

УДК 159.9

[https://doi.org/10.52058/2786-4952-2025-5\(51\)-2040-2049](https://doi.org/10.52058/2786-4952-2025-5(51)-2040-2049)

Легка Андріана Іванівна старший викладач кафедри практичної психології навчально-наукового інституту управління, психології та безпеки, Львівський державний університет внутрішніх справ, м.Львів, тел.: (096)-00-11-999 <https://orcid.org/0000-0001-5981-6651>

ФЕНОМЕНОЛОГІЯ ОСОБИСТІСНИХ РЕСУРСІВ В УМОВАХ ТРАНСФОРМАЦІЇ СУСПІЛЬСТВА

Анотація. Статтю присвячено теоретичному аналізу поняття особистісних ресурсів та визначено найпоширеніші класифікації ресурсів та властивості. Розкрито багатоаспектність значення поняття особистісний ресурс та виокремлено змістові аспекти дефініції. Особистісний ресурс розглянуто як сукупність індивідуальних властивостей та цінностей людини (матеріальних та нематеріальних, зовнішніх та внутрішніх), що сприяють суб'єктному задоволенню певних життєвих потреб та визначають кінцеве відношення людини із світом, самим з собою.

У статті представлені різні погляди науковців на змістові аспекти ресурсів особистості: як здатність до адаптації; як спроможність до інтеграції поведінки та успішного подолання стресів та кризових ситуацій після пережитих множинних втрат; як частина людського потенціалу; як можливість та засіб для подолання стресових ситуацій; як здатність саморегуляції поведінки та діяльності. Розглянуто класифікацію особистісних ресурсів: матеріальні ресурси (одяг, гроші, дохід, нерухомість, будинки, житло) та нематеріальні об'єкти (плани, цілі, бажання, наміри); зовнішні ресурси (підтримка, сім'я, друзі, родина, колег, наявність роботи, статус) та внутрішні ресурси (особистісні властивості: самоповага, здібності, навички, самоконтроль, оптимізм, цінності та установки на життя, система вірувань); психічні стани та фізичні стани; вольові та емоційні характеристики, які важливі для подолання труднощів та життєвих перешкод на шляху до досягнення важливих цілей. Виявлено, що особливою властивістю ресурсів є їх індивідуальність, що вказує на унікальний набір особистісних ресурсів властивих для кожної людини окремо. Саме індивідуальність розкриває основну властивість людських ресурсів.

Перспективою для наступних наукових досліджень є підготовка та проведення комплексного емпіричного дослідження особистісних ресурсів як чинника ефективності особистості в умовах трансформації суспільства та виокремлення професійної ефективності фахівця на тлі сучасності.

Ключові слова: особистісні ресурси, класифікація ресурсів, властивості ресурсів, ресурс як адаптивність, індивідуальність ресурсів.

Lehka Andriana Ivanivna Senior Lecturer, Department of Practical Psychology, Educational and Scientific Institute of Management, Psychology and Security, Lviv State University of Internal Affairs, Lviv, tel.: (096)-00-11-999
<https://orcid.org/0000-0001-5981-6651>

PHENOMENOLOGY OF PERSONAL RESOURCES IN THE CONDITIONS OF SOCIETY TRANSFORMATION

Abstract. The article is devoted to the theoretical analysis of the concept of personal resources and the most common classifications of resources and properties are determined. The multifaceted meaning of the concept of personal resource is revealed and the content aspects of the definition are highlighted. Personal resources are considered as a set of individual properties and values of a person (material and immaterial, external and internal), which contribute to the subjective satisfaction of certain life needs and determine the ultimate relationship of a person with the world, with himself.

The article presents different views of scientists on the content aspects of personal resources: as the ability to adapt; as the ability to integrate behavior and successfully overcome stress and crisis situations after experiencing multiple losses; as part of human potential; as an opportunity and means for overcoming stressful situations; as the ability to self-regulate behavior and activity. The classification of personal resources is considered: material resources (clothing, money, income, real estate, houses, housing) and intangible objects (plans, goals, desires, intentions); external resources (support, family, friends, relatives, colleagues, availability of work, status) and internal resources (personal properties: self-esteem, abilities, skills, self-control, optimism, values and attitudes towards life, belief system); mental states and physical states; volitional and emotional characteristics that are important for overcoming difficulties and life obstacles on the way to achieving important goals. It was found that a special property of resources is their individuality, which indicates a unique set of personal resources inherent in each person separately. It is individuality that reveals the main property of human resources.

The prospect for further scientific research is the preparation and conduct of a comprehensive empirical study of personal resources as a factor of personal effectiveness in the context of societal transformation and the isolation of a specialist's professional effectiveness against the background of modernity.

Keywords: personal resources, resource classification, resource properties, resource as adaptability, resource individuality.

Постановка проблеми. Глобалізація суспільства та світу зумовлюють перед сучасною людиною необхідність проявляти нові можливості, виклики та вимоги, яким сучасна особистість має відповідати. Стрімка зміна сус-

пільства та соціально-економічних процесів на тлі воєнного конфлікту спричиняє швидке зростання психологічного та емоційного навантаження і на людину, і на суспільство в цілому. На сьогодні досвід однієї людини та людського життя включає в себе досвід існування різних соціально-економічних вимог та ціннісних орієнтирів різних культур, націй та цивілізацій.

Глобальним питанням розвитку особистості залишається постійність розширення масштабів особистісного потенціалу та резерву, що важливий для адаптивності та не рідко, здатності до виживання у часто змінених умовах навколишнього середовища. Тому, серед актуальних тем дослідження у сфері психології залишається важливим питанням активізації механізмів адаптації людини у світі та дослідження її джерела наповнення, енергії, особистісного ресурсу.

Попри складену історичну традицію вивчення особистісних дефіцитів, емоційних порушень тощо, набуває більшого наукового інтересу з'ясування позитивних аспектів розвитку особистості, ресурсів, потенціалу, застосування прихованих резервів та розкриття особистісних потенцій та можливостей для самопідтримки, самодопомоги, виживання у складні часи.

Останнім часом питання особистісних ресурсів викликає підвищений інтерес і в українській психології. На тлі збройного конфлікту, переживання травматичного досвіду, втрат, криз, втрати почуття безпеки, дому та інше зростає висока необхідність швидкої самопідтримки та самодопомоги потребуючим щодо долання впливу стресових чинників та збереження психологічного здоров'я. Саме належний рівень ментального благополуччя забезпечує успіх виконання професійної діяльності та особистісного зростання.

Негативні впливи на фоні збройного вторгнення викликають небажанні наслідки та проявляються у звичному способі життя, які перешкоджають гармонії між потребами людини та суспільства, а особистісні ресурси сприяють наповненню або зменшенню потенціалу для надання підтримки та функціонування особистості.

Довгий час у психологічному середовищі вивчалися фактори, причини, наслідки стресу, фрустрацій, кризових періодів життя, та недостатньо розглядалися питання особистісних ресурсів.

До сьогодні відсутня чітка система понять та належний розгляд феномену особистісних ресурсів, їх властивостей та критеріїв. Тому з огляду на недостатнє вивчення цієї проблематики прагнемо систематизувати психологічні дослідження щодо особистісних ресурсів.

Аналіз останніх досліджень і публікацій. Серед наукових інтересів та досліджень питання особистісних ресурсів займає чільне місце, наукове вивчення яких представлено у працях вітчизняних та зарубіжних психологів. Проблема ресурсів вивчалася у наукових працях С.Максименка, Перегончук Н., Краєвської Т., Постіякової Ю., О.Штепи, О.Осницького, О.Сергієнко, В., Казібекова, С.Кузікова, Б. Кузікова та ін. Р.Лацарусом та Р.Лейнером

обґрунтовано деякі особливості ресурсів особистості з особливостями сприймання людиною стресової ситуації. У структурі долаючої поведінки питання ресурсів вивчалось Р. Лазарусом, С. Хобфоллом, В.О. Бодровим. У рамках зарубіжної психології феномен ресурсів представлений у працях К.Роджерса, який висвітлює питання ресурсів з огляду самовизначення та питань буття; Е.Фроммом ресурс розглядається в контексті особистісного прагнення до вершин існування та подолання складних життєвих ситуацій [3].

Мета статті – теоретико-методологічний аналіз та систематизація загальних положень особистісних ресурсів в умовах трансформації суспільства.

Виклад основного матеріалу. Поняття ресурсу, психологічний ресурс, особистісний ресурс позначають широкі властивості особистості, які охоплюють інтелектуальні, вольові, характерологічні аспекти людини, що також розкривають її особистісний потенціал, адаптивні можливості, психологічні резерви у взаємодії із стосунками з навколишніми та соціальним середовищем.

Особистісні ресурси авторами розуміються по різному та в різноманітних трактуваннях.

В психології дефініція «ресурс» розуміється як деякий запас життєвих можливостей людини, що використовується нею для збереження власних сил, поповнення втраченої енергії, як джерело розвитку та життєвої орієнтації, вибору стратегії реалізації та досягнень.

Аналізуючи наукову літературу з дослідження феномену особистісних ресурсів також науковцями підкреслюється багатоаспектність значення поняття особистісний ресурс:

- опис стратегії життя;
- частина людського потенціалу;
- можливість та засіб для подолання стресових ситуацій;
- здатність саморегуляції поведінки та діяльності тощо.

В змістовому аспекті особистісних ресурсів виділяються психологічні властивості людини, які розглядають її з позиції особливої життєвої диспозиції. Іноземна та вітчизняна література представляє низку аспектів особистісних ресурсів, що вивчаються через тип темпераменту, мотивацію, когнітивні здібності як засоби для переробки інформації, людський світогляд, життєстійкість.

Конкретизація поняття ресурсу особистості вимагає з'ясування змісту, опису його складових та механізмів реалізації. У загальному розумінні поняття «ресурс» вказує на джерело чи засіб отримання бажаного результату. Також термін «ресурс» прийнято вважати як засіб до існування, можливостей людини та соціального середовища, або ресурсом виступають життєві цінності, які сприймаються символічно та можуть нести в собі матеріальний та моральний аспект, виступати символічним значенням для кожної людини окремо.

Ресурсами також можуть вважати все те, що використовується людиною для задоволення вимог соціального середовища. Тому часто ресурси стають одиницею обміну між людьми, які виявляються через гроші, майно, зв'язки, статус, інші товари, які важливі для взаємообміну між людьми.

Серед різноманіття тлумачень поняття «особистісні ресурси» в психології відсутнє єдине визначення, оскільки багатогранність самого феномену ресурсу пояснює особливу властивість ресурсу особистості до взаємозамінювання, здатності до компенсування конкретними завданнями наукових досліджень. Проте важливим залишається психологічна властивість особистісного ресурсу до надання потенціалу до життєстійкості та опори людини в необхідний час застосування.

Автори, науковці, психологи вивчають ресурс особистості з огляду на копінг-стратегії людини при подоланні стресових життєвих ситуацій, які слугують засобом вирішення життєвих обставин в складний період (А.Хамер, М.Цайндер).

На переконання, О.Штепи психологічні ресурси особистості є індивідуальними екзистенційними можливостями людини, які виявляються через прагнення до самовизначення [7, с. 786].

Під поняттям особистісні ресурси в психології праці науковці розуміють комплекс цінностей, резервів та можливостей людини, що потенційно використовуються для професійної діяльності. Психологія стресу ж вивчаючи ресурси особистості вказує на адаптаційні засоби індивідуально-психологічних чинників людини, що використовуються для успішної адаптації у зовнішньому середовищі.

Вітчизняними науковцями феноменологія ресурсу вивчалася з огляду психологічного стресу, при якому ресурс виступає тими адаптивними людськими можливостями мобілізувати свою поведінку для запобігання стресу чи виконання його програми [2].

В.Казібековою ресурс тлумачиться як сукупність особистісних властивостей долаття життєвих криз, через здатність зберігати життєвий досвід подолання труднощів, впевненість та мудрість, які вміщують в собі внутрішні сили людини для опори кризам та перешкодам у житті [4].

Отже, більшість наукових досліджень виокремлює змістову характеристику терміну ресурс – адаптація, подолання важких життєвих подій, які покликані забезпечити необхідні адаптивні можливості ресурсів людини.

Узагальнюючи відомі підходи до розуміння дефініції особистісних ресурсів дозволяє підсумувати, що особистісний ресурс – це сукупність індивідуальних властивостей та цінностей людини (матеріальних та нематеріальних, зовнішніх та внутрішніх), що сприяють суб'єктному задоволенню певних життєвих потреб та визначають кінцеве відношення людини із світом, самим з собою.

Ресурси – це не лише все те, що здатне задовільнити вимоги середовища, це й потенційні здатності самої особистості, які не завжди можуть бути відомі

їй відразу. Однією із найпоширеніших класифікацій ресурсів є виокремлений підхід до ресурсів С.Хобфолла, який викоремлює наступні ресурси:

- матеріальні ресурси (одяг, гроші, дохід, нерухомість, будинки, житло) та нематеріальні об'єкти (плани, цілі, бажання, наміри);
- зовнішні ресурси (підтримка, сім'я, друзі, родина, колег, наявність роботи, статус) та внутрішні ресурси (особистісні властивості: самоповага, здібності, навички, самоконтроль, оптимізм, цінності та установки на життя, система вірувань);
- психічні стани та фізичні стани;
- вольові та емоційні характеристики, які важливі для подолання труднощів та життєвих перешкод на шляху до досягнення важливих цілей.

С.Хобфолом ресурси вважаються такими, що є цінним для людини та сприяють в адаптації до стресових подій. Втрата тих чи інших ресурсів переживається як стан психологічного стресу, суб'єктивне неблагополуччя. Автор стверджує, що виникнення психологічного стресу виникає внаслідок порушення співвідношення між втратою та набуттям особистих ресурсів. Виявлено, що отримані позитивні ресурси не є рівнозначними до відсутності їх витрачань. Величиною наявних ресурсів слугують показники успіху діяльності, такі як настрій, якість життя, позитивне відношення до себе, навколишніх.

Підхід до класифікації особистісних ресурсів С.Хобвола вказує, що людина прагне отримувати, зберігати та використовувати свої ресурси якнайкраще, інвестуючи власні зусилля у акумулювання власних ресурсів, прагнучи зберегти їх від втручань та розтрат, для підвищення впевненості у майбутньому внаслідок надійності їх збереження.

О. Сергієнком виділяються ще когнітивні, емоційні та вольові ресурси особистості, які забезпечуються інтелектуально-особистісними властивостями та контролюють поведінку в необхідних на це життєвих ситуаціях. Власне інтелектуальні ресурси забезпечуючи когнітивну регуляцію являються найбільш важливими для контролю суб'єктом можливостей. Звісно вони не являються достатніми, але в комплексі із наявними емоційними та вольовими ресурсами, які забезпечують інтенсивність та контроль емоцій та підпорядковують людську поведінку нормам, ці ресурси утворюють основу для здатності здійснювати контроль людської поведінки.

Низка наукових досліджень особистісних ресурсів присвячена вивченню стресостійкості людини, виокремлюючи внутрішні та зовнішні ресурси в контексті психологічної стійкості до дії стресових факторів. Внутрішні ресурси розкривають узгодженість між Я-образами ідеального та реального, відповідністю між домаганнями та відчуттям сенсу життя, екстернальністю, екстравертованістю, витривалістю та силою фізичного здоров'я. Зовнішні ресурси предствалюють наявність у підтримці і допомозі з боку близьких, колег, друзів.

Українською дослідницею Л.Куликовою виділяються наступні особистісні ресурси [5]:

- мотивація, ставлення до стресів як до умови набуття особистісного досвіду та можливості зростання»;
- сила Я-концепції (самоповага, самооцінка, відчуття власної значущості);
- характеристики мислення (раціональність, позитивність);
- емоційно-вольові якості;
- фізичні стани (фізичний стан здоров'я та ставлення до цього стану як до цінності);
- матеріальні блага (високий дохід, стабільність оплати праці, належні матеріальні умови життя, безпека життя);
- інформаційні та інструментальні ресурси (здатність людини здійснювати контроль над ситуацією, осмислювати її та володіти здатністю до адаптації, техніками зміни себе та навколишніх життєвих ситуацій).

Здатність людини усвідомлювати та використовувати власні особистісні ресурси формує людську властивість до ресурсності, де її компонентами виступають доброта, успіх, впевненість у собі, праця над собою, мудрість, відповідальність, досягнення в професії та самореалізація.

Ресурси формуються та зміцнюються в процесі життєдіяльності людини. Ресурс виступає запорукою досягнень та необхідною умовою для особистісного зростання. Тому багатогранність поняття ресурсу дозволяє науковцям виділяти різноманітні його аспекти.

Розглянемо ще одну поширену класифікацію особистісних ресурсів, до якої належать наступні області життєдіяльності людини (А.Хамер та М.Цайндер): сфера пізнання і уявлень; сфера почуттів; сфера стосунків із людьми; сфера духовності; фізичне буття.

На думку Т.Титаренко особистісні ресурси слугують здатністю людини самостійно відновитися після пережитих множинних втрат (психічних, соціальних, фізичних) та дозволяють визначити спроможність до інтеграції поведінки та успішного подолання стресів та кризових ситуацій. Саме внутрішні ресурси на думку дослідниці здатні забезпечити компетентність в часі, зберігають особистість в межах ментального здоров'я та дозволяють оперувати можливим та необхідним в межах людського потенціалу [6].

Вітчизняними науковцями виокремлено особистісні ресурси, що об'єднанні в наступні групи:

- світогляд та вірування;
- інтелект та креативність;
- знання, уміння та навички;
- енергетичний ресурс;
- життєстійкість, цілеспрямованість, локус контролю, оптимізм як властивості особистості.

Світогляд та вірування представляють здатність людини до цільного охоплення картини світу, яка виконує компенсаторну функцію у випадку нестачі інформації. Інтелект та креативність забезпечують компетентність у міжособистісних взаєминах та дозволяють регулювати емоційні реакції та патерни поведінки, визначати емоційні стани інших людей.

Знання, уміння та навички забезпечують поведінкові можливості людини та відчуття впевненості у собі. Енергетичний ресурс розкриває характеристики темпераменту людини, її витривалість, фізичне та психічне здоров'я.

Властивості особистості як життестійкість, локус контроль та оптимізм розкривають людський потенціал ресурсів з точки зору прийняття зобов'язань, контролю та здатності приймати життєві виклики, долати кризові періоди та приймати відповідальність на себе, за власне життя, які являються найефективнішими стратегіями подолання життєво-важких ситуацій.

Особистісні ресурси можуть знаходитися в активному або потенційному стані, бувають відновлюваними, обмеженими, виснаженими й не відновлювальними.

Особливою властивістю ресурсів є їх індивідуальність, що вказує на унікальний набір особистісних ресурсів властивих для кожної людини окремо. Саме індивідуальність розкриває основну властивість людських ресурсів. Гнучкість, здатність до саморегуляції, регулятивна активність, відновлення після витрачених сил та енергії після відпочинку розкриває силу ресурсів та її унікальність. Коли ресурси виснажені, людина менш ефективна та потребує поповнення витрачених сил для наступної регулятивної активності.

Виходячи з аналізу ресурсу О. Штепа розглядає ресурсний аспект як тенденцію особистісного саморозвитку особистості, як медіатор внутрішнього та зовнішнього «Я» людини. Дослідниця розробила особливості вікової психологічної ресурсності; прийоми актуалізації психологічних ресурсів, наголошуючи на важливості такої здатності особистості.

За автором, ресурс – це психологічний мотиваційно динамічний стан вияву сутності людини, стан її соціального, емоційного та духовного благополуччя, а також, що усвідомлення та вміння оперувати своїми ресурсами й є ресурсністю [1, с. 122].

Авторами підкреслюється індивідуальність ресурсів, які властиві людині в момент часу, тому часто використовують поняття З. Фрейда «виснаження Его», що демонструє обмеженість ресурсів людини. Прояв індивідуальних ресурсів включає набір когнітивних, емоційних та вольових здібностей людини, які у кожного індивіда різний та залежить від типових стилів регуляції та контролю поведінки.

Тому доречно вказати на ще одну властивість ресурсів як відновлення. Дана характеристика вказує на можливість ресурсів формуватися в процесі діяльності. Тому особистісні ресурси не являються вродженими характери-

ками людини, вони формуються під дією переконань та життєвих диспозицій в час подолання важких життєвих ситуацій та закріплюються як навички. З цього випливає необхідність детального дослідження мотиваційної сфери особистості в екстремальних умовах особистості, при яких активується низка людських ресурсів, які здатні скласти індивідуальний набір необхідних умінь долати життєвих криз та перепон.

Трансформація сучасного світу часто важко прогнозована та непередбачувана, мінливо впливає на свідомість людей та викликає стресові ситуації, невизначеність, за якої особистість не здатна діяти конструктивно та приймати важливі життєві рішення. Саме особистісні ресурси як життєві людські опори, згідно яких людина здатна турбуватися про власні потреби та забезпечувати свою безпеку, комфорт, прагнути до самореалізації забезпечують особистісну стійкість. Тому здійснення пошуку особистісних та психологічних ресурсів виховує стійкість та відкриває для людини нові можливості.

Особистість із набором індивідуальних особистісних ресурсів здатна бути адаптивною, переосмислювати власний досвід та підбирати необхідний ресурс для підтримки оптимального свого стану. Тому важливо при цьому не лише знати власні особистісні ресурси, а й володіти резервним ресурсом, на який можна опиратися у важкі періоди.

Ресурсний підхід в межах позитивної психології набув широкого значення. Важливим вивченням залишається дослідження здатності особистості долати життєві обставини завдяки людським якостям боротьби із стресом, несприятливими подіями свого життя. Тому на сьогодні стрімко розвивається феноменологія особистісних, психологічних ресурсів та людських характеристик, якими можна долати важкі життєві ситуації.

Особистісний ресурс володіє низкою потенціалів людини для звільнення розбіжностей людини з навколишнім середовищем, усунення негативних життєвих умов за допомогою особистісного виміру, цінностей, сенсів, спрямованості, самореалізації. Особистісні ресурси – особистісна комплексна характеристика, яка надає здатність актуалізовувати весь свій людський потенціал та актуалізувати всі свої можливості.

Висновки. Теоретичний аналіз феноменології особистісних ресурсів дозволив на основі фрагментарних досліджень узагальнити дефініцію особистісного ресурсу, що представляє комплекс індивідуальних цінностей людини задовільняти життєві потреби та визначати ставлення до себе та світу. Людина володіє індивідуальним набором особистісних ресурсів та детермінує вибір стратегії поведінки та успішності діяльності. Життєві кризи та стресові ситуації являються формою виходу за межі, сферою розширення потенційних можливостей та зоною для особистісного зростання, що можлива успішно реалізовуватися завдяки наявним особистісним ресурсам, які слугують засобом самопідтримки та регуляції своєї поведінки.

Особистісні ресурси не лише забезпечують ефективну підтримку стану в процесі життєдіяльності та адаптації, але й сприяють активнішому розвитку у різних сферах. Важливим при цьому цілісне усвідомлення людиною власних особистісних ресурсів. Сукупність усвідомлених особистісних ресурсів детермінує стратегії вибору поведінки та сприяє людській успішності.

Перспективним на наш погляд буде проведення комплексного емпіричного дослідження особистісних ресурсів як чинника ефективності особистості в умовах трансформації суспільства та виокремлення професійної ефективності фахівця, до якого висувається низка професійних вимог.

Література:

1. Бабенко О. О. Емоційний інтелект у складі ресурсності представників професій юридичних видів. *Право та безпека*. 2017. № 3(66). С. 121–125
2. Бодров В. А., Маклаков А. Г. Особистісний адаптаційний потенціал. *Психологічні науки*. 2013. № 2. С. 14–2
3. Даценко О.А. Психологічний ресурс особистості як наукова парадигма. *Науковий журнал «Вчені записки ТНУ імені В.І. Вернадського. Серія: Психологія»* Том 31 (70) № 4 2020. С.22-27
4. Казібекова В. Ф. Психологічні ресурси особистості: філософськопсихологічний зміст. *Науковий вісник Херсонського державного університету. Серія : Психологічні науки*. 2017. Вип. 2. Т. 1. С. 120–127.
5. Куликова Л. А. Психологічні ресурси та принцип «Консервації». 2010. № 1. С. 7–9.
6. Титаренко Т. М. Психологічне здоров'я особистості: засоби самопомогі в умовах тривалої травматизації : монографія. Кропивницький : Імекс-ЛТД, 2018. 160 с.
7. Штепа О. С. Особливості зв'язку психологічної та персональної ресурсності особистості. *Проблеми сучасної психології*. 2013. Вип. 21. С. 782–791.
8. Штепа О. С. Психологічний ресурс особистості у концепції самоменеджменту. *Вісник Київського національного університету імені Тараса Шевченка. Серія «Соціологія. Психологія. Педагогіка»*. Додаток 4, том III (15). 2009 р. Тематичний випуск №3. «Вища освіта України у контексті інтеграції до європейського освітнього простору». С. 751- 758.

References

1. Babenko O. O. (2017). *Emotsiyni intelekt u skladi resursnosti predstavnykiv profesii yurydychnykh vydiv* [Pravo ta bezpeka] [in Ukrainian].
2. Bodrov V. A. & Maklakov A. H. (2013). *Osobystisnyi adaptatsiyni potentsial* [Psykhologichni nauky] [in Ukrainian].
3. Datsenko O.A. (2020). *Psykholohichniy resurs osobystosti yak naukova paradyhma* [Naukovyi zhurnal] «Vcheni zapysky TNU imeni V.I. Vernadskoho. Serii: Psykholohiia» [in Ukrainian].
4. Kazibekova V. F. (2017). *Psykholohichni resursy osobystosti: filosofskopsykholohichniy zmist*. [Naukovyi visnyk Khersonskoho derzhavnoho universytetu. Serii: Psykholohichni nauky] [in Ukrainian].
5. Kulykova L. A. (2010). *Psykholohichni resursy ta pryntsyp «Konservatsii»* [in Ukrainian].
6. Tytarenko T. M. (2018). *Psykholohichne zdorovia osobystosti: zasoby samodopomohy v umovakh tryvaloї travmatyzatsii : [monohrafiia]*. Kropyvnytskyi: Imeks-LTD[in Ukrainian].
7. Shtepa O. S. (2013). *Osoblyvosti zv'yazku psykholohichnoi ta personalnoi resursnosti osobystosti* [Problemy suchasnoi psykholohii] [in Ukrainian].
8. Shtepa O. S. (2009). *Psykholohichniy resurs osobystosti u kontseptsii samomenedzhmentu*. [Visnyk Kyivskoho natsionalnoho universytetu imeni Tarasa Shevchenka. Serii «Sotsiologhiia. Psykholohiia. Pedagogika»]. [in Ukrainian].