

УДК 159.923.2

DOI <https://doi.org/10.51547/ppp.dp.ua/2023.3.12>

Бугерко Ярослава Миколаївна,

кандидат психологічних наук, доцент,
доцент кафедри психології та соціальної роботи
Західноукраїнського національного університету
ORCID ID: 0000-0002-9138-5350

РЕСУРНИЙ ПІДХІД В СУЧАСНІЙ ПСИХОЛОГІЇ

RESOURCE APPROACH IN MODERN PSYCHOLOGY

У статті здійснено аналіз психологічних ресурсів як певної системи здатностей людини, котра сприяє успішному вирішенню протиріч між особистістю та життєвим середовищем, дозволяє подолати несприятливі життєві обставини, визначає вектор спрямованості самореалізації особистості. Виділено два напрями в дослідженні ресурсів: транзактний, який акцентує увагу на сукупності ресурсів людини та розширення їх арсеналу та інтегрований - зорієнтований на управління ресурсами, ефективне їх використання. Вказано на перспективність системного підходу, котрий розглядає ресурси як складну динамічну систему, котра ієрархічно організована та має визначену структуру. Проаналізовано погляди на сутнісний зміст особистісних ресурсів. Виділено психодуховні ресурси людини як складне інтегративне індивідуально-психологічне утворення, що проявляється у фаховій компетентності, високому рівні розвитку духовно-моральних властивостей, відображає ставлення особистості до основних екзистенційних даностей: свободи, смислів, самотрансценденції, прийняття, віри та переживається в інтраперсональному плані як відновлення контакту зі своєю суб'єктивністю, відчуттям цілісності, внутрішньої сили, емоційної стабільності, самотворення. Аналіз процесу актуалізації психодуховних ресурсів особистості на етапі професіоналізації дозволив виділити їх складові: мотиваційно-ціннісну, когнітивно-смыслову, рефлексивно-діяльнісну та духовно-екзистенційну та проаналізувати особливості їх функціонування в процесі професійної підготовки майбутніх психологів, студентів ЗУНУ. Ключовими аспектами емпіричного вивчення стали: внутрішня мотивація студента, котра забезпечує ресурсність його стану; структура та особистісна значущість основних груп життєвих смислів у студентів 1 та 4 року навчання; розвиток рефлексивних знань та умінь студентів; їх екзистенційні ресурси як внутрішні світоглядні опори, які в період складних життєвих явищ дозволяють людині зберігати внутрішню стійкість, знаходити нові моделі життєдіяльності.

Ключові слова: ресурсність, особистісний розвиток, внутрішня мотивація, рефлексивні вміння, духовність, екзистенціали, психодуховні ресурси.

The article analyzes psychological resources as a specific system of human abilities, contributing to the successful resolution of contradictions between the individual and the living environment, overcoming adverse life circumstances, and determining the direction vector of the individual's self-realization. The perspective of the system approach, which considers resources as a complex dynamic system that is hierarchically organized and has a defined structure, is indicated. Views on the essential content of personal resources are analyzed. The psycho-spiritual resources of a person are singled out as a complex integrative individual-psychological formation, which manifests itself in professional competence, a high level of development of spiritual and moral properties, reflects the attitude of the individual to the main existential givens: freedom, meanings, self-transcendence, acceptance, faith and is experienced intrapersonally as a restoration contact with one's subjectivity, a sense of integrity, inner strength, emotional stability, self-creation. The analysis of the actualization process of the psychospiritual resources of the individual at the stage of professionalization made it possible to distinguish their components: motivational-value, cognitive-meaningful, reflective-active, and spiritual-existential, and to analyze the peculiarities of their functioning in the process of professional training of future psychologists, students of WUNU. The critical aspects of the empirical study were: The student's internal motivation ensures the resourcefulness of his condition; The structure and personal significance of the main groups of life meanings in students of the 1st and 4th years of study; Development of reflective knowledge and skills of students; Their existential resources as internal worldview supports, which in the period of complex life phenomena allow a person to maintain internal stability to find new life models.

Key words: resourcefulness, personal development, internal motivation, reflective skills, spirituality, existentials, psychospiritual resources.

Актуальність теми дослідження. У сучасній психології спостерігається підвищена зацікавленість до наукових розробок у форматі ресурсного підходу. Однією з причин є затяжний кризовий

стан суспільства, а особливо актуально це в Україні, де вже другий рік триває повномасштабна війна з РФ. Відтак зрозумілим є прагнення людини знайти як зовнішні, так і внутрішні ресурси своєї особистості, щоб вижити та реалізуватися. Інша причина актуальності даного напрямку полягає в тому, що ресурсний підхід у психології дозволяє з нових теоретико-методологічних засад вивчати психологічну реальність, проникати в її сутність, аналізувати психологічні механізми.

Критичний аналіз психологічної літератури показав, що існують різні погляди на основні поняття, концепції, підходи стосовно вивчення ресурсів, технології їх актуалізації. У наукових розвідках розглядається як широке визначення ресурсів, так і вузьке, пов'язане із специфікою їх проявів. Існують різні класифікації зазначеного явища. Істотно відрізняється погляд на проблему ресурсів у вітчизняних та зарубіжних психологів. Проблема ускладнюється тим, що дане явище вимагає комплексного міждисциплінарного дослідження. Багато питань, які стосуються розгляду структури та психологічних особливостей різних видів ресурсів, можливості використання діагностичного інструментарію для їх вимірювання, розуміння процесів витрачання та відновлення ресурсів, технології їх актуалізації потребують подальших досліджень. Практично не вивченим є питання психодуховних ресурсів особистості як складної динамічної системи індивідуально-особистісних властивостей людини. Відтак **метою даного дослідження** є проаналізувати основні компоненти психодуховних ресурсів особистості, підібрати діагностичні методики, котрі дозволяють більш детально вивчити особливості їх протікання.

Виклад основного матеріалу дослідження. У психологічному аспекті під *ресурсами* розуміються властивості особистості, які допомагають ефективно вирішувати різні життєві проблеми. Значна увага в останні роки приділяється вивченню ментальних ресурсів продуктивної особистості, зокрема факторів, які впливають на актуалізацію ресурсів обдарованих дітей (Л.І. Ларіонова, О.М. Лісничка, І.М. Ющенко) [1; 2], розгляд вищих здібностей (духовність, рефлексивність, творче самовираження) як основи ментальних ресурсів (Л.М. Попов, В.М. Шмаргун) [3], аналіз психологічних ресурсів як певної системи здатностей людини, котра сприяє успішному вирішенню протиріч між особистістю та життєвим середовищем, дозволяє подолати несприятливі життєві обставини, а відтак визначає вектор спрямованості самореалізації особистості

(О.С. Штепа, С.О. Лукомська, Н.В. Перегончук, Т.С. Краєвська та ін.) [4; 5].

Аналіз літератури з даної проблематики показав, як мінімум два напрями в дослідженні ресурсів: транзактний та інтегрований. *Транзактний* підхід у дослідженні акцентує увагу на сукупності ресурсів людини, а *інтегрований* орієнтований на управління ресурсами, ефективно їх використання. У транзактному підході, зокрема, виділилося два піднапрямки. Один пов'язаний із вивченням властивостей особистості як ресурсів. У другому увага дослідників зосереджена на порівнянні психологічних характеристик людей, які вистояли в умовах, критичних для благополуччя людини [6]. Перспективним є системний підхід, котрий розглядає ресурси як складну багатокomпонентну динамічну систему, котра ієрархічно організована та має визначену структуру.

Існують різні класифікації ресурсів. Загальноприйнятим є підхід до їх поділу на дві групи: індивідуальні (поділяються на когнітивні та особистісні) та середовищні ресурси. Американські психологи А.С. Masten, М.С. Reed виділяють три групи ресурсів: *громадські* або суспільні (макрорівень) – добре налагоджена охорона здоров'я, безпека, культурний рівень розвитку та ін.; *соціальні* (мезорівень), куди відносяться сімейні фактори (психологічний клімат сім'ї, прихильність до батьків, емоційний клімат навчальної групи, відносини з однолітками, тощо), та *індивідуальні* ресурси (мікрорівень) – комплекс здібностей індивіда, реалізація яких дозволяє зберігати баланс адаптаційно-компенсаторних механізмів [7, с. 78]. Найбільш ґрунтовний аналіз психологічних ресурсів здійснила українська дослідниця О.С. Штепа [5].

У сучасній психологічній літературі поняття «ресурс» часто змістово ототожнюється з поняттям «потенціал». При цьому особистісний потенціал визначають як інтегральну системну характеристику індивідуально-психологічних особливостей особистості, котра дозволяє особистості мати стійкі внутрішні критерії та орієнтири у своїй життєдіяльності, зберігати стабільність смислових орієнтацій та високу ефективність діяльності, незважаючи на тиск зовнішніх умов. Свого часу нами здійснене дослідження потенціалу як психодуховної визначеності людини, виходячи із логіко-канонічної структури вчинку В.А. Роменця (див. [8]).

Серед найважливіших складових індивідуальних ресурсів людини виділяють особистісні ресурси. Одні дослідники розглядають особистісні риси (воля, локус контролю, життєстійкість,

сила Я) як ресурси, необхідні для успішної діяльності та розвитку. Інші (Masten, Reed) виділяють в якості особистісних ресурсів емоційну стійкість, сміливість, здатність контролювати свої бажання, домінантність, стриманість, самостійність, адекватність, усвідомленість цілей, смислу та сенсу життя [7]. Важливо, що особистісні риси людини можуть бути не тільки її ресурсом, а й як певним психологічним бар'єром, який обмежує можливість використання особистісних ресурсів. Відтак існує проблема біполярності ресурсів, коли деякі ресурси можуть блокувати подолання перешкод, тобто виступати в ролі бар'єрів, обмежувачів, що заважають вирішенню ситуації, розвитку особистості. При цьому слід врахувати, що психологічні бар'єри виконують не тільки гальмівну та подавляючу функцію, а й творчу – мобілізацію ресурсів суб'єкта для подолання опору середовища, регулювання дії з урахуванням характеру перешкод, розвитку і зміни внутрішніх умов у напрямку їх функціональних можливостей [6].

Важливу роль у розгортанні процесів особистісного та професійного розвитку молодшої людини під час профільного навчання виконують *психодуховні ресурси* – певні внутрішні властивості, котрі сприяють психологічній стійкості особистості у складних життєвих ситуаціях, проявляються в емоційних, мотиваційно-вольових, когнітивних та поведінкових конструктах, які людина актуалізує для адаптації і трансформації проблемної ситуації. Вони є важливим засобом і внутрішньою опорою, котра допомагає молодій особі реалізуватися себе, забезпечує можливість ефективно долати життєві і професійні труднощі, вирішувати особистісні проблеми та протиріччя.

Емпіричне вивчення психодуховних ресурсів студентів проводилося на базі кафедри психології та соціальної роботи Західноукраїнського національного університету. Дослідницьку вибірку склали студенти-психологи першого та четвертого років навчання. Відправною точкою дослідження було припущення, що соціально-культурний простір вищого закладу освіти є особливим ресурсом, котрий сприяє розвитку психодуховного потенціалу студентської молоді. За допомогою методологічного аналізу проблем ресурсності особистості у ракурсі циклічно-вчинкового підходу А.В. Фурмана було виділено наступні компоненти психодуховних ресурсів особистості студента: мотиваційно-ціннісний, когнітивно-смісловий, рефлексивно-діяльнісний, духовно-екзистенційний. Побудова емпіричного дослідження дала можливість більш детально вивчити особливості протікання кожного із зазначених компонентів.

Так, для вивчення *мотиваційного компоненту* психодуховних ресурсів особистості студента була використана методика К. Замфір в модифікації А.О. Реана «Мотивація професійної діяльності», котра дозволяє визначити показники зовнішньої та внутрішньої мотивації учасників навчально-професійної діяльності, особливості їх співвідношення та відповідний рівень розвитку. Результати засвідчують, що у значній кількості студентів-першокурсників (68,6% обстежуваних) яскраво виражена зовнішня позитивна мотивація. Внутрішня мотивація проявляється у 20% опитаних, а в 14,3% першокурсників досить сильно виражена зовнішня негативна мотивація. Аналогічні обстеження студентів випускного курсу показують зростання показників внутрішньої мотивації (33,3% студентів-четвертокурсників) та зниження кількості студентів із вираженою зовнішньою негативною мотивацією (3,3% обстежуваних). Цілком закономірно, що вплив внутрішніх мотивів позначається і на успішності навчальної діяльності студентів, а відтак є важливим ресурсом їх особистісного зростання, забезпечує ресурсність його стану, можливість наполегливо, ґрунтовно вчитись, здобувати професійно-зорієнтовані знання і в майбутньому стати добрим фахівцем своєї справи.

Анкетування з визначення мотивації студентів показало, що в ієрархії мотивів вибору професії найбільш значущими для 42% опитаних є утилітарний мотив, що виражається у таких відповідях як «бажання здобути освіту, щоб допомагати собі та близьким», для 30% опитаних важливим є моральний мотив (в їх відповідях характерним є вислів «приносити користь людям»), 19% студентів керуються соціальним мотивом (означають професію як важливу і потрібну). Досить значущими для студентів як першого, так і четвертого курсів є мотиви саморозвитку та самореалізації. Так, в ієрархії цінностей здобуття освіти та підвищення рівня своєї освіченості студенти ставлять на перше місце, що проявляється у переважанні цінності розвитку себе, професійних здібностей, прагнення реалізації та підвищення кваліфікації. Дослідження показало чіткий зв'язок мотивів вибору професії студентів із їх ціннісними орієнтаціями.

Для визначення *когнітивно-сміслового компоненту* психодуховних ресурсів особистості було використано методика «Система життєвих смислів» В.Ю. Котлякова. При аналізі результатів методики в кожній групі смисложиттєвих орієнтацій були визначені середні показники рангів як середнє арифметичне (М) показника рангів.

Відповідно, чим нижчим є показним *M*, тим вищий ранг відповідної групи життєвих смислів, а отже і тим вища його особистісна значимість для студента. Результати обстежень показали, що основні групи життєвих смислів мають подібну структуру в студентів різних курсів, однак існують значні відмінності в особистісній значущості певних типів життєвих смислів (таблиця 1).

Особистісні смисли є важливим регулятивним принципом поведінки особистості, вони сприяють формуванню етичних відносин, професійного та особистісного саморозвитку. Аналіз одержаних результатів показав відмінності в рівні прояву провідних ціннісних смислів у структурі саморозвитку особистості студентів-першокурсників та випускників бакалаврату. Найвищу рангову позицію у студентів-випускників займають сімейні життєві смисли (3.04). Значно відрізняється показник такої смисложиттєвої орієнтації як гедонізм: у четвертокурсників його середнє рангове значення становить 5.08 і займає п'яту рангову позицію у списку смисложиттєвих категорій, тоді як в першокурсників його показник 3.72 що відповідає другому рангу значимості. Подібна ситуація із статусними і самореалізаційними показниками: протилежно-відмінні позиції у новонабраних студентів та випускників бакалаврату. У четвертокурсників статусні цінності займають четверту позицію із показником 4.11, тоді як першокурсники поставили дану цінність на першу позицію (показник – 3.51).

Для студентів обох груп важливими є питання самореалізації, однак самореалізаційні цінності у студентів-випускників займають високу другу позицію з показником 3.15, у першокурсників ці цінності на четвертому місці, показник – 3.98. Аналіз показує, що зазначена цінність є актуальною потребою саморозвитку студентів обох вікових груп, однак студентам-випускникам в більшій мірі характерна цілеспрямована внутрішня діяль-

ність особистості, яка сприяє динамічній самозміні, свідомому управлінню власним розвитком, вибору цілей, засобів та шляхів самовдосконалення. Така діяльність з необхідністю передбачає високий рівень розвитку рефлексивних здібностей особистості.

Для визначення *рефлексивно-діяльниого* складника психодуховного ресурсу особистості було використано діагностичну методику А.В. Карпова, В.В. Пономарьової «Визначення індивідуальної міри вияву рефлексивності». Результати обстежень показали, що близько третини першокурсників мають низький рівень розвитку рефлексивності, відповідно, у них не проявляються в достатній мірі рефлексивні здатності. А це означає, що вони не вміють займати позицію «стороннього» спостерігача, «виходити» з діяльності та досліджувати проблеми, що виникають із рефлексивної позиції, усвідомлювати та оцінювати себе, інших учасників освітнього процесу та на основі отриманої інформації творчо коригувати свою діяльність та проектувати нову. Серед випускників таких студентів є лише 6,3%. За час навчання зросла кількість адекватно рефлексивних (82,3%) та високорефлексивних (11,4%) студентів. Такі студенти не лише розуміють важливість та необхідність рефлексивних знань та умінь у майбутній професійній психологічній діяльності, а й володіють основними діями та операціями, технологією застосування рефлексивних умінь у практичній роботі. Анкетування стосовно професійно важливих якостей фахівця-психолога, показало, що у частотних словниках студентів першого курсу найбільш уживаними є характеристики «товариський» (93%), «щирий» (87%), «розуміючий» (86%); далі йдуть такі якості як уважність, відповідальність, компетентність, толерантність і практично не зустрічалась вимога високого рівня розвитку інтелектуальної сфери. Натомість всі студенти четвертого курсу під-

Таблиця 1

Рейтинг категорій життєвих смислів у студентів першого та четвертого року навчання (методика В.Ю. Котлякова «Система життєвих смислів»)

Категорії життєвих смислів	Сума рангових значень показників смисложиттєвих орієнтацій (M – середнє рангове значення)	
	Студенти 1 року навчання	Студенти 4 року навчання
Альтруїстичні	4.93	5.31
Екзистенційні	6.02	5.42
Гедоністичні	3.72	5.08
Самореалізаційні	3.98	3.57
Статусні	3.51	4.11
Комунікативні	4.38	5.12
Сімейні	3.87	3.04
Когнітивні	5.48	3.95

кресливали важливість розвитку інтелектуальної сфери: компетентність, уважність, самостійність, відповідальність. Аналіз результатів дослідження показує, що в найбільшій мірі саме переорієнтація від механічного вивчення матеріалу до його усвідомленого і вмотивованого використання стимулює роботу рефлексивних механізмів самосвідомості, а відтак створюються засадничі передумови для особистісного розвитку і психодуховного зростання всіх учасників освітньої діяльності.

Четвертий блок діагностичних досліджень стосувався визначення *духовно-екзистенційного* аспекту психодуховного ресурсу студентів. Для цього було використано методика «Духовний потенціал особистості» (автор Е.О. Помиткін) та тест-опитувальник «Екзистенційні ресурси особистості» І.В. Бринзи та О.Ю. Рязанцевої. Аналіз першої методики показав, що найменшу (кількісно) групу склали студенти, у яких високий рівень розвитку духовного потенціалу (2,9% першокурсників та 10% випускників бакалаврату). Ці студентів характеризуються високим рівнем розвитку естетичних, екологічних та гуманістичних цінностей, в них добре розвинені здатності до самопізнання і самовдосконалення своєї особистості, високий рівень відповідальності та самореалізації. Майже у третини обстежуваних виявився низький та недостатній рівень розвитку духовного потенціалу.

Аналіз літератури показав, що важливими ресурсами змін особистості є система переконань, диспозицій та смислів; мотиваційно-смилова сфера особистості та певні індивідуально-психологічні утворення, які змінюють внутрішні та поведінкові характеристики особистості та опираються на п'ять екзистенційних даностей існування людини таких як: смерть, сенс, самотність, свобода і тілесність. Українська дослідниця О.Ю. Рязанцева виділяє п'ять екзистенціалів: ресурс сенсу, який структурує життя серед уявної безглуздості; ресурс прийняття, що дозволяє відчувати неповторність і цінність кожної миті; ресурс свободи, спонукає до прийняття відпо-

відальності за все, що відбувається у власному житті; ресурс милосердя, що дозволяє прийняти свою індивідуальність, поряд із визнанням унікальності іншої людини; і ресурс віри, що дозволяє досягти стану екзистенційної автентичності [9, с. 60]. Результати дослідження показників ресурсності за опитувальником «Екзистенційні ресурси особистості» І.В. Бринзи та Є.Ю. Рязанцевої представлені в таблиці 2.

Аналіз одержаних результатів показав, що найвищі показники ресурсності в студентів як першого, так і четвертого курсу має ресурс свободи (показник 33,1 та 32,8 відповідно). Студенти здатні робити свої вибори усвідомлено, їм характерна здатність відповідати за його наслідки, бажання бути автором власного життя, усвідомлено приймати рішення. Високі значення в студентів обох курсів має показник милосердя. Істотні відмінності спостерігаються у студентів різних курсів за показниками ресурсу прийняття – неприйняття. У випускників цей фактор має найвищий рейтинг (показник становить 37,8). В них присутня внутрішня згода із прийняттям як себе, так і інших людей такими якими вони є, що засвідчує хороший контакт із навколишньою реальністю, вміння встановлювати дружні міжособистісні стосунки на засадах взаємної довіри, поваги, визнання, любові, і є першою необхідною складовою особистісної зрілості та мудрості. Водночас, у першокурсників цей показник значно нижчий (25,1), що свідчить про певну емоційну незрілість, неврівноваженість, нетерпимість у стосунках, значну внутрішню конфліктність. Відтак, це слугує основним орієнтиром при розробці психокорекційних занять, тренінгів з підвищення психодуховного ресурсу особистості студентів.

Дослідження за даною методикою показало і певні проблемні точки особистісного зростання студентів-психологів. Ресурси смислу і віри займають останні рейтингові позиції в обох категоріях досліджуваних, щоправда кількісні показники у студентів четвертокурсників дещо вищі (22,7 та 21,2 відповідно). У студентів, які лише

Таблиця 2

Порівняльний аналіз показників екзистенційної ресурсності в студентів I та IV курсу (методика І. В. Бринзи – О. Ю. Рязанцевої)

Порядковий номер	Групи екзистенційних ресурси	Показники ресурсності	
		I курс	IV курс
1	ресурс свободи	33,1	32,8
2	ресурс сенсу	18,3	22,7
3	ресурс милосердя	32,4	30,9
4	ресурс прийняття	25,1	37,8
5	ресурс віри	20,3	21,2

почали опановувати фах психолога, ці показники становлять 18,3 та 20,3 відповідно). Зазначене вказує на недостатній рівень розвитку спрямованості на духовно-практичну діяльність, прийняття вищих духовних цінностей, які сприяють почуттю гармонійного зв'язку зі світом, з самим собою та вічністю. Необхідно зазначити, що екзистенційні ресурси особистості – це внутрішні світоглядні опори (сенси, цінності, потреби, мотиви, переконання, особистісні позиції, духовні властивості та ін.), які в період складних життєвих явищ дозволяють особистості зберігати внутрішню стійкість, знаходити нові моделі життєдіяльності. Для практичної психологічної роботи важливо знати, на які внутрішні екзистенційні ресурси може опиратися людина. В контексті прикладного застосування одержаних результатів досліджень розроблено рекомендації для проведення занять з активізація особистісних ресурсів, розвитку почуття власної гідності.

Підсумовуючи зазначимо, що у професійному становленні майбутнього фахівця важливим є актуалізувати його психодуховний ресурс, котрий є складним інтегративним індивідуально-психологічним утворенням, проявляється у професійній компетентності психолога, високому рівні розвитку духовно-моральних особистісних

властивостей, відображає ставлення особистості до основних екзистенційних даностей: свободи, смислів, самотрансценденції, прийняття, віри, переживаються в інтраперсональному плані як відновлення контакту зі своєю суб'єктивністю, відчуттям цілісності, внутрішньої сили, емоційної стабільності, самотворення.

Висновки. У сучасній психології спостерігається підвищена зацікавленість до наукових розробок у форматі ресурсного підходу. Під ресурсами розуміються властивості особистості, які допомагають ефективно вирішувати різні життєві проблеми. Психодуховні ресурси проявляються як цілісна система здібностей людини, що сприяють успішному подоланню несприятливих життєвих обставин, задають ціннісно-смысловий вимір особистості, і створюють основу для самореалізації. Тому вони є системною, інтегральною характеристикою особистості, що забезпечує їй можливість долати важкі життєві ситуації. Аналіз процесу актуалізації психодуховних ресурсів особистості на етапі професіоналізації дозволив виділити їх складові: мотиваційно-ціннісну, когнітивно-смыслову, рефлексивно-діяльнісну та духовно-екзистенційну та проаналізувати особливості їх функціонування в процесі професійної підготовки майбутніх психологів, студентів ЗУНУ.

СПИСОК ЛІТЕРАТУРИ:

1. Larionova L. I. The problem of the resource approach in the psychological-pedagogical literature. *Psychology. Historical-critical Reviews and Current Researches*. 2017, Vol. 6, P. 50–58.
2. Ющенко І. М. Резилієнтність дитини в парадигмі ресурсного підходу. *Вісник Чернігівського національного педагогічного університету. Серія: Психологічні науки*. 2015. Вип. 128. С. 302–306.
3. Шмаргун В. М. Організація ментального досвіду та інтелектуальної компетентності особистості. *Вісник Чернігівського національного педагогічного університету. Серія: Психологічні науки*. 2013. Вип. 114. С. 208–212.
4. Лукомська С.О. Ресурсний підхід до подолання особистістю кризових ситуацій. *Науковий вісник Херсонського державного університету. Серія «Психологічні науки»*. 2020. № 1. С. 190–195.
5. Штепа О. С. Психологічна ресурсність як контекстуальна властивість ідентичності у філософсько-психологічному дискурсі. *Вісник Харківського національного університету імені В.Н.Каразіна. Серія «Психологія»*. 2014. № 1095. Вип. 53. С. 54–59.
6. Kun Agota, Peter Gadanecz. Workplace happiness, well-being and their relationship with psychological capital: A study of Hungarian Teachers. *Current Psychology*. 2019. P. 1–15.
7. Masten A.S., Reed M.-G. Resilience in development. Snyder, Lopez S.J. (eds.). *Handbook of positive psychology*. Oxford: University Press, 2002. P. 77–88.
8. Бугерко Я. Потенціал як психодуховна даність особистості. *Психологія і суспільство*. 2018. № 1-2. С. 68–82.
9. Рязанцева О. Ю. Екзистенційні ресурси осіб, які переживають психологічну кризу: дис. ... канд. психол. наук : 19.00.01 / Південноукраїнський нац. пед. ун-т імені К. Д. Ушинського. Одеса, 2012. 243 с.