

## ДИНАМІЧНІ ХАРАКТЕРИСТИКИ ЦІННІСНО-СЕНСОВОЇ СФЕРИ МОЛОДІ ЯК КОМПОНЕНТА ЇЇ ПСИХОЛОГІЧНОГО ЗДОРОВ'Я

### DYNAMIC CHARACTERISTICS OF THE VALUE-MEANING SPHERE OF YOUTH AS A COMPONENT OF THEIR PSYCHOLOGICAL HEALTH

Статтю присвячено вивченню проблеми психологічного здоров'я молоді щодо його структури, у якій особливе місце посідає ціннісно-сенсова сфера як динамічний компонент психологічного здоров'я. В українській науці психологія здоров'я як затребуваний науковий напрям починає активно розвиватися. Дослідження вітчизняних учених присвячені вивченню співвідношення категорій психологічного та психічного здоров'я, домінуючих емоційних та особистісних станів психологічно здорової людини, виявленню комунікативних, морально-етичних і духовних чинників формування психологічного здоров'я особистості, психологічного здоров'я як основи соціальної активності, аналізу прийомів і методів підтримки психосоматичного здоров'я, психологічного здоров'я як критерію внутрішньої свободи, психологічного здоров'я як умови професійного розвитку особистості, співвідношення психічного та психологічного здоров'я. Одним із методологічно значущих питань у поставленій парадигмі є дослідження структури психологічного здоров'я молоді. Це питання складне та потребує додаткових наукових пошуків. Поняття динамічності, застосоване в цьому дослідженні, спирається на класичні методологічні підходи психоаналізу та теорії поля К. Левіна, у яких воно розглядається як спрямованість змістових елементів і способів здійснення, співвідношення реальних та ідеальних цілей. За отриманими даними основними типами сенсоутворення виявилися профіцитно реалізовані, бар'єрно реалізовані і вільно реалізовані типи смислоутворення. Виділено цінності, які не мають вікових та гендерних особливостей за типами сенсоутворення, як-от: цінності «Активне, діяльне життя», «Наявність вірних друзів» із профіцитно реалізованим типом сенсоутворення та цінність «Творчість» із вільно реалізованим типом сенсоутворення. До цінностей, які мають виражені вікові та гендерні особливості, належать цінності «Упевненість у собі», «Щасливе сімейне життя». Цінність «Упевненість у собі» має профіцитний тип сенсоутворення за віковими особливостями, нейтральний тип для юнаків і профіцитно реалізований для дівчат. Цінність «Щасливе сімейне життя» у віці ранньої юності має бар'єрно реалізований тип сенсоутворення, у віці пізньої юності – нейтральний, для юнаків – вільно реалізований, для дівчат – бар'єрний. Результати проведеного аналізу дають можливість припустити існування динамічних відмінностей між самими цінностями, що зумовлені визначенням суб'єктом сенсів, його духовними актами, спрямованими на конституювання екзистенціально-смиислового простору власного життя.

**Ключові слова:** психологічне здоров'я, цінність, напруга, тип сенсоутворення, бар'єрність, реалізованість.

The article is devoted to the study of the problem of psychological health of young people in relation to its structure, in which the value-meaning sphere occupies a special place as a dynamic component of psychological health. In Ukrainian science, health psychology as a sought-after scientific direction is beginning to develop actively. The research of domestic scientists is devoted to the study of: correlation between categories of psychological and mental health, dominant emotional and personal states of a psychologically healthy person, identification of communicative, moral, ethical and spiritual factors of formation psychological health of the individual, psychological health as the basis of social activity, techniques and methods of maintaining psychosomatic health, psychological health as a criterion of inner freedom, psychological health as a condition for the professional development of the individual, the relationship between mental and psychological health. One of the methodologically significant issues in the proposed paradigm is the study of the structure of the psychological health of young people. This issue is complex and requires additional research. The concept of dynamism, used in this study, is based on the classic methodological approaches of psychoanalysis and the field theory of K. Levin, in which it is considered as the orientation of meaningful elements and methods of implementation, the ratio of real and ideal goals. According to the data obtained, the main types of sensemaking were surplus-realized, barrier-realized and free-realizable types of meaning-making. According to the obtained data, the main types of sense-making turned out to be surplus-realized, barrier-realized, and freely-realized types of sense-making. Values that do not have age and gender characteristics according to the types of sense-making, such as the values "Active, active life", "Availability of faithful friends" with a surplus-realized type of sense-making, and the value "Creativity" with a freely-realized type of sense-making, are highlighted. Values that have pronounced age and gender characteristics include the values "Self-confidence", "Happy family life". The value "Self-confidence" has a surplus type of meaning formation according to age characteristics, a neutral type for boys and a surplus-realizable type for girls. The value "Happy family life" at the age of early youth has a barrier-realizable type of sense-making, at the age of late youth – neutral, for young men – freely-realizable, for girls – barrier.

**Key words:** psychological health, value, tension, type of sense-making, barrier, feasibility.

УДК 159.9; 316.6  
DOI <https://doi.org/10.32782/2663-5208.2022.42.45>

**Курова А.В.**  
к.психол.н.,  
доцент кафедри соціальної психології  
Одеський національний університет  
імені І.І. Мечникова

**Постановка проблеми.** Актуальність теоретичного та практичного звертання до вивчення проблем сучасної молоді у парадигмі психологічного здоров'я в сучасній українській психології підтверджується численними звертаннями до споріднених категорій, як-от: психологічна захищеність та психологічна безпека особистості, нервово-психічна та емоційна стійкість, суб'єктивне та емоційне благополуччя, здоровий спосіб життя, загальна життєстійкість особистості та її адаптивний потенціал тощо.

У зв'язку з актуальністю проблеми психологічного здоров'я особистості нового звучання набувають наукові розвідки щодо його структури, в якій особливе місце посідає ціннісно-сенсова сфера як динамічний компонент психологічного здоров'я.

**Виклад основного матеріалу.** В українській науці психологія здоров'я як затребуваний науковий напрямок починає активно розвиватися. Дослідження вітчизняних вчених присвячені вивченню: співвідношенню категорій психологічного та психічного здоров'я (М.Є. Андрос [1], О.В. Двіжона [4], Т. Митник [13], О.С. Чабан [15], І.В. Шаронова [16], В.С. Штифурак [17], О.М. Шпортун [17]); домінуючих емоційних та особистісних станів психологічно здорової людини (С.Д. Максименко [12], Л.П. Журавльова [6]), виявленню комунікативних, морально-етичних та духовних чинників формування психологічного здоров'я особистості (М.П. Тимофієва [14]), психологічного здоров'я як основи соціальної активності (І.Я. Коцан [8], Г.В. Ложкін [8], О.С. Лісова [11]), прийомам та методам підтримки психосоматичного здоров'я (О.В. Корнієнко [9]), психологічного здоров'я як критерію внутрішньої свободи (І.І. Галецька [3], О.В. Завгородня [7]), психологічного здоров'я як умови професійного розвитку особистості (С. Білозерська [2]), співвідношення психічного та психологічного здоров'я (І.В. Жданова [5], І.Я. Коцан [8], Г.В. Ложкін [8], А.В. Курова [10], М.П. Тимофієва [14], І.В. Шаронова [16], В.С. Штифурак [17], О.М. Шпортун [17] та ін.).

Одним із методологічно значущих питань в поставленій парадигмі є дослідження структури психологічного здоров'я молоді. Це питання складне та потребує додаткових досліджень.

Поняття динамічності, яке ми застосовуємо в нашому дослідженні, спирається на класичні методологічні підходи психоаналізу та теорії поля

–реалізованості цінностей задається двома різноспрямованими динамічними тенденціями, які можна розглядати як стратегії внутрішньоособистісного К. Левіна, в яких воно розглядається як спрямованість змістовних елементів та способів здійснення, співвідношення реальних та ідеальних цілей

Динамічний бік ціннісно-сенсової сфери молоді як суб'єкта власного життя представлена механізмом бар'єрності-реалізованості цінностей, які функціонують в активному образі світу.

Механізм бар'єрності опрацювання неузгодженостей, які виникають у молоді в процесі оцінювання важливості власних цінностей, яке, у свою чергу, реалізується через способи реалізації намірів, цілей та цінностей.

Всі ці тенденції створюють екзистанційні настанови: на сенсову відкритість (на основі індексу реалізованості) та на сенсову закритість (на основі індексу бар'єрності).

Домінування реалізованості центрує суб'єкта на ознаках реалізації особистісних цінностей в життєвій ситуації та проявляється в установці на узгодження оцінювання їх важливості та доступності. Домінування бар'єрності центрує суб'єкта на відсутності ознак реалізації особистісних цінностей, стимулює їхній пошук за межами конкретної життєвій ситуації, що реалізується в неузгодженості оцінювання важливості та доступності цінності.

Дослідження здійснювалося за допомогою методики «Рівень співвідношення «цінності» та «доступності» в різних життєвих сферах» О.Б. Фанталової.

За результатами дослідження, що представлені у таблиці 1, виявлено типи сенсоутворення, які відносяться до реалізуємої та бар'єрної установки: бар'єрно-реалізуємої, вільно-реалізуємої, профіцитно-реалізуємої та профіцитної.

За усіма цінностями, окрім «Упевненість в собі», ми зафіксували позитивні коефіцієнти кореляції між цінностями та їхньою доступністю, що можна вважати маркером узгодженості важливості цінностей та їхньої доступності, сенсову відкритість у важливих життєвих установках. Як ми бачимо з таблиці 1, негативні кореляційні зв'язки, які розкривають різноспрямований вектор змін цінностей та проблемність у їхній реалізації у процесі життя, не зафіксовано.

Кореляційні зв'язки між цінностями та індексами їх неузгодженості ( $Ц_i - Д_i$ ) виявляють такі тенденції: -узгодженості (позитивна кореляція), -неузгодженості (негативна кореляція), -нейтральності (відсутність кореляції).

Тобто, такими тенденціями визначається бар'єрність.

За цінністю «Упевненість у собі» нами констатовано профіцитний тип сенсоутворення (кореляційна структура характеризується відсутністю зв'язку між важливістю та доступністю цінності та зворотнім зв'язком між важливістю та розбіжністю цінності – доступність ( $Ц_i - Д_i$ )).

На підставі цього можна зробити висновок, що важливість та доступність за цінністю «Упевненість у собі» змінюються незалежно

Таблиця 1

**Показники індексів реалізованості і бар'єрності в групі молоді**

№	Цінності	Індекс реалізованості	Індекс бар'єрності
1.	Активне, діяльне життя	0,439**	-0,308**
2.	Здоров'я	0,246**	0,234**
3.	Цікава робота	0,147*	-
4.	Краса природи і мистецтва	0,261*	-0,174*
5.	Любов	0,378**	0,148*
6.	Матеріально забезпечене життя	0,166*	0,507**
7.	Наявність добрих і вірних друзів	0,457**	-0,188**
8.	Впевненість у собі	-	-0,256**
9.	Пізнання	0,394**	-0,246**
10.	Свобода як незалежність у вчинках і діях	0,226**	-0,251**
11.	Щасливе сімейне життя	0,171*	0,211**
12.	Творчість	0,555**	-

Примітка: \*\* значимість на рівні  $p < 0,01$ ; \* значимість на рівні  $p < 0,05$

одна від одної та ця цінність не може бути реалізованою. Бар'єрність проявляється у швидкому домінуванні доступності цінності над її важливістю (за типом вакууму,  $Ц < Д$ ). Тобто, ступінь реалізації цінності «Упевненість у собі» не відповідає її актуальній важливості, вона занадта.

За цінностями «Активне, діяльне життя», «Красота природи та мистецтва», «Наявність добрих і вірних друзів», «Пізнання», «Свобода як незалежність у вчинках і діях» констатовано профіцитно-реалізуемий тип сенсоутворення. Кореляційні зв'язки демонструють прямий зв'язок між значущістю та доступністю та зворотнім зв'язком між значущістю цінності та індексом її неузгодженості ( $Ц_i - Д_i$ ).

Тобто, чим вище цінність у життєвій сфері, тим більшою мірою молода людина в ній реалізується та вище оцінює її доступність. Але, як і у попередньому типі сенсоутворення, міра доступності формується швидше, аніж важливість цінності, випереджує її. Така реалізуемість втрачає свою емоційну динаміку та молода людина не відчуває задоволеності від реалізації цієї цінності.

За цінностями «Здоров'я», «Любов», «Матеріально забезпечене життя», «Щасливе сімейне життя» визначено бар'єрно-реалізуемий тип сенсоутворення, який. Він демонструє позитивні зв'язки між цінністю та її доступністю та між цінністю та індексом її неузгодженості ( $Ц_i - Д_i$ ). Збільшення ступеня вираженості цінності пов'язане з односпрямованою зміною доступності та індексу розбіжності за окремими цінностями: з одного боку, підвищується оцінка реалізованості цінності в житті, але міра значущості цінності зростає швидше, аніж міра доступності, тому збільшується і неузгодженість, що визначає сенс бар'єрності. Взагалі, бар'єрна природа цінності відображається у сприйнятті цінності як недоступної в реальному житті, що суттєво підвищує її значущість,

надає додаткового сенсу, пов'язаного з перешкодами на шляху її реалізації.

За цінностями «Цікава робота» та «Творчість» нами визначено вільно-реалізований тип сенсоутворення, який характеризується позитивним зв'язком між важливістю та доступністю цінності. При цьому, зв'язок між цінністю та її неузгодженістю ( $Ц_i - Д_i$ ) відсутній. Чим більше міра значущості цінностей «Цікава робота» та «Творчість», тим більше молода людина в них реалізується та вище оцінює їхню доступність.

Аналіз установок бар'єрності-реалізуемості за віковими та гендерними особливостями продемонстрував нам деякі особливості (таблиці 2 та 3).

За цінністю «Здоров'я» всій емпіричній вибірці молоді притаманний бар'єрно-реалізуемий тип сенсоутворення. Аналізуючи вікові та гендерні підгрупи за цим типом, можна констатувати його наявність в період пізньої юності та в підгрупі дівчат. В період ранньої юності функціонує бар'єрний тип сенсоутворення, в якому важливість цінності не корелює з її доступністю, взаємозв'язок важливості цінності зі ступенем неузгодженості за типом  $Ц > Д$ . Чим вище значущість цінності, тим більше різниця між заходами її значущості та доступності, коли ж значущість цінності незначна, то і ступінь неузгодженості за типом  $Ц > Д$  також знижується. У юнаків, на підставі відсутності кореляційних зв'язків, ми можемо констатувати нейтральний тип сенсоутворення.

Для всієї вибірки молоді за цінністю «Цікава робота» констатується вільно-реалізуемий тип сенсоутворення, він зберігається і у періоді пізньої юності у юнаків. У дівчат у віці ранньої юності констатується нейтральний тип сенсоутворення.

Профіцитно-реалізуемий тип характеризує вибірку в цілому, але за цінністю «Краса природи і мистецтва» властивий в період ранньої юності юнакам. Вільно-реалізуемий тип зафіксовано у дівчат та для періоду пізньої юності.

Таблиця 2

**Показники реалізуємості і бар'єрності у вікових групах молоді**

№	Цінності	РЮ (n=120)		ПЮ (n=85)	
		ІР	ІБ	ІР	ІБ
1.	Активне, діяльне життя	0,418**	-0,329**	0,472**	-0,262*
2.	Здоров'я	-	0,232**	0,447**	0,357**
3.	Цікава робота	-	-	0,325**	-
4.	Краса природи і мистецтва	0,261**	-0,198	0,302**	-
5.	Любов	0,375**	-	0,374**	-
6.	Матеріально забезпечене життя	-	0,581**	0,308**	0,519**
7.	Наявність добрих і вірних друзів	0,388**	-	0,554**	-
8.	Впевненість у собі	-	-0,195	-	-0,345**
9.	Пізнання	0,345**	-0,328**	0,543**	-
10.	Свобода як незалежність у вчинках і діях	-	-0,288**	0,489**	-0,222**
11.	Щасливе сімейне життя	0,217*	0,178*	-	-
12.	Творчість	0,528**	-	0,616**	-

Примітка: РЮ – рання юність. ПЮ – пізня юність, ІР – індекс реалізованості, ІБ – індекс бар'єрності, \*\* значимість на рівні  $p < 0,01$ ; \* значимість на рівні  $p < 0,05$

Таблиця 3

**Показники реалізуємості і бар'єрності за гендерною ознакою**

№	Цінності	Дівчата (n=113)		Юнаки (n=101)	
		ІР	ІБ	ІР	ІБ
1.	Активне, діяльне життя	0,433**	-0,32**	0,443	-0,298**
2.	Здоров'я	0,303**	0,391**	-	-
3.	Цікава робота	-	-	0,207*	-
4.	Краса природи і мистецтва	0,284**	-	0,257**	-0,207*
5.	Любов	0,399**	-	0,376**	0,258**
6.	Матеріально забезпечене життя	-	0,505**	0,202*	0,483**
7.	Наявність добрих і вірних друзів	0,451**	-	0,455**	-0,203*
8.	Впевненість у собі	0,197*	-0,378**	-	-
9.	Пізнання	0,351**	-0,353**	0,444**	-
10.	Свобода як незалежність у вчинках і діях	0,258**	-0,209**	0,205*	-0,288**
11.	Щасливе сімейне життя	-	0,294**	0,332**	-
12.	Творчість	0,505**	-	0,606**	-

Примітка: РЮ – рання юність. ПЮ – пізня юність, ІР – індекс реалізованості, ІБ – індекс бар'єрності, \*\* значимість на рівні  $p < 0,01$ ; \* значимість на рівні  $p < 0,05$

Цінність «Любов» є бар'єрно-реалізуємою для юнаків, а для дівчат вона є завжди вільно-реалізуємою. Але в цілому для вибірки визначається бар'єрно-реалізуемий тип сенсоутворення, як і у хлопців.

Цінність «Матеріально-забезпечене життя» є бар'єрно-реалізуємою для періоду пізньої юності та для юнаків. В період ранньої юності та для дівчат вона є бар'єрною.

Профіцитною є цінність «Впевненість у собі» для всієї вибірки та в обох вікових підгрупах. Але, для юнаків вона є більш нейтральною, а для дівчат – профіцитно-реалізуємою.

Для періоду ранньої юності та для дівчат притаманний профіцитно-реалізуемий тип сенсоутворення за цінністю «Пізнання» (для вибірки в цілому також притаманний профіцитно-реалізуемий тип). Для періоду пізньої юності та для юнаків за цінністю «Пізнання»

фіксується вільно-реалізуемий тип сенсоутворення.

За шкалою «Свобода як незалежність у вчинках чи діях» профіцитний тип сенсоутворення констатується в періоді ранньої юності, профіцитно-реалізуемий в періоді пізньої юності, у юнаків і дівчат.

За шкалою «Щасливе сімейне життя» для всієї вибірки молоді констатовано бар'єрно-реалізуемий тип сенсоутворення. Але, при аналізі за віковими групами він фіксується тільки в ранньої юності, для пізньої юності характерний нейтральний тип сенсоутворення, для юнаків – вільно-реалізуемий, для дівчат – бар'єрний.

**Висновки та перспективи подальшого дослідження.** У зв'язку з актуальністю проблеми психологічного здоров'я молоді нового звучання набувають наукові розвідки щодо

його структури, в якій особливе місце посідає ціннісно-сенсова сфера як динамічний компонент психологічного здоров'я. В українській науці психологія здоров'я як затребуваний науковий напрямок починає активно розвиватися. Дослідження вітчизняних вчених присвячені вивченню: співвідношенню категорій психологічного та психічного здоров'я, домінуючих емоційних та особистісних станів психологічно здорової людини, виявленню комунікативних, морально-етичних та духовних чинників формування психологічного здоров'я особистості, психологічного здоров'я як основи соціальної активності, прийомам та методам підтримки психосоматичного здоров'я, психологічного здоров'я як критерію внутрішньої свободи, психологічного здоров'я як умови професійного розвитку особистості, співвідношення психічного та психологічного здоров'я.

Одним із методологічно значущих питань в поставленій парадигмі є дослідження структури психологічного здоров'я молоді. Це питання складне та потребує додаткових досліджень.

Поняття динамічності, застосоване в дослідженні, спирається на класичні методологічні підходи психоаналізу та теорії поля К. Левіна, в яких воно розглядається як спрямованість змістовних елементів та способів здійснення, співвідношення реальних та ідеальних цілей.

За отриманими даними основними типами сенсоутворення виявилися профіцитно-реалізований, бар'єрно-реалізований і вільно-реалізуемий типи смислоутворення. Виділені цінності, які не мають вікових та гендерних особливостей за типами сенсоутворення, як-от цінності «Активне, діяльне життя», «Наявність вірних друзів» з профіцитно-реалізованим типом сенсоутворення і цінність «Творчість» з вільно-реалізуемим типом сенсоутворення. До цінностей які мають виражені вікові та гендерні особливості відносяться цінності «Впевненість в собі», «Щасливе сімейне життя».

Цінність «Впевненість в собі» має профіцитний тип сенсоутворення за віковими особливостями, нейтральний тип для юнаків і профіцитно-реалізуемий для дівчат. Цінність «Щасливе сімейне життя» у віці ранньої юності має бар'єрно-реалізуемий тип сенсоутворення, у віці пізньої юності – нейтральний, для юнаків – вільно-реалізуемий, для дівчат – бар'єрний.

Результати проведеного аналізу дозволяють припустити існування динамічних особливостей між самими цінностями, що обумовлені визначенням суб'єктом сенсів, його духовними актами, спрямованими на конституювання екзистенціально-смиислового простору власного життя.

Перспективи подальших наукових розвідок полягають у продовженні емпіричного дослідження

різних аспектів психологічного здоров'я в умовах невизначеності.

#### ЛІТЕРАТУРА:

1. Андрос М.Є. Психічне здоров'я особистості: психологічне консультування керівників шкіл. *Освіта і управління*. 2018. Том 2. № 2. С. 64.
2. Білозерська С. Психічне здоров'я педагога як умова ефективної професійної діяльності. *Психічне здоров'я особистості у кризовому суспільстві*. збірник тез II Всеукр. наук.-практ. конф. Львів: Львівський державний університет внутрішніх справ, 2017. С. 33-39.
3. Галецька І.І. Психологічне здоров'я як критерій внутрішньої свободи. *Психологічні студії Львівського університету*. 2014. Випуск 1. С. 79-85.
4. Двіжона О.В. Вплив чинників на порушення психічного здоров'я дітей із дискантних сімей. *Психологічні перспективи*. 2019. Випуск 13. С. 107 – 114.
5. Жданова І.В. Психічне здоров'я і професійна діяльність особистості. *Психічне здоров'я особистості у кризовому суспільстві*: збірник тез Всеукраїнської науково-практичної конференції (18 жовтня 2019 року). Львів: ЛьВДУВС, 2019. С. 92 – 96.
6. Журавльова Л.П. Емпатійні детермінанти психологічного здоров'я. *Наука і освіта*. 2018. № 3. С. 36–39.
7. Завгородня О.В. Проблема психологічного здоров'я. Теоретичні та прикладні аспекти. *Психологія і суспільство*. 2017. № 3. С. 124-137.
8. Коцан І.Я., Ложкін Г.В. Психологія здоров'я людини Луцьк: РВВ «Вежа» Волин. нац. ун-ту ім. Лесі Українки, 2019. 316 с.
9. Корнієнко О.В. Підтримання психосоматичного здоров'я практично здорових людей. К.: ВПЦ «Київський університет», 2017. 126 с.
10. Курова А.В. Психологічне благополуччя як емпіричний гарант психологічного здоров'я молоді в умовах невизначеності. *Вчені записки Таврійського національного університету імені В.І. Вернадського. Серія: Психологія*. 2022. Том 33 (72) № 4. – С. 31-36.
11. Лісова О.С. Психологія здоров'я: навчально-методичний посібник. Чернівці: Рута, 2021. 122 с.
12. Максименко С. Д. Психічне здоров'я дітей. *Психолог*. 2012. Січень1 (1). С. 4.
13. Митник Т. Особливості психічного здоров'я особистості: критерії та показники. *Психічне здоров'я особистості у кризовому суспільстві*. збірник тез II Всеукр. наук.-практ. конф. Львів: Львівський державний університет внутрішніх справ, 2017. С. 269-271.
14. Тимофієва М.П. Духовність як чинник формування психічного здоров'я особистості. *Науковий вісник Чернівецького університету*: збірник наукових праць. Філософія. Чернівці: Рута, 2018. № 414- 415. С. 23-27.
15. Чабан О.С. Психічне здоров'я. Тернопіль: ТДМУ, 2018. 480 с.
16. Шаронова І.В. Психічне здоров'я особистості як предмет психологічного дослідження. *Проблеми сучасної психології*. Збірник наукових праць К-ПНУ імені Івана Огієнка, Інституту психології імені Г.С. Костюка НАПН України. 2017. Випуск 20. С. 738-747.
17. Штифурак В.С., Шпортун О.М. Феноменологія, практика та корекція психологічного здоров'я особистості: монографія. Вінниця. 2019. 331с.