

ІНДИВІДУАЛЬНО-ПСИХОЛОГІЧНІ ХАРАКТЕРИСТИКИ САМОДЕТЕРМІНАЦІЇ СУБ'ЄКТІВ ВОЛОНТЕРСЬКОЇ ДІЯЛЬНОСТІ

INDIVIDUAL PSYCHOLOGICAL CHARACTERISTICS OF VOLUNTEER' ACTIVITY SELF-DETERMINATION

У статті розглянуто індивідуально-психологічні характеристики самодетермінації суб'єктів волонтерської діяльності на прикладі волонтерів, що опікуються проблемами супроводу військових, залучених в АТО, сім'ями загиблих воїнів АТО, сім'ями безвісти зниклих, та волонтерів, що опікуються проблемами родин, у яких виховуються діти з особливими потребами. В першій частині статті викладено основні теоретичні підходи до сутності самодетермінаційних процесів, особливостей прояву та активізації самодетермінації у людини, що вибирає шлях волонтерської діяльності. Проведено емпіричне дослідження ступеня вираження особливостей індивідуально-психологічних характеристик самодетермінації волонтерів у розрізі цільових груп волонтерства шляхом порівняння їх характеристик. У дослідженні взяли участь 48 людей, по 16 із кожної цільової групи (діючі волонтери, що асоціюють сферу своєї діяльності з цільовою й займаються своєю діяльністю в зареєстрованих та активних громадських організаціях), а також 16 осіб, що ніколи не займалися волонтерством. У ході дослідження проведено факторний аналіз отриманих даних. Виділено три фактори та описано факторну структуру індивідуально-психологічних характеристик самодетермінації суб'єктів волонтерської діяльності. Для подальшого аналізу психологічних особливостей самодетермінації проведено кластерний аналіз з урахуванням лише тих факторів, що мають найбільше навантаження. За результатами дослідження описано такі три типи самодетермінації суб'єктів волонтерської діяльності: волонтерство як засіб подолання невизначеності, волонтерство як сенс життя, волонтерство як соціальне залучення. Детально описано виділені типи самодетермінації, проведено аналіз структури розподілу респондентів за типом цільового волонтерства.

Ключові слова: самодетермінація, волонтерство, соціальна активність, самореалізація, саморозвиток, особистісний потен-

ціал, автономія, життєві перспективи, смисложиттєві орієнтації.

The article considers individual psychological characteristics of volunteers' self-determination, on the example of volunteers who take care of the problems of military support involved in the anti-terrorist operation, families of missing persons and volunteers who take care of families in which children with special needs are brought up. The first part of the article presents the main theoretical approaches to the essence of self-determination processes, features of manifestation and activation of self-determination in a person who chooses the path of volunteering. The authors conducted an empirical study on the degree of expression of the individual psychological characteristics of self-determination of volunteers in terms of target groups of volunteering, by comparing their characteristics. The study involved 48 people, 16 from each target group (active volunteers who associate their field of activity with the target and who work in NGO) and 16 people who have never volunteered. In the course of the study, a factor analysis of the obtained data was performed. Three factors are singled out and the factor structure of individual psychological characteristics of self-determination of subjects of volunteer activity is described. For further cluster analysis was performed taking into account only the factors that have the greatest load. According to the results of the study, three types of self-determination of the subjects of volunteering were described: volunteering as a means of overcoming uncertainty, volunteering as the meaning of life and volunteering as social involvement. The article describes in detail the selected types of self-determination and analyzes the structure of the distribution of respondents by type of targeted volunteering.

Key words: self-determination, volunteering, social activity, self-realization, self-development, personal potential, autonomy, life prospects, meaningful life orientations.

УДК 316.061.213(477.72)
DOI <https://doi.org/10.32843/2663-5208.2020.18.1.23>

Подшивалкіна В.І.

д.соціол.н., професор,
завідувачка кафедри соціальної
і прикладної психології
Одеський національний університет
імені І.І. Мечникова

Терещенко О.О.

магістрантка кафедри соціальної
та прикладної психології
Одеський національний університет
імені І.І. Мечникова

Постановка проблеми. Волонтерство є важливим елементом розвитку громадянського суспільства та втіленням принципу «ініціативи знизу», засобом використання демократичних прав та свобод, взаємодією членів громади задля збалансування діяльності суспільних інститутів тощо.

Вивчення кращих практик волонтерської участі в подоланні суспільних викликів доводить, що не існує єдиної схеми, що може бути використана у кожній країні в конкретному випадку, оскільки культурні та соціальні тра-

диції, економічні, політичні та історичні чинники формують індивідуальний та регіональний патерни волонтерства. Саме тому під час вивчення індивідуально-психологічних особливостей волонтерів потрібно сприймати наявні у світі моделі як транскультуральний досвід, але актуалізувати їх на регіональному рівні.

Постановка завдання. Мета дослідження полягає у виявленні індивідуально-психологічних характеристик самодетермінації суб'єктів волонтерської діяльності, що належать до різних груп цільового волонтерства.

Для досягнення мети сформульовано такі завдання:

- виявлення основних психологічних підходів до сутності самодетермінаційних процесів;
- виявлення індивідуально-психологічних характеристик, що є визначальними для реалізації волонтерської діяльності у різних групах цільового волонтерства;
- обґрунтування головних індивідуально-психологічних чинників та типологічних особливостей самодетермінації суб'єктів волонтерської діяльності.

Наукова новизна дослідження полягає у виявленні трьох типів самодетермінації різних видів волонтерської діяльності, а саме пов'язана з проблематикою АТО та з допомогою дітям з особливими потребами.

Виклад основного матеріалу дослідження. Згідно з даними останнього звіту програми «Волонтери ООН» (2018 р.), волонтерство – це універсальна соціальна поведінка, заснована на прагненні брати участь у змінах, а не пасивно переживати процеси розвитку [6].

Ключовою в досліджуваному питанні є теорія самодетермінації та особистісної автономії Е. Десі та Р. Райана. У пострадянській психології проблему самодетермінації розвивали Д.О. Леонтьєв, Т.О. Гордєєва, О.Є. Дергачова, Л.Я. Дорфман, О.Р. Калітєєвська. В Україні питання самодетермінації вивчають С.Д. Максименко, Л.З. Сердюк, Н.Д. Володарська, Т.М. Титаренко, В.М. Білодід.

Л.З. Сердюк під самодетермінацією розуміє здатність людини вибирати, відчувати себе, а не підкріплення, стимули або якісь інші сили, які також можуть виступати детермінантами її поведінки. При цьому саме людина, її переконання, бажання й прагнення виступають джерелом і причиною її поведінки, а успіхи або невдачі в діях пояснюються ефективністю саморегуляції [7, с. 10].

У своїй класичній праці Е. Десі зазначає, що самодетермінація є не тільки здатністю конкретної людини, але й її вродженою потребою, яка далі знаходить свій розвиток у результаті взаємодії із соціальним середовищем. Тільки від оточення особи залежить, наскільки ця потреба буде задоволена. Таким чином, питання «Чому люди роблять те, що роблять?» через призму теорії самодетермінації звучить так: «Як активізувати природний потяг людини до саморозвитку, розкрити особистісний потенціал згідно з життєвими та суспільними викликами сьогодення?».

Серед індивідуально-психологічних характеристик осіб, що займаються волонтерською діяльністю, важливе місце посідає питання, чи детермінована така діяльність ззовні, наприклад, соціальним контекстом, чи зсередини, чи вона є природною потребою конкретної людини.

Особистісний простір, який реалізується людиною в соціальних зв'язках та контактах, здійснює вплив на самоідентифікацію людини, розуміння її місця та користі в соціумі, визначає вектор саморозвитку, особистісного росту, відчуття власної гідності та самоцінності.

Отже, постає питання співвідношення соціальних та особистісних детермінант людської поведінки. Згідно з Х. Хеккаузеном, до вирішення цього питання слід підходити не тільки з точки зору орієнтації на поведінку людини як наслідок її особистісних якостей чи пояснення поведінки, як наслідок ставлення людини до ситуації, але й з позиції пояснювальної моделі, яка описує варіативність поведінки людини, як наслідок її ставлення до ситуації [1, с. 20].

Багато досліджень пов'язують активізацію та зміну самодетермінації людини як реакцію на трансформацію життєвих ситуацій та у період криз, коли відбуваються усвідомлення та набуття нових життєвих цінностей, сенсів та життєвих цілей, зміна наявних патернів поведінки та копінг-стратегій. Актуалізується необхідність прийняти невизначеність майбутнього, його нові можливості та обмеження, здатність взяти на себе відповідальність та зробити вибір [3–5].

Саме тому під час вибору досліджуваних нами видів цільового волонтерства виникнення першого пов'язано із суспільною кризою, загрозою державної безпеки та устрою внаслідок анексії АР Крим та початку АТО на Сході України, а виникнення другого зніціюється, скоріше, особистостями кризами, пов'язаними з появою дитини з особливими потребами чи в родині, чи в близькому оточенні.

Згідно з поставленими на емпіричному рівні завданнями ми здійснили аналіз доступних діагностичних методик та відібрали ті, що пов'язані зі змістом окремих складових частин самодетермінації та показують ступінь прояву індивідуально-психологічних чинників суб'єктів волонтерської діяльності.

У діагностичну програму увійшли такі психодіагностичні методики: тест самодетермінації К. Шелдона (адаптація Є.Н. Осіна), тест життєстійкості С. Мадді (адаптація Д.О. Леонтьєва), методика дослідження смисложиттєвих орієнтацій Д.О. Леонтьєва, опитувальник часової перспективи особистості Ф. Зімбардо (ZTPI) (адаптація А.В. Сирцової, Е.Т. Соколової, О.В. Мітиної), опитувальник толерантності до невизначеності С. Баднера (адаптація В.І. Барко, В.П. Остапович).

У процесі емпіричного дослідження було зібрано три масиви даних, які репрезентують ступінь вираження особливостей психологічних характеристик самодетермінації волонтерів.

Перший масив – це 16 волонтерів, що опікуються проблемами супроводу військових, залучених в АТО, сім'ями загиблих воїнів АТО,

сім'ями безвісти зниклих (ГО «Центр допомоги бійцям АТО Шевченківського району м. Дніпро», ГО «Надія», учасники проєкту «All4One»), яких ми назвали «волонтери, що опікуються проблематикою АТО».

Другий масив – це 16 волонтерів, що опікуються проблемами родин, у яких виховуються діти з особливими потребами (ВГО «Всеукраїнська спілка целіакії», ГО «Безглютенове життя», ГО «Особлива подорож», ГО «Особливі майстерні», учасники проєкту «SocialBusinessInUa»), яких ми назвали «волонтери, що працюють у сфері допомоги особливим дітям».

Третій масив – це 16 осіб, що не займалися будь-якою волонтерською діяльністю протягом останніх 7 років.

Таким чином, в емпіричному дослідженні взяли участь 48 людей, з яких 77,1% жінок та 22,9% чоловіків. Однак серед волонтерів, що працюють у сфері допомоги особливим дітям, було 100% жінок, серед волонтерів, що опікуються проблематикою, пов'язаною з АТО, – 37,5% чоловіків та 62,5% жінок, що є майже тотожним гендерній структурі масиву людей, що не є волонтерами (68,8% жінок,

та 31,3% чоловіків). Якщо аналізувати час, який опитувані приділяють волонтерській діяльності, то серед волонтерів, що опікуються проблематикою, пов'язаною з АТО, 62,5% опитуваних приділяють цій діяльності понад 16 годин у місяць, серед іншої групи волонтерів цей показник становить 37,5%.

Зібрані результати емпіричного дослідження, що характеризують ступінь вираження особливостей індивідуально-психологічних характеристик самодетермінації волонтерів у розрізі цільових груп волонтерства, наведені в табл. 1.

Ці результати свідчать про наявність розбіжностей у показниках самодетермінації трьох вибірок досліджуваних. Задля виявлення головних індивідуально-психологічних показників самодетермінації суб'єктів волонтерської діяльності проведено факторний аналіз отриманих даних (табл. 2), за результатами якого за критерієм Кайзера та точкою злому на графіку частоти факторів вибрано 3 фактори, показник накопиченої дисперсії за якими становить 68,8%. Враховуючи доцільність отримання мінімальної кількості змінних з високим факторним навантаженням, для отримання

Таблиця 1

Особливості проявлення індивідуально-психологічних характеристик самодетермінації суб'єктів волонтерської діяльності за цільовими групами волонтерства

Групи	Середні значення за методиками	Волонтери, що опікуються проблематикою АТО	Волонтери, що працюють у сфері допомоги особливим дітям	Особи, що не займалися волонтерською діяльністю
Показники				
Осмисленість та цілеспрямованість життя	38,91±3,2	31,3	32,7	29,8
Емоційна насиченість життям	35,95±4,06	31,9	35,4	31,9
Задоволеність самореалізацією	29,83±3	24,6	28,3	25,0
Локус контролю Я	24,65±2,39	21,6	22,0	22,0
Локус контролю життя	34,59±4,44	29,8	32,5	30,3
Загальна усвідомленість життя	120,36±10,21	139,1	150,8	138,8
Самодетермінація	36±8	45,9	48,3	43,1
Толерантність до новизни проблеми	15±6	17,1	16,9	15,0
Толерантність до складності проблеми	28,5±7,5	40,5	41,3	41,3
Толерантність до невирішеності проблеми	12,5±3,5	13,3	14,4	13,2
Толерантність до невизначеності	63±12	70,9	72,5	69,4
Життєстійкість	80,72±8,58	90,5	95,8	79,7
Залучення до власної діяльності	37,64±8,08	38,8	41,0	34,8
Контроль за подіями	29,17±8,43	32,1	33,9	28,7
Ризик як спосіб набуття досвіду	13,91±4,39	19,6	20,9	16,3
Сприйняття власного досвіду	2,7	2,4	2,3	2,9
Орієнтація на теперішнє життя	3,6	3,3	3,5	3,5
Планування та досягнення майбутніх цілей	3,51	3,9	4,2	3,9
Опора на минулий досвід	3,59	3,5	3,7	3,8
Ставлення до майбутнього	2,3	2,4	2,5	2,7

найпростішої факторної структури ми застосували обертальний метод Varimax.

За результатами факторного аналізу нами виокремлено три фактори. В перший найвагоміший фактор (накопичена дисперсія становить 46,91%), який ми назвали «життєві сенси та часові перспективи», увійшли 13 показників, зокрема загальна усвідомленість життя, самодетермінація, життєстійкість, задоволеність самореалізацією, емоційна насиченість життям. Зокрема, два показники представлені в оберненому значенні: сприйняття власного досвіду, ставлення до майбутнього.

Другий фактор, який отримав назву «толерантність до невизначеності», представлений трьома показниками, такими як толерантність до невизначеності, толерантність до складності проблем, толерантність до новизни проблеми, а накопичена дисперсія становить 12,15%.

Третій фактор, якій розкриває здатність вирішувати складні завдання, також складається з трьох показників, таких як орієнтація на теперішнє життя, опора на минулий досвід, толерантність до невирішеності проблеми. Накопичена дисперсія за цим фактором становить 9,79%.

Для виявлення типологічних особливостей самодетермінації суб'єктів волонтерської діяльності проведено кластерний аналіз за значущими показниками, що були обґрунтовані під час факторного аналізу отриманих даних. Виконувався ієрархічний кластерний аналіз, методом кластеризації був Ward.

Для подальшого аналізу психологічних особливостей самодетермінації проведено кластерний аналіз з урахуванням лише факторів, що мають найсильніше навантаження. Нами виділено такі три кластери: волонтерство як засіб подолання невизначеності, волонтерство як сенс життя, волонтерство як соціальне залучення.

Для виявлення відмінностей між цими трьома типами волонтерства за шкалами тестів ми використали непараметричний критерій порівняння середнього Краскела-Уолліса. Як засвідчують результати, наведені в табл. 3, за більшістю показників у 99% вибіркової сукупності (Asymp. Sig. > 0,01) отримано відмінності. Водночас за двома показниками виявлено окремі тенденції розбіжностей (Asymp. Sig. > 0,05), зокрема за шкалами толерантності до складності проблеми та толерантності до невирішеності проблеми. Зазначимо відсутність розбіжностей за такими показниками, як толерантність до новизни проблеми, толерантність до невизначеності, орієнтація на теперішнє життя, планування та досягнення майбутніх цілей.

Таким чином, результати дослідження, наведені в табл. 3, підтверджують обґрунтованість виділення за допомогою кластерного аналізу таких трьох типів волонтерства: волонтерство як засіб подолання невизначеності, волонтерство як сенс життя та волонтерство як соціальне залучення.

Таблиця 2

Факторна структура індивідуально-психологічних характеристик самодетермінації суб'єктів волонтерської діяльності

Фактор	Навантаження	Індивідуально-психологічні характеристики
Фактор 1. Життєві сенси та часові перспективи	0,943	Загальна усвідомленість життя
	0,930	Самодетермінація
	0,904	Життєстійкість
	0,887	Залучення до власної діяльності
	0,864	Задоволеність самореалізацією
	0,848	Емоційна насиченість життям
	0,846	Локус контролю життя
	0,839	Локус контролю Я
	0,809	Прийняття ризику
	0,798	Осмисленість та цілеспрямованість життя
	0,777	Контроль за подіями
	-0,741	Сприйняття власного досвіду
	-0,695	Ставлення до майбутнього
Фактор 2. Толерантність до невизначеності	0,437	Планування та досягнення майбутніх цілей
	0,962	Толерантність до невизначеності
	0,824	Толерантність до складності проблем
Фактор 3. Здатність вирішувати складні завдання	0,744	Толерантність до новизни проблеми
	0,784	Орієнтація на теперішнє життя
	0,735	Опора на минулий досвід
	0,458	Толерантність до невирішеності проблеми

Таким чином, до першого типу належать особи, для яких волонтерство – це засіб подолання невизначеності як спосіб застосування умінь активно та продуктивно діяти, сприймаючи будь-яку актуальну ситуацію як можливість здійснення вибору, отримання досвіду та саморозвитку. Самодетермінація для волонтерів цього типу характеризується як прояв компетентності та пов'язаності із соціально значущими подіями. За результатами нашого дослідження до першого типу увійшли 14 респондентів, з яких 79% складають волонтери, зокрема 6 волонтерів, що опікуються проблематикою АТО, 5 волонтерів, що працюють у сфері допомоги особливим дітям, 21% – особи, що не займалися будь-якою волонтерською діяльністю.

В другий тип потрапляють особи, для яких волонтерство – це сенс життя. Ця група характеризується високим потягом до автономності, самоставленням до себе як до особи, що має достатньо свободи та волі, щоби побудувати своє життя відповідно до особистого розуміння про його сенс. Вони здатні приймати рішення та втілювати їх у життя незалежно від складності поставленого завдання.

За результатами нашого дослідження до другого типу увійшли 18 респондентів, з них 72% складають волонтери, зокрема 5 волонтерів, що опікуються проблематикою АТО, 7 волонтерів, що працюють у сфері допомоги особливим дітям, 18% – особи, що не займалися будь-якою волонтерською діяльністю.

Самодетермінація третього типу волонтерів акцентована на соціальне включення та взаємодію. Діяльність цих осіб є більш детермінованою соціально, ніж самодетермінованою, волонтерська діяльність визначається для них як складова частина соціального життя. За результатами нашого дослідження до першого типу увійшли 16 респондентів, з них 56% складають волонтери, зокрема 5 волонтерів, що опікуються проблематикою, пов'язаною з АТО, 4 волонтери, що працюють у сфері допомоги особливим дітям, 44% – особи, що не займалися будь-якою волонтерською діяльністю.

В результаті дослідження виявився нерівномірний розподіл респондентів з превалюванням типу волонтерства як сенсу життя. Однак можна помітити тенденцію належності до окремого типу волонтерства представників окремих груп. Так, в типі волонтерства

Таблиця 3

Особливості проявлення індивідуально-психологічних характеристик самодетермінації суб'єктів волонтерської діяльності за кластерами

Кластери	Середні значення за методиками	Волонтерство як засіб подолання невизначеності	Волонтерство як сенс життя	Волонтерство як соціальне залучення	Значимість відмінностей, Asymp. Sig.
Показники					
Осмисленість та цілеспрямованість життя	38,91±3,2	31,5	36,3	26,3	0,000
Емоційна насиченість життям	35,95±4,06	34,7	37,8	27,1	0,000
Задоволеність самореалізацією	29,83±3	26,4	30,7	21	0,000
Локус контролю Я	24,65±2,39	22,3	25,3	18,1	0,000
Локус контролю життя	34,59±4,44	30,5	36,8	25,6	0,000
Загальна усвідомленість життя	120,36±10,21	145,4	166,8	118,1	0,000
Самодетермінація	36±8	47,3	52,8	37,8	0,000
Толерантність до новизни проблеми	15±6	17,13	15,6	16,3	0,585
Толерантність до складності проблеми	28,5±7,5	43,1	39,6	40,5	0,035
Толерантність до невирішеності проблеми	12,5±3,5	12,3	14,7	13,8	0,020
Толерантність до невизначеності	63±12	72,5	69,9	70,7	0,475
Життєстійкість	80,72±8,58	94,9	106,4	66,4	0,000
Залучення до власної діяльності	37,64±8,08	40,9	45,7	28,8	0,000
Контроль за подіями	29,17±8,43	33,9	37,5	23,8	0,000
Ризик як спосіб набуття досвіду	13,91±4,39	20,1	23,2	13,8	0,000
Сприйняття власного досвіду	2,7	2,5	1,7	3,3	0,000
Орієнтація на теперішнє життя	3,6	3,2	3,6	3,6	0,063
Планування та досягнення майбутніх цілей	3,51	4	4,2	3,8	0,099
Опора на минулий досвід	3,59	3,4	3,9	3,7	0,000
Ставлення до майбутнього	2,3	2,5	2,1	3	0,000

як засобу подолання невизначеності найбільше представлені особи, що опікуються проблематикою, пов'язаною з АТО; в типі волонтерства як сенсу життя – волонтери, що працюють у сфері допомоги особливим дітям; в третьому типі – особи, що не займалися будь-якою волонтерською діяльністю. Таким чином, на наш погляд, результати дослідження свідчать про те, що внутрішня детермінація волонтерської діяльності здебільшого пов'язана з подоланням невизначеності та пошуками сенсу життя, тоді як люди, які поки що не займаються такою діяльністю, орієнтуються на її соціальні складові частини, що пов'язані із соціальною взаємодією.

Висновки з проведеного дослідження.

Таким чином, у результаті вивчення основних психологічних підходів до сутності самодетермінаційних процесів розглянуто особливості прояву самодетермінації у суб'єктів волонтерської діяльності. Самодетермінація в контексті пояснення феномена волонтерства спрямовується на пошук не тільки тих детермінант, що спонукають особистість на те, щоб розпочати таку діяльність, але й тих, що підтримують таке прагнення протягом тривалого часу, попри обставини. Це здатність керуватися внутрішніми цінностями та здійснювати соціально значущі дії з огляду на системувнутрішніх цінностей.

За допомогою факторного аналізу виявлено три фактори, що впливають на прояв самодетермінації волонтерської діяльності у різних групах цільового волонтерства. Обґрунтовано та описано три типи волонтерства, кожен з яких характеризується власними особливостями прояву самодетермінації.

Перспектива подальших досліджень вбачається у подальшому розробленні діагностичних моделей для формування волонтерських політик громадських організацій, створення тренінгів, навчальних семінарів тощо.

ЛІТЕРАТУРА:

1. Хеккаузен Х. Мотивация и деятельность. Москва : Педагогика 1986. 407 с.
2. Володарська Н.Д. Можливість впливу життєвих перспектив на активізацію самодетермінації розвитку особистості в кризових ситуаціях. *Педагогічна та вікова психологія*. 2018. № 4. С. 80–87.
3. Володарська Н.Д. Технології активізації самодетермінації особистості в кризових ситуаціях. *Збірник наукових праць Інституту психології імені Г.С. Костюка НАПН України. Актуальні проблеми психології. Психологія обдарованості*. С. 77–83.
4. Як будувати власне майбутнє: життєві завдання особистості / за наук. ред. Т.М. Титаренко. Кіровоград : Імекс-ЛТД, 2012. 512 с.
5. Базаров Т.Ю., Колантаевская А.С., Гришина Н.В. Стилевые особенности самодетерминации в ситуации жизненных изменений. *Вестник Санкт-Петербургского университета. Серия 16. Психология. Педагогика*. 2016. № 4. С. 51–62.
6. Отчет о состоянии 2018 добровольчества в мире / Программа добровольцев Организации Объединенных Наций (ДООН). 2018. URL: https://www.unv.org/sites/default/files/51692_UNV_SWVR_2018_Russian_WEB_20-11.pdf.
7. Психологічні технології самодетермінації розвитку особистості: монографія / Л.З. Сердюк, І.В. Данилюк, В.В. Турбан, О.І. Пенькова, Н.Д. Володарська та ін. Київ : Інститут психології імені Г.С. Костюка НАПН України, 2018. 192 с.