

**КИЇВСЬКИЙ ІНСТИТУТ СУЧАСНОЇ ПСИХОЛОГІЇ ТА
ПСИХОТЕРАПІЇ**

КВАЛІФІКАЦІЙНА РОБОТА МАГІСТРА

на тему:

**Психологічна стійкість та адаптація українських підприємців в
Україні та Польщі: порівняльне дослідження**

Здобувача (ки) 2 курсу МЗ-242 групи
Спеціальності 053 Психологія
Освітньо-професійна програма
Психологія забезпечення ментального здоров'я

Ірини САЙКІНОЇ
(прізвище та ініціали)

Керівники
Ірина САВЕЛЬЄВА, доктор філософії в галузі
психології,

Сергій СИТНИК, д.мед.н., проф.
(прізвище та ініціали, вчене звання, науковий ступінь)

Робота рекомендована до захисту
рішенням кафедри клінічної психології та кафедри соціальної психології
Протокол № 11 від « 22 » червня 2026р.

Зав. кафедри клінічної психології _____ д.психол.н., с.н.с., Лисенко І.П.
підпис (наукова ступінь, вчене звання, прізвище, ім'я, по батькові)

Зав. кафедри соціальної психології _____ к.психол.н., доц., Трофімова Д.О.
підпис (наукова ступінь, вчене звання, прізвище, ім'я, по батькові)

Київ–2026

АНОТАЦІЯ

У кваліфікаційній роботі представлено результати дослідження психологічної стійкості та адаптації українських підприємців, які здійснюють підприємницьку діяльність в Україні та Польщі. Метою дослідження було виявлення особливостей психологічної стійкості, адаптаційних механізмів та копінг-стратегій підприємців у різних соціокультурних умовах. У дослідженні взяли участь 100 українських підприємців, з яких 50 здійснюють діяльність в Україні та 50 – у Польщі. Для збору емпіричних даних використано шкалу резильєнтності Connor–Davidson (CD-RISC-10), опитувальник копінг-стратегій COPE Inventory, методику діагностики мотивації до успіху та типологічний опитувальник особистості. Результати показали, що підприємці в Україні частіше використовують внутрішні ресурси та автономні стратегії подолання труднощів, тоді як підприємці в Польщі активніше залучають соціальну підтримку та інтеграційні механізми адаптації. Наукова новизна роботи полягає у здійсненні порівняльного аналізу психологічної стійкості та адаптації українських підприємців у різних соціокультурних середовищах.

Ключові слова: психологічна стійкість, адаптація, резильєнтність, копінг-стратегії, підприємці, соціальна підтримка.

ВСТУП

Актуальність теми. Сучасний етап розвитку суспільства характеризується високою динамічністю соціально-економічних процесів, посиленням глобалізаційних тенденцій, зростанням міграційної мобільності населення та впливом кризових явищ, що суттєво трансформують умови професійної діяльності. Особливої актуальності ці процеси набули в Україні в умовах воєнного стану, що спричинив значні зміни у функціонуванні бізнесу, релокацію підприємницької діяльності та необхідність адаптації до нових соціокультурних і економічних реалій. У таких умовах підприємницька діяльність супроводжується підвищеним рівнем невизначеності, ризику та психологічного навантаження, що зумовлює необхідність дослідження психологічної стійкості як ключового ресурсу особистості.

Психологічна стійкість підприємців виступає важливим чинником ефективності їхньої діяльності, здатності приймати обґрунтовані рішення, долати труднощі та зберігати продуктивність у складних умовах. Водночас процес адаптації до нових умов функціонування, зокрема у разі зміни країни ведення бізнесу, потребує формування нових моделей поведінки, інтеграції у нове соціальне середовище та засвоєння нових економічних і культурних норм. У цьому контексті особливої значущості набуває порівняльне дослідження психологічної стійкості та адаптації українських підприємців, які здійснюють діяльність як в Україні, так і в Польщі — країні, що стала одним із ключових центрів економічної та соціальної інтеграції українських громадян.

Аналіз наукової літератури свідчить про значний інтерес дослідників до проблеми психологічної стійкості та адаптації особистості. У працях українських учених, зокрема Л. Сердюк, О. Кокуна, О. Чиханцової, О. Блинової, розкрито сутність психологічної стійкості, її структуру, ресурси

та механізми розвитку, а також особливості адаптації в умовах соціальних змін і кризових ситуацій. Зарубіжні дослідники, такі як С. Ward, S. Bochner, A. Furnham, E. Erikson, K. Horney, S. Merriam, розглядають адаптацію особистості у контексті крос-культурної взаємодії, психосоціального розвитку та соціальної інтеграції. Попри наявність значної кількості наукових досліджень, проблема порівняльного аналізу психологічної стійкості та адаптації саме підприємців у різних соціокультурних умовах залишається недостатньо розробленою, що зумовлює актуальність обраної теми.

Об'єктом дослідження є психологічна стійкість та адаптація особистості в умовах підприємницької діяльності.

Предметом дослідження виступають психологічні особливості стійкості та адаптації українських підприємців в Україні та Польщі.

Метою дослідження є теоретичне обґрунтування та емпіричне вивчення особливостей психологічної стійкості та адаптації українських підприємців у різних соціокультурних умовах.

Відповідно до поставленої мети визначено такі **завдання дослідження**:

- проаналізувати теоретичні підходи до вивчення психологічної стійкості та адаптації особистості;
- розкрити сутність і структурні компоненти психологічної стійкості у підприємницькій діяльності;
- дослідити особливості адаптації підприємців у різних соціокультурних та економічних умовах;
- здійснити емпіричне дослідження та порівняльний аналіз психологічної стійкості й адаптації українських підприємців в Україні та Польщі.

Для досягнення мети дослідження використано комплекс **методів**. Теоретичні методи включають аналіз, синтез, узагальнення та

систематизацію наукових джерел, а також порівняльний аналіз і теоретичне моделювання. Емпіричні методи представлені психодіагностичними методиками, зокрема шкалою резильєнтності Connor–Davidson (CD-RISC-10), методикою діагностики мотивації до успіху, опитувальником копінг-стратегій та типологічним опитувальником особистості. Для обробки результатів застосовано методи математичної статистики, зокрема описову статистику, t-критерій Стюдента та кореляційний аналіз.

Характеристика вибірки. У дослідженні взяли участь 100 респондентів – українські підприємці, які були розподілені на дві рівні групи. До першої групи увійшли 50 підприємців, які здійснюють свою діяльність на території України, до другої – 50 українських підприємців, які ведуть бізнес у Польщі.

Вік учасників становив від 25 до 55 років, що відповідає періоду найбільш активної професійної та підприємницької діяльності. Усі респонденти мають досвід ведення бізнесу не менше двох років, що забезпечує наявність сформованих професійних навичок та адаптаційних механізмів. Підприємці, які працюють у Польщі, здійснюють діяльність у новому соціокультурному середовищі не менше одного року, що дозволяє оцінити особливості їх адаптації.

До вибірки увійшли представники різних сфер підприємницької діяльності (торгівля, послуги, ІТ, виробництво), що підвищує репрезентативність дослідження. Формування вибірки здійснювалося за принципом цілеспрямованого відбору з урахуванням відповідності учасників визначеним критеріям. Такий підхід дозволив забезпечити порівнюваність груп і підвищити достовірність отриманих результатів.

Дослідницькі питання:

1. Чи існують відмінності у рівні психологічної стійкості між українськими підприємцями в Україні та Польщі?

2. Які компоненти психологічної стійкості найбільше відрізняються у двох групах підприємців?
3. Чи впливає соціокультурне середовище на мотивацію досягнення успіху підприємців?
4. Які відмінності спостерігаються у використанні копінг-стратегій підприємцями в Україні та Польщі?
5. Які фактори (особистісні риси, мотивація, соціальна підтримка) визначають рівень психологічної стійкості та адаптації підприємців?

Теоретичне значення дослідження полягає у поглибленні наукових уявлень про психологічну стійкість та адаптацію як взаємопов'язані феномени особистісного розвитку у професійній діяльності. У роботі уточнено зміст і структуру психологічної стійкості підприємців, розкрито специфіку її прояву в умовах нестабільності та міжкультурної взаємодії, а також систематизовано підходи до вивчення адаптації у різних соціокультурних контекстах.

Практичне значення дослідження визначається можливістю використання його результатів у професійній діяльності психологів, бізнес-консультантів та фахівців з управління персоналом. Отримані дані можуть бути використані для розробки програм психологічної підтримки підприємців, тренінгів розвитку стресостійкості та адаптивності, а також у процесі консультування осіб, які здійснюють або планують здійснювати підприємницьку діяльність в умовах змінного соціального середовища. Крім того, результати дослідження можуть бути застосовані у системі підготовки майбутніх підприємців, у навчальних курсах з психології бізнесу, організаційної психології та міжкультурної комунікації.

Структура роботи зумовлена логікою дослідження та складається зі вступу, трьох розділів, висновків, списку використаних джерел та додатків.

ВИСНОВКИ

У магістерській роботі здійснено теоретичне узагальнення та емпіричне дослідження психологічної стійкості та адаптації українських підприємців в Україні та Польщі. Отримані результати дали змогу досягти поставленої мети дослідження — теоретично обґрунтувати та емпірично вивчити особливості психологічної стійкості й адаптації українських підприємців у різних соціокультурних умовах.

1. Проаналізовано теоретичні підходи до вивчення психологічної стійкості та адаптації особистості. У результаті аналізу наукової літератури встановлено, що психологічна стійкість є інтегративною характеристикою особистості, яка забезпечує здатність ефективно функціонувати в умовах невизначеності, стресу та високого навантаження. Вона поєднує емоційні, когнітивні, мотиваційні та поведінкові ресурси, що сприяють збереженню внутрішньої рівноваги та продуктивності діяльності. Адаптація розглядається як багатовимірний і динамічний процес активного пристосування до нових соціальних, культурних та економічних умов, що охоплює психологічний, соціальний, професійний і культурний рівні. Теоретичний аналіз засвідчив доцільність інтеграції психологічного, соціально-психологічного, крос-культурного та системного підходів для комплексного вивчення зазначених феноменів.

2. Розкрито сутність і структурні компоненти психологічної стійкості у підприємницькій діяльності. Встановлено, що психологічна стійкість є одним із ключових ресурсів успішної підприємницької діяльності. Її структура включає емоційну саморегуляцію, когнітивну гнучкість, мотивацію досягнення, впевненість у власних силах, здатність до прийняття ризику та конструктивного подолання труднощів. Особливу роль у формуванні стійкості відіграють резильєнтність, життєстійкість, внутрішній локус контролю та здатність використовувати соціальну

підтримку. У підприємницькому контексті психологічна стійкість забезпечує збереження ефективності діяльності, прийняття рішень в умовах невизначеності, профілактику професійного вигорання та підтримання довготривалої мотивації.

3. Досліджено особливості адаптації підприємців у різних соціокультурних та економічних умовах. З'ясовано, що адаптація українських підприємців має контекстуально зумовлений характер. В Україні вона відбувається переважно в умовах воєнної та економічної нестабільності й ґрунтується на мобілізації внутрішніх ресурсів, автономності та швидкому прийнятті рішень. У Польщі адаптація ускладнюється необхідністю інтеграції в нове культурне, мовне, правове та професійне середовище, що підвищує значущість соціальної підтримки, міжкультурної компетентності та використання професійних мереж. Встановлено, що успішність адаптації визначається поєднанням індивідуально-психологічних характеристик, мотиваційних ресурсів, соціальних зв'язків і сприятливих зовнішніх умов.

4. Здійснено емпіричне дослідження та порівняльний аналіз психологічної стійкості й адаптації українських підприємців в Україні та Польщі. Емпіричне дослідження охопило 100 українських підприємців, з яких 50 здійснювали підприємницьку діяльність в Україні, а 50 — у Польщі. За результатами застосування психодіагностичних методик (CD-RISC-10, COPE Inventory, опитувальника мотивації до успіху та оцінювання особистісних характеристик) встановлено, що в обох групах переважає середній і високий рівень психологічної стійкості. Підприємці в Польщі продемонстрували дещо вищі показники резильєнтності, мотивації досягнення та використання соціальної підтримки, тоді як підприємці в Україні виявили більшу автономність, самостійність і орієнтацію на внутрішні ресурси. Кореляційний аналіз підтвердив статистично значущий позитивний зв'язок між психологічною стійкістю та активними копінг-

стратегіями, зокрема плануванням, когнітивним переосмисленням ситуації та пошуком соціальної підтримки.

На основі отриманих результатів розроблено практичні рекомендації щодо розвитку навичок саморегуляції, когнітивної гнучкості, мотивації досягнення, активних копінг-стратегій, міжкультурної компетентності та профілактики професійного вигорання. Їх застосування сприятиме зміцненню психологічної стійкості та оптимізації адаптації українських підприємців в умовах соціально-економічної нестабільності та міжкультурних змін.

Отже, результати дослідження підтвердили, що психологічна стійкість є провідним внутрішнім ресурсом ефективної адаптації українських підприємців, а її прояви та механізми реалізації залежать від специфіки соціокультурного та економічного середовища. Встановлено, що успішна підприємницька діяльність в Україні та Польщі забезпечується поєднанням особистісних ресурсів, активних стратегій подолання стресу та здатності використовувати зовнішні можливості для професійного розвитку й соціальної інтеграції.