medychnogo universytetu v umovah vojennoho stanu [Social and psychological adaptation of higher education at Poltava State Medical University under martial law] / N.M. Ilenko, O.M. Bojchenko, N.V. Ilenko-Lobach. *Medychna osvita*, 2 (100), 31–36. <https://doi.org/10.11603/m.2414-5998.2023.2.14012> [in Ukrainian].
4. Kas'kov, I. V. (2004). Organizacijno-upravlins'ki aspekty social'no-psihologichnoi' adaptacii' molodyh oficeriv. *Doctor's thesis* [in Ukrainian].
5. Kokun, O. M. (2004). Optyimizacija adaptacijnyh mozhlivostej ljudyny u psihofiziologichnomu zabezpechenni dijal'nosti. *Doctor's thesis* [in Ukrainian].
6. Korol'chuk, M. S. (2002). Adaptacija ta i'i' zachennja v systemi psihofiziologichnogo zabezpechennja dijal'nosti [Adaptation and its significance in the system of psychophysiological support for activity]. *Vistnyk. Zbirnyk naukovykh statej Kyi'vs'kogo mizhnarodnogo universytetu. Serija: Pedagogichni nauky. Psihologichni nauky*. K.: Pravovi dzherela, 2, 191–211 [in Ukrainian].
7. Kuzikova, S. B. (2015). Adaptacija, socializacija, samorozvytok: potencial sub'jektnosti osobystosti [Adaptation, socialisation, self-development: the potential for personal agency]. *Teoretychni i prykladni problemy psihologii': zbirnyk naukovykh prac'*. Sjevjerodoneck: Vyd-vo Shidnoukrai'ns'kogo nacional'nogo universytetu imeni Volodymyra Dalja, 3 (38), 2, 187–193. [in Ukrainian].
8. Levchenko, M. (2022). Osoblyvosti social'noi' adaptacii' zdo buvachiv vyshhoi' osvity do osvityn'ogo procesu v umovah vojennoho stanu [Features of social adaptation of higher education students to the educational process in conditions of martial law] / M. Levchenko, S. Feden'ko, F. Forostjan. *Aktual'ni pytannja gumanitarnykh nauk*, 52, 2, 185–192. <https://doi.org/10.24919/2308-4863/52-2-28> [in Ukrainian].
9. Malahov, M. A. (2011). Social'no-psihologichna adaptacija vijs'kovosluzhbovciv-kontraktnykh do dijal'nosti v osoblyvykh umovah. *Doctor's thesis* [in Ukrainian].
10. Pospelova, I, Kos'janova, O., Kloss, G. (2023). Osoblyvosti social'no-psihologichnoi' adaptacii' osib iz riznym stavlennjam do nevyznachenosti [Features of socio-psychological adaptation of individuals with different attitudes towards uncertainty]. *Nauka i osvita*, 2, 110–120. DOI 10.24195/2414-4665-2023-2-17 [in Ukrainian].
11. Sikora, Ja. B. (2022). Adaptacija jak ob'jekt naukovogo doslidzhennja: psihologo-pedagogichnyj analiz [Adaptation as an object of scientific research: psychological and pedagogical analysis]. *Naukovyj visnyk Uzhgorodskogo universytetu. Serija «Pedagogika*.

Social'na robota», 2 (51), 135–139 <https://doi.org/10.24144/2524-0609.2022.51.135-139> [in Ukrainian].

12. Stasjuk, V. V. (2010). Social'no-psyhologichna readaptacija uchasnykiv bojovyh dij v suchasnyh umovah [Social and psychological rehabilitation of combatants in modern conditions]. *Visnyk Nacional'nogo universytetu oborony Ukrainy*, 3, 185–194. http://nbuv.gov.ua/UJRN/Vnaou_2010_3_37 [in Ukrainian].

13. Haan, N. (2007). *Coping and defending: Processes of self-environment organization*. N.Y.: Academic Press.

14. Cannon, Walter Bradford (1932). *The Wisdom of the Body*. N.Y: Norton.

15. Lazarus, R.S. (1966). *Psychological stress and the coping process*. N.Y.: McGraw-Hill.

16. *Coping with Physical Illness-2: New Perspectives*. (1984). R. H. Moos (Ed.). New York: Plenum.

17. Piaget, J. (2001). *Studies in Reflecting Abstraction*. Hove, UK: Psychology Press.

18. Selye, H. (1974). *Stress without distress*. McClelland and Stewart.

19. Shibutani, T. (1961). *Society and Personality: an interactionist approach to social psychology*.

20. Wise, Peter. (2012). *Claude Bernard and the Milieu Intérieur: Origin and Evolution of the Concept*. DOI: 10.1142/9789814289764_0002

Стаття надійшла до редакції 01.02.2026 р.

Прийнята до друку 09.03.2026 р.

Опубліковано 28.03.2026 р.

This work is licensed under a Creative Commons License Creative Commons Attribution 4.0 International (CC-BY-4.0).