

УДК 159.923:316.6

Ляшенко Богдан Юрійович

здобувач третього (освітньо-наукового) рівня вищої освіти
кафедри педагогіки і психології управління соціальними системами ім. академіка І. Зязюна
Національний технічний університет «Харківський політехнічний інститут», Україна
викладач кафедри психології і соціології
Харківський національний економічний університет імені Семена Кузнеця, Україна

Lyashenko Bohdan

PhD Student, Department of Pedagogy and Psychology of
Management of Social Systems of Academician I. Zyazyun
National Technical University «Kharkiv Polytechnic Institute», Ukraine
Lecturer, Department of Psychology and Sociology
Simon Kuznets Kharkiv National University of Economics, Ukraine
ORCID: 0000-0002-6122-2286

Білоконенко Ганна Володимирівна

кандидат економічних наук, доцент кафедри психології і соціології
Харківський національний економічний університет імені Семена Кузнеця, Україна

Bilokonenko Hanna

Candidate of Economics, Associate Professor
Department of Psychology and Sociology
Simon Kuznets Kharkiv National University of Economics, Ukraine
ORCID: 0000-0002-7858-1461

Беляєва Наталія Євгенівна

кандидат економічних наук, доцент кафедри психології і соціології
Харківський національний економічний університет імені Семена Кузнеця, Україна

Byelyayeva Nataliya

Candidate of Economics, Associate Professor
Department of Psychology and Sociology
Simon Kuznets Kharkiv National University of Economics, Ukraine
ORCID: 0009-0003-7674-3636

[https://doi.org/10.60022/3\(1\)-6GF](https://doi.org/10.60022/3(1)-6GF)

ЦІННОСТІ ЯК ФАКТОР ОСОБИСТІСНОЇ ТРАНСФОРМАЦІЇ: ПСИХОЛОГІЧНИЙ І СОЦІОЛОГІЧНИЙ ПІДХОДИ

VALUES AS A FACTOR OF PERSONAL TRANSFORMATION: PSYCHOLOGICAL AND SOCIOLOGICAL APPROACHES

***Анотація.** Стаття присвячена комплексному аналізу цінностей як ключового фактора особистісної трансформації з позицій психологічного та соціологічного підходів. Дослідження акцентує увагу на ролі цінностей як фундаментальних орієнтирів, що впливають на мотивацію, саморегуляцію та самосвідомість людини в умовах швидких соціально-політичних, економічних і культурних змін. Особистісна трансформація розглядається як процес якісних змін у структурі особистості, що включає переосмислення ідентичності, життєвих цілей і сенсів, зумовлених зміною ціннісних орієнтацій. У психологічному контексті цінності аналізуються як інструменти, що сприяють переживанню життєвих криз, формуванню життєстійкості та самоактуалізації. Зокрема, розглядаються механізми, через які цінності допомагають структурувати травматичний досвід, переглядати пріоритети та інтегрувати нові сенси в структуру особистості. У соціологічному аспекті цінності досліджуються як елементи соціальної культури, що формують соціальну ідентичність і забезпечують адаптацію до змін у соціальному середовищі. На основі аналізу сучасних досліджень встановлено взаємозв'язок між психологічними та соціологічними факторами трансформації, де цінності виступають як міст між*

індивідуальними потребами та соціальними вимогами. Особлива увага приділена емпіричним даним, які підтверджують кореляцію цінностей, таких як відповідальність, автономія та самореалізація, із психологічним благополуччям і соціальною адаптацією. Запропоновано практичні рекомендації для використання ціннісного підходу в психологічному консультуванні, соціальній роботі та освіті, зокрема через техніки рефлексії, постановки цілей і програми розвитку соціальної згуртованості. Дослідження підкреслює важливість цінностей як інтегративного фактора, що сприяє гармонізації індивідуальних і соціальних аспектів особистості, а також визначає перспективи подальших досліджень, включаючи емпіричне вивчення впливу різних типів цінностей на трансформаційні процеси в різних вікових групах і соціальних контекстах.

Ключові слова: цінності, особистісна трансформація, життєстійкість, самоактуалізація, соціальна ідентичність, криза.

Abstract. The article is devoted to a comprehensive analysis of values as a key factor of personal transformation from the standpoint of psychological and sociological approaches. The study focuses on the role of values as fundamental guidelines that influence motivation, self-regulation and self-awareness of a person in conditions of rapid socio-political, economic and cultural changes. Personal transformation is considered as a process of qualitative changes in the structure of the personality, which includes a rethinking of identity, life goals and meanings due to a change in value orientations. In the psychological context, values are analyzed as tools that contribute to experiencing life crises, the formation of resilience and self-actualization. In particular, the mechanisms through which values help to structure traumatic experience, revise priorities and integrate new meanings into the structure of the personality are considered. In the sociological aspect, values are studied as elements of social culture that form social identity and ensure adaptation to changes in the social environment. Based on the analysis of modern research, the relationship between psychological and sociological factors of transformation has been established, where values act as a bridge between individual needs and social requirements. Particular attention is paid to empirical data confirming the correlation of values, such as responsibility, autonomy and self-realization, with psychological well-being and social adaptation. Practical recommendations are offered for the use of a value approach in psychological counseling, social work and education, in particular through reflection techniques, goal setting and programs for the development of social cohesion. The study emphasizes the importance of values as an integrative factor that contributes to the harmonization of individual and social aspects of the personality, and also identifies prospects for further research, including empirical study of the influence of different types of values on transformational processes in different age groups and social contexts.

Keywords: values, personal transformation, resilience, self-actualization, social identity, crisis.

Постановка проблеми. Цінності є фундаментальними орієнтирами, що визначають поведінку, мотивацію та самосвідомість людини в процесі її взаємодії з соціальним середовищем. У сучасному світі, де швидкі соціально-політичні, економічні та культурні зміни створюють умови для постійних викликів і криз, цінності відіграють ключову роль у формуванні стратегій адаптації та особистісної трансформації. Особистісна трансформація, як процес якісних змін у структурі особистості, включає переосмислення ідентичності, цілей і сенсів життя, що часто зумовлено зміною ціннісних орієнтацій.

Проблема цінностей як фактора особистісної трансформації має як теоретичне, так і практичне значення. З психологічної точки зору, цінності впливають на мотивацію, саморегуляцію та психологічне благополуччя людини, що є важливим для розробки стратегій психологічної підтримки в умовах криз. З соціологічного погляду, цінності формують соціальну поведінку, сприяють інтеграції індивіда в суспільство та визначають його місце в соціальній структурі. У контексті глобальних викликів, таких як економічна нестабільність, соціальні конфлікти чи екологічні кризи, розуміння ролі цінностей у трансформаційних процесах дозволяє розробляти ефективні програми соціальної адаптації та психологічної реабілітації. Актуальність дослідження зумовлена необхідністю комплексного аналізу психологічних і соціологічних механізмів, через які цінності впливають на трансформацію особистості, що має значення для теорії та практики психології, соціології, освіти та соціальної політики.

Аналіз останніх досліджень і публікацій. Питання ролі цінностей у процесі особистісної трансформації активно досліджується в сучасній психології та соціології. У психологічному контексті цінності розглядаються як внутрішні орієнтири, що спрямовують поведінку людини та сприяють її адаптації до складних життєвих ситуацій. Зокрема, Заїка В.М., Клевака Л.П., у своїй роботі підкреслюють, що цінності відіграють ключову роль у процесі переживання життєвих криз, сприяючи формуванню нових стратегій долаття та трансформації особистості. Вони зазначають, що ціннісні

орієнтації допомагають людині переосмислити травматичний досвід і знайти нові сенси життя, що є основою для якісних змін у структурі особистості [3, с. 51-58].

Соціологічний підхід до цінностей акцентує увагу на їх ролі у формуванні соціальної ідентичності та взаємодії індивіда з суспільством. У роботі за ред. Пріснякової Л. М. зазначається, що цінності є основою соціальних трансформацій, оскільки вони визначають ставлення людини до змін у соціально-політичному та економічному середовищі. Автори підкреслюють, що в умовах нестабільності цінності можуть як стабілізувати особистість, так і сприяти її радикальній трансформації через перегляд соціальних ролей і норм [8].

Буданова М. у своєму дослідженні диференціює понятійний апарат особистісної трансформації, зазначаючи, що цінності є не лише мотиваційними факторами, а й інструментами, які допомагають людині структурувати власний досвід і знаходити баланс між внутрішніми потребами та зовнішніми вимогами. Вона підкреслює, що трансформація особистості часто пов'язана з переглядом ціннісних пріоритетів у відповідь на кризові ситуації [2, с. 54-61].

Невирішеною частиною загальної проблеми залишається чітке визначення механізмів, через які цінності впливають на трансформаційні процеси, а також їх взаємозв'язок із психологічними і соціальними факторами. Більшість досліджень зосереджені на окремих аспектах, таких як психологічне благополуччя чи соціальна адаптація, але комплексний аналіз психологічних і соціологічних підходів до ролі цінностей у трансформації особистості є обмеженим. Крім того, недостатньо уваги приділено емпіричним дослідженням, які б кількісно оцінювали вплив цінностей на різні етапи трансформаційного процесу.

Метою статті є комплексний аналіз цінностей як фактора особистісної трансформації з позицій психологічного та соціологічного підходів. Основні завдання дослідження:

1. Визначити теоретичні засади поняття цінностей у контексті психологічної та соціологічної теорій.
2. Проаналізувати психологічні механізми впливу цінностей на процеси особистісної трансформації в умовах життєвих криз.
3. Дослідити соціологічні аспекти ролі цінностей у формуванні соціальної ідентичності та адаптації до змін.
4. Встановити взаємозв'язок між психологічними та соціологічними факторами трансформації, опосередкованими цінностями.

Виклад основного матеріалу. Цінності є багатогранним поняттям, яке в психології визначається як стійкі переконання, що спрямовують поведінку людини та визначають її пріоритети. У психологічному контексті цінності розглядаються як компоненти структури особистості, які впливають на мотивацію, саморегуляцію та самосвідомість. Зокрема, Клепікова О. зазначає, що цінності пов'язані з толерантністю до невизначеності, що є важливим фактором психологічного благополуччя в умовах змін. Вона підкреслює, що цінності, такі як автономія та самореалізація, допомагають людині адаптуватися до нестабільного середовища, знижуючи рівень стресу та сприяючи психологічній стійкості [4, с. 13-20].

У соціологічному контексті цінності виступають як елементи соціальної культури, що формують норми, ролі та очікування в суспільстві. Ревенко С., підкреслює, що цінності є основою формування зрілої соціальної ідентичності, яка дозволяє людині адаптуватися до змін у соціальному середовищі [9, с. 256]. Наприклад, цінності, пов'язані з колективізмом, сприяють соціальній згуртованості, тоді як індивідуалістичні цінності стимулюють особистісний розвиток і автономію.

Полещук Т., у своєму дослідженні концепту «вищого Я» за Ассаджолі та Феруччі підкреслює, що цінності, пов'язані з духовним розвитком, відіграють ключову роль у гармонізації індивідуальних і соціальних аспектів особистості [5]. Цей концепт дозволяє розглядати цінності як інструмент інтеграції внутрішніх потреб і зовнішніх соціальних вимог, що є важливим для розуміння трансформаційних процесів.

Цінності відіграють важливу роль у процесі переживання життєвих криз, які часто є каталізатором особистісної трансформації. Заїка В., Клевака Л., виділяють три етапи трансформаційного процесу, опосередкованого цінностями:

1. Кризове переживання – цінності допомагають людині структурувати хаотичний досвід і знайти сенс у складних ситуаціях. Наприклад, цінність сім'ї може стати опорою для людини, яка переживає втрату роботи.
2. Переосмислення – цінності стають основою для перегляду життєвих цілей і пріоритетів. Людина може переосмислити значення кар'єрного успіху, надаючи перевагу духовному розвитку чи міжособистісним стосункам.
3. Інтеграція – нові цінності інтегруються в структуру особистості, сприяючи її якісним змінам

[3, с. 51-58].

Предко В., у своєму дослідженні зазначає, що цінності, пов'язані з життєстійкістю, допомагають людині долати складні життєві ситуації шляхом формування нових стратегій поведінки. Наприклад, цінність відповідальності сприяє активному пошуку рішень у кризових ситуаціях, тоді як цінність самореалізації мотивує до постановки нових цілей. Автор підкреслює, що життєстійкість формується через ціннісні орієнтації, які дозволяють людині адаптуватися до невизначеності та знаходити сенс у складних обставинах [6, с. 74-99].

Самоактуалізація, як один із проявів ціннісної орієнтації, є важливим фактором трансформації. Боднар М. зазначає, що прагнення до самоактуалізації сприяє психічному здоров'ю студентської молоді, оскільки воно пов'язане з цінностями автономії, творчості та само- вираження [1, с. 315-318]. Аналогічно, Толкунова І. та Терещенко Л., підкреслюють, що самоактуалізація є чинником збереження психологічного здоров'я, оскільки вона допомагає людині знаходити баланс між внутрішніми потребами та зовнішніми викликами [11, 81-86].

Клепікова О., у своєму дослідженні звертає увагу на толерантність до невизначеності як цінність, яка сприяє психологічному благополуччю. Вона зазначає, що студенти-психологи, які мають високий рівень толерантності до невизначеності, краще адаптуються до стресових ситуацій, що є важливим для їхньої особистісної трансформації [4, с. 13-20]. Ця цінність дозволяє людині сприймати зміни як можливості для розвитку, а не як загрозу.

Буданова М., у своєму аналізі понятійного апарату особистісної трансформації підкреслює, що цінності є не лише мотиваційними факторами, а й інструментами, які допомагають структурувати досвід. Наприклад, цінність справедливості може спонукати людину до активної участі в соціальних змінах, що, у свою чергу, сприяє трансформації її соціальної ідентичності [2, с. 54-61].

З соціологічної точки зору, цінності є основою для формування соціальної ідентичності та адаптації до змін. У колективній монографії під редакцією Пріснякової Л., зазначається, що в умовах соціально-політичних і економічних змін цінності виступають як стабілізуючий фактор, який допомагає людині зберегти почуття приналежності до соціальних груп [8]. Наприклад, цінності, пов'язані з традиціями, сприяють збереженню соціальної стабільності, тоді як цінності, орієнтовані на інновації, стимулюють соціальні трансформації.

Ревенко С., у своєму дослідженні соціально-психологічних умов становлення зрілої ідентичності студентської молоді зазначає, що цінності, такі як відповідальність і справедливість, є основою для формування соціальної ідентичності. Вони дозволяють молодим людям адаптуватися до змін у соціальному середовищі, зберігаючи при цьому почуття власної гідності та приналежності [9, с. 256].

Садова М., підкреслює, що цінності є основою для постановки життєвих цілей, особливо в молодіжному середовищі. Вона зазначає, що ціннісні орієнтації впливають на вибір життєвих стратегій, які визначають траєкторію особистісного розвитку. Наприклад, цінність самореалізації може мотивувати молодь до вибору кар'єрних шляхів, які відповідають їхнім внутрішнім прагненням, тоді як цінність безпеки може спонукати до вибору стабільних, але менш амбітних шляхів [10, с. 85].

Цінності виступають як міст між психологічними і соціологічними аспектами трансформації. Полещук Л., у своєму дослідженні концепту «вищого Я» зазначає, що цінності, пов'язані з духовним розвитком, сприяють інтеграції індивідуальних і соціальних аспектів особистості. Цінність гармонії може допомогти людині знайти баланс між особистими прагненнями та соціальними очікуваннями, що є основою для трансформаційних змін [5].

Клепікова О., звертає увагу на те, що толерантність до невизначеності, як ціннісна орієнтація, сприяє адаптації до змін у соціальному середовищі, що, у свою чергу, впливає на психологічну стійкість. Вона зазначає, що студенти, які цінують гнучкість і відкритість до нового, краще справляються з викликами сучасного світу [4, с. 13-20].

Емпіричні дослідження підтверджують важливість цінностей у трансформаційних процесах. Наприклад, у дослідженні, проведеному на базі студентської молоді, було встановлено, що цінності самоактуалізації та відповідальності корелюють із високим рівнем психологічного благополуччя [1, с. 315-318]. Це дослідження показало, що студенти, які орієнтуються на самореалізацію, мають вищий рівень мотивації до навчання та розвитку, що сприяє їхній трансформації.

Інше дослідження, показало, що цінності, пов'язані з соціальною відповідальністю, сприяють формуванню зрілої ідентичності у студентів. Учасники дослідження, які брали участь у волонтерських проєктах, демонстрували вищий рівень соціальної адаптації та психологічної стійкості [4].

Ще одне дослідження звертає увагу на те, що постановка цілей, заснована на цінностях, є ключовим фактором успішної адаптації молоді до змін. Її дослідження показало, що студенти, які чітко визначають свої цінності, мають більш структуровані життєві стратегії, що сприяють їхньому

особистісному розвитку [8].

На основі аналізу психологічних і соціологічних підходів можна запропонувати наступні рекомендації:

1. У психологічному консультуванні – використовувати ціннісний підхід для роботи з клієнтами, які переживають кризові ситуації. Наприклад, техніки рефлексії та постановки цілей можуть допомогти клієнтам переосмислити цінності та знайти нові сенси життя.

2. У соціальній роботі – розробляти програми, спрямовані на формування цінностей, що сприяють соціальній згуртованості та адаптації до змін. Наприклад, програми волонтерства можуть сприяти розвитку цінностей відповідальності та справедливості.

3. В освіті, впроваджувати програми розвитку ціннісних орієнтацій у студентів, які сприяють самоактуалізації та психологічному здоров'ю. Наприклад, тренінги з розвитку толерантності до невизначеності можуть допомогти студентам краще адаптуватися до змін.

Висновки. Цінності є ключовим фактором особистісної трансформації, що інтегрує психологічні та соціологічні аспекти. У психологічному контексті цінності сприяють переосмисленню життєвого досвіду, формуванню життєстійкості та самоактуалізації. У соціологічному контексті вони забезпечують адаптацію до змін і формування соціальної ідентичності. Взаємозв'язок цих підходів дозволяє комплексно зрозуміти механізми трансформаційних процесів.

Перспективи подальших досліджень включають: емпіричне вивчення впливу різних типів цінностей (індивідуалістичних, колективістських, духовних) на трансформаційні процеси; розробка моделей, які кількісно оцінюють взаємозв'язок цінностей із психологічним благополуччям і соціальною адаптацією; дослідження ролі цінностей у різних вікових групах і соціальних контекстах.

Ціннісний підхід має значний потенціал для практичного застосування в психології, соціології та освіті, сприяючи розвитку стратегій підтримки особистісної трансформації в умовах сучасних викликів.

Список використаних джерел

1. Боднар М. Самоактуалізація як чинник психічного здоров'я студентської молоді. *Освіта регіону. Політологія, психологія, соціальні комунікації*. 2021. № 2. С. 315–318. URL: <https://pj.journal.kspu.edu/index.php/pj/article/view/1328>.

2. Буданова М. Особистісні трансформації в психології: диференціація понятійного апарату дослідження. *Юридична психологія*. 2023. № 2 (33). С. 54–61. URL: <http://www.apsyjournal.in.ua/index.php/apsyjournal/article/view/80/77>.

3. Заїка В., Клевака Л. Психологічні особливості динаміки переживання, долання та особистісної трансформації людини в умовах життєвої кризи. *Humanitarium*. 2020. Т. 44, № 1. С. 51–58. URL: <http://dSPACE.wunu.edu.ua/bitstream/316497/38776/1/Заїка%20В.М.,%20Клевака%20Л.П..pdf>.

4. Клепікова О. Характерологічні особливості толерантності до невизначеності у системі особистісного благополуччя студентів-психологів. *Науковий вісник Херсонського державного університету. Серія: психологічні науки*. 2021. Т. 3. С. 13–20. URL: <https://doi.org/10.32999/ksu2312-3206/2021-3-2>.

5. Полещук Л. Концепт «вищого Я» Р. Ассаджолі та П. Феруччі в контексті психології особистості і практик управління часом. *Науковий вісник Херсонського державного університету. Серія: психологічні науки*. 2024. Т. 2. URL: <https://doi.org/10.32999/ksu2312-3206/2024-2-2>.

6. Предко В. Складна життєва ситуація як провідна умова формування життєстійкості особистості. *Теоретичні і прикладні проблеми психології*. 2021. № 1. С. 74–99. URL: <https://doi.org/10.33216/2219-2654-2021-54-1-74-99>.

7. Предко В. Складна життєва ситуація як провідна умова формування життєстійкості особистості. *Теоретичні і прикладні проблеми психології*. 2021. № 1(54). С. 74–99. URL: <https://doi.org/10.33216/2219-2654-2021-54-1-74-99> (дата звернення: 27.06.2025).

8. Пріснякова Л. Трансформації особистості в умовах соціально-політичних та економічних змін / ред. Л. Пріснякова. Дніпро : ЛІРА, 2023. 250 с. URL: <http://www.info.dgu.edu.ua/jspui/bitstream/123456789/926/3/Колективна%20монографія%20за%20заг.%20редакцією%20Пр%20Дістнякої.pdf>.

9. Ревенко С. Соціально-психологічні умови становлення зрілої ідентичності студентської молоді. 2020. 286 с. URL: <https://reposit.nupp.edu.ua/bitstream/PoltNTU/10002/1/Гуманітаріум.pdf>.

10. Садова М. Робота над постановкою цілей та життєвих стратегій обдарованих юнаків та дівчат. *Профрієнтація: стан і перспективи розвитку: матеріали всеукраїнських психолого-педагогічних читань, присвячених пам'яті д.і.н., проф. Б.О. Федоришина*. Київ, 2022. С. 85. URL: <https://>

dspace.wunu.edu.ua/handle/316497/50126.

11. Толкунова І., Терещенко Л. Самоактуалізація особистості як чинник збереження її психологічного здоров'я. *Теорія і методика фізичного виховання і спорту*. 2021. № 4. С. 81–86. URL: <https://psychpersonality.pnpu.edu.ua/article/view/298772>.

References

1. Bodnar M. Samoaktualizatsiia yak chynnyk psykhychnoho zdorovia studentskoi molodi. Osvita rehionu. Politolohiia, psykholohiia, sotsialni komunikatsii. 2021. № 2. S. 315–318. URL: <https://pj.journal.kspu.edu/index.php/pj/article/view/1328>.

2. Budanova M. Osobystisni transformatsii v psykholohii: dyferentsiatsiia poniatiinoho aparatu doslidzhennia. Yurydychna psykholohiia. 2023. № 2 (33). S. 54–61. URL: <http://www.apsyjournal.in.ua/index.php/apsyjournal/article/view/80/77>.

3. Zaika V., Klevaka L. Psykholohichni osoblyvosti dynamiky perezhyvannia, dolannia ta osobystisnoi transformatsii liudyny v umovakh zhyttievoi kryzy. Humanitarium. 2020. T. 44, № 1. S. 51–58. URL: <http://dspace.wunu.edu.ua/bitstream/316497/38776/1/Zaika%20V.M.,%20Klevaka%20L.P.pdf>.

4. Klepikova O. Kharakterolohichni osoblyvosti tolerantnosti do nevyznachenosti u systemi osobystisnoho blahopoluchchia studentiv-psykholohiv. Naukovyi visnyk Khersonskoho derzhavnoho universytetu. Seriia: psykholohichni nauky. 2021. T. 3. S. 13–20. URL: <https://doi.org/10.32999/ksu2312-3206/2021-3-2>.

5. Poleshchuk L. Kontsept «vyshchoho Ya» R. Assadzholi ta P. Feruchchi v konteksti psykholohii osobystosti i praktyk upravlinnia chasom. Naukovyi visnyk Khersonskoho derzhavnoho universytetu. Seriia: psykholohichni nauky. 2024. T. 2. URL: <https://doi.org/10.32999/ksu2312-3206/2024-2-2>.

6. Predko V. Skladna zhyttieva sytuatsiia yak providna umova formuvannia zhyttiistiikosti osobystosti. Teoretychni i prykladni problemy psykholohii. 2021. № 1. S. 74–99. URL: <https://doi.org/10.33216/2219-2654-2021-54-1-74-99>.

7. Predko V. Skladna zhyttieva sytuatsiia yak providna umova formuvannia zhyttiistiikosti osobystosti. Teoretychni i prykladni problemy psykholohii. 2021. № 1(54). S. 74–99. URL: <https://doi.org/10.33216/2219-2654-2021-54-1-74-99> (data zvernennia: 27.06.2025).

8. Prisniakova L. Transformatsii osobystosti v umovakh sotsialno-politychnykh ta ekonomichnykh zmin / red. L. Prisniakova. Dnipro : LIRA, 2023. 250 s. URL: <http://www.info.dgu.edu.ua/jspui/bitstream/123456789/926/3/Kolektyvna%20monohrafiia%20za%20zah.%20redaktsizhiu%20Pr%20Distnniakoi.pdf>.

9. Revenko S. Sotsialno-psykholohichni umovy stanovlennia zriloi identychnosti studentskoi molodi. 2020. 286 s. URL: <https://reposit.nupp.edu.ua/bitstream/PoltNTU/10002/1/Humanitarium.pdf>.

10. Sadova M. Robota nad postanovkoiu tsilei ta zhyttievykh stratehii obdarovanykh yunakiv ta divchat. Proforiientatsiia: stan i perspektyvy rozvytku: materialy vseukrainskykh psykholoho-pedahohichnykh chytn, prysviachenykh pamiaty d.i.n., prof. B.O. fedoryshyna. Kyiv, 2022. S. 85. URL: <https://dspace.wunu.edu.ua/handle/316497/50126>.

11. Tolkunova I., Tereshchenko L. Samoaktualizatsiia osobystosti yak chynnyk zberezhenia yii psykholohichnoho zdorovia. Teoriia i metodyka fizychnoho vykhovannia i sportu. 2021. № 4. S. 81–86. URL: <https://psychpersonality.pnpu.edu.ua/article/view/298772>.